

## GESUNDHEITSFÖRDERUNG

Die Arbeitsgruppe Psychische Gesundheit der Stadtverwaltung berät Beschäftigte und entwickelt präventive Maßnahmen für eine Vielzahl von Themen rundum die psychische Gesundheit der Beschäftigten, wie z. B. gesundheitsförderliche Gestaltung der Arbeitsbedingungen, Führungsverhalten sowie gesundheitsförderliche Selbstfürsorge.

Psychische Belastungen, betriebliche Gesundheitsförderung und Stressbewältigung - wir kümmern uns um deren Auswirkungen am Arbeitsplatz und den Umgang mit den betroffenen Kolleginnen und Kollegen.

**Unser Ziel ist es, alle Beschäftigten und Führungsverantwortlichen im Umgang mit diesem sensiblen Thema zu unterstützen, da das Thema einer besonderen Fürsorge und Sensibilität bedarf.**



## MITGLIEDER DER ARBEITSGRUPPE

### Maria Röming

Telefon: (0271) 404-2929 | E-Mail: m.roeming@siegen.de  
Geschäftsführung der Arbeitsgruppe &  
Systembeauftragte für Sicherheit und Gesundheit

### Beate Jakob

Telefon: (0271) 404-1246 | E-Mail: b.jakob@siegen.de  
Inklusionsbeauftragte & Arbeitsgruppenleiterin Personal

### Hamsa Vogt

Telefon: (0271) 404-1617 | E-Mail: h.vogt@siegen.de

Betrieblicher Ansprechpartner für Sucht und Psyche  
BEM & Konfliktbeauftragter

### Martina Kratzel

Telefon: (0271) 404-3457 | E-Mail: m.kratzel@siegen.de  
„Konfliktlotsin“ & Gleichstellungsbeauftragte

### Judith Lang

Telefon: (0271) 404-2125 | E-Mail: j.lang@siegen.de  
Dipl. Sozialarbeiterin, „Konfliktlotsin“ &  
Vertrauensperson der Schwerbehinderten

### Karl-Heinz Richter

Telefon: (0170) 2112127 | E-Mail: k.richter@siegen.de  
Leiter PSU & Fachberater Psychotraumatologie

### Michael Arens

Telefon: (0271) 404-1289 | E-Mail: m.aren@siegen.de  
Personalratsmitglied

## Betriebliche Gesundheitsförderung



## Arbeitsgruppe Psychische Gesundheit der Stadt Siegen

Universitätsstadt Siegen  
Der Bürgermeister  
AG Psychische Gesundheit  
Telefon: (0271) 404 1617  
Markt 2  
57072 Siegen

### Kurzinfo

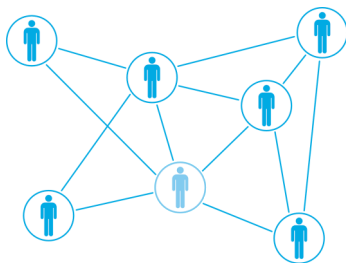
für Beschäftigte  
der Stadtverwaltung



## PROFESSIONELL

Bundesweit tritt im Zeitraum eines Jahres bei jedem dritten Erwachsenen eine psychische Störung auf. Zu den häufigsten Krankheitsbildern zählen Angststörungen, Depressionen sowie Störungen durch Alkohol- oder Medikamentengebrauch. Für die knapp 18 Millionen Betroffenen und ihr Umfeld kann eine psychische Erkrankung mit großem Leid verbunden sein und mit Einschränkungen im sozialen und beruflichen Leben einhergehen. Vor diesem Hintergrund gewinnt die betriebliche Gesundheitsförderung an Bedeutung.

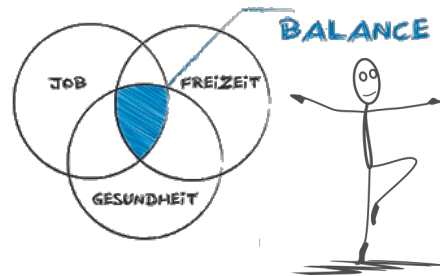
In Kooperation mit der Dipl. Psychologin Andrea Faller des AMZ Siegerland e.V. (0271 880 60-0) setzt sich die neu konstituierte Arbeitsgruppe ein, um die Arbeitsbedingungen, psychische Gesundheit sowie bestehende Angebote der Gesundheitsförderung in der Verwaltung zu erfassen, zu erweitern und zu verbessern.



Gemeinsam mit den Beschäftigten möchten wir bedarfsgerecht Maßnahmen zur psychischen Gesundheit am Arbeitsplatz entwickeln und praktische Handlungsempfehlungen erarbeiten.

## PRÄVENTIV

Im Arbeitsleben sind Psyche und Gesundheit auf vielfältige Art und Weise miteinander verknüpft.



Wir als Arbeitsgruppe möchten, dass dieses Themenfeld an Bedeutung gewinnt und die vielfältigen Risiken erkannt, aber auch Chancen genutzt werden.

Gemeinsam setzen wir uns für zeitgemäße Präventionskonzepte ein, damit eine kontinuierliche Reduzierung der Psychischen Belastung und Beanspruchung bei der Arbeit entsteht.

Schwerpunkte der Präventionsarbeit sind:

- \* Berücksichtigung psychischer Aspekte in der Gefährdungsbeurteilung
- \* Stress am Arbeitsplatz
- \* Mehrfachbelastungen
- \* Führung
- \* Konfliktmanagement
- \* Mobbing
- \* Gewalt am Arbeitsplatz (Traumaprävention)

## PERSÖNLICH

Der Erhalt und die Förderung der Gesundheit können nur gelingen, wenn alle Lebensbereiche der Menschen - auch die Arbeit - einbezogen werden.

**Psychische Belastungen beginnen schleichend.**

Daher ist es umso wichtiger, dass Veränderungen (z.B. Gereiztheit, Müdigkeit, Verspätungen, Fehleranfälligkeit) rechtzeitig angesprochen werden. Es gibt keine konkrete Frist oder ein Richtig oder Falsch. Sinnvoll ist es dann, wenn Sie ein ungutes Gefühl entwickeln.

Egal - ob Sie als betroffene Person selbst oder als kollegiale Unterstützung uns kontaktieren, wir handeln vertraulich, bedarfsorientiert und gemeinsam.

Erfahrungen zeigen, dass Führungskräfte nicht selten einen günstigen Zeitpunkt verpassen und lange zögern, oft auch aus Unkenntnis und Unsicherheit - verpassen Sie es nicht, den betroffenen Beschäftigten eine Beratung oder Behandlung zu empfehlen. Auch hier stehen wir Ihnen gerne beratend zur Seite!

Das Team der betrieblichen Ansprechpersonen bietet hierzu auch vertrauliche psychosoziale Beratung zur persönlichen Krisenprävention an.

➡ **Sprechen Sie uns frühzeitig an!**