



Spitzenleistungen und gesund bleiben – das geht!

Zu diesem Thema lud die Gemeinde Ruggell und ihre Wirtschaftskommission gestern Abend zum 7. Ruggeller Unternehmer-Apéro in den Kokon Corporate Campus Eventcenter ein. Über 130 Unternehmerinnen und Unternehmer liessen sich diesen Event nicht entgehen und wurden herzlichst von Vorsteherin Maria Kaiser-Eberle begrüsst. In ihrer Ansprache betonte sie, dass jeder Mensch selbst sein Glück suchen muss, jedoch die Unternehmen auch einen wichtigen Beitrag leisten müssen, um eine gute Grundlage dafür zu schaffen.

Der Hausarzt und Sportmediziner Dr. med. Ecki Hermann versuchte in seinem Impulsreferat Spitzenleistungen im Sport wie auch in der Wirtschaft zu vergleichen. Während beim Sport Medaillen und Auszeichnungen im Vordergrund stehen, sind in der Wirtschaft der finanzieller Erfolg, die Marktführung für ein bestimmtes Produkt sowie Innovation massgebend. Und in der heutigen Welt der Globalisierung wird dies immer schwieriger, der Druck steigt stets an.

Hinter diesen Unternehmen stehen die Mitarbeitenden, von denen die wirtschaftlichen Spitzenleistungen erwartet werden. Wie sportliche Grenzerfahrungen gibt es auch bei Mitarbeitenden Grenzen, die sich über längere Zeit der Belastung als Burnout oder andere Krankheiten wie Diabetes oder vor allem an Herz-Kreislauf Problemen bemerkbar machen. Wichtig ist hier, dass der Mitarbeitende zuerst selbst für sich mit einer Prävention vorbeugt: Eine gesunde und ausgeglichene Ernährung, kein Alkohol wie auch kein Nikotin und genügend Schlaf werden dafür als Voraussetzung genannt. Dazu gehört viel und regelmässige Bewegung, um fit zu bleiben. Familiärer Rückhalt und ein gutes soziales Netzwerk wie die Mitwirkung in den Vereinen oder Clubs sind weitere wichtige Grundpfeiler in der heutigen Gesellschaft.

Die Unternehmen werden dabei ebenfalls in die Pflicht genommen und eine Früchteschale reicht natürlich nicht aus: Mit einem betrieblichen Gesundheitsmanagement können die Unternehmen diese Prävention wesentlich unterstützen, in dem entsprechende Rahmenbedingungen geschaffen werden, welche sich auch im Unternehmensleitbild und in der Unternehmenskultur, sprich in der alltäglichen Praxis erkennen lassen: Ein gutes Teamwork, gegenseitige Wertschätzung, geregelte Arbeitszeiten sowie Social Entrepreneurship ermöglichen es, zwischen dem Unternehmen und dem Privatleben die Balance zu halten. Dies hat auch Auswirkungen auf die Volkswirtschaft: So sollte es jedem Unternehmen bekannt sein, dass Krankheiten und Unfälle hohe direkte wie auch indirekte Kosten verursachen. So betragen im Jahr 2010 rein die Fehlkosten bei Ausfall bei 34'443 Beschäftigten in Liechtenstein über 50 Millionen Franken. Weitere Arztkosten sind dabei noch nicht einberechnet.

Wie Spitzenleistungen und Prävention in den Unternehmen gelebt werden, zeigten in der anschliessenden Podiumsdiskussion die HR Manager Caroline Wiesinger von der Neutrik AG und Daniel Oehry von der Hilti AG wie auch Robert Beck als Geschäftsführer der Kokon Fitness & Spa auf. Nicht zu viel Überstunden, Teamanlässe, Vergünstigungen bzw. Gratisabos für Fitnesshauer und eine gute Unternehmenskultur, die auch ein „Nein“-Sagen erlaubt, wurden beispielhaft dafür erläutert.



Der Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapie Dr. med Marc Risch wie auch Pflegeassistentin Beatrice Lampert gaben andererseits Einblicke in ihre Tätigkeiten und Erfahrungen, wenn ein Mitarbeiter seine Grenzen der Spitzenleistungen im Job wesentlich überschritten hat. Während die einen wie beim Sport mit Doping noch mehr aus sich holen möchten, greifen andere im Job immer mehr zu Alkohol und Drogen. Die Drogen werden dabei immer härter und gefährlicher. Mit oder ohne Drogen ist weiters generell eine massive Zunahme an psychischen Problemen zu bedauern, dies vor allem bei jungen Arbeiternehmern unter 30 Jahren. Ebenfalls nehmen Depressionen stark in fast allen Altersschichten zu. So motivierten alle Teilnehmer der Podiumsdiskussion umso mehr das Publikum, sich viel zu bewegen und eine gesunde Balance zum Job zu finden und riefen die Unternehmer auf, wie vorgetragen eine gute Grundlage dafür zu bieten.

Jürgen Hasler, Vorsitzender der Wirtschaftskommission und Mitglied im Ruggeller Gemeinderat, bedankte sich bei den zahlreichen Besucherinnen und Besuchern und lud im Namen der Gemeinde zu einem Stehapéro ein, an dem der Austausch über das Vorgetragene und das generelle Networking unter den Ruggeller Unternehmern nicht fehlen durfte.

Christian Öhri,
Gemeindesekretär
17. Oktober 2016