

# Aus Initiative Burnout wird die Initiative für Gesundheit und Leistung

Hauptversammlung | Neuer Name weist auf breiteres Angebot hin / Gedankliche Impulse per Instagram / Prävention wichtig

Kreis Calw. Zwei Themen waren zentral bei der Mitgliederversammlung der »Initiative Burnout« des Landkreises Calw: Neuwahlen des Vorstandes sowie die Namensänderung des Vereins.

Der Vorsitzende der Initiative, Günther Limberg, stellte in seinem Rechenschaftsbericht heraus, dass die Ziele des Vereins sehr viel weiter gesteckt seien, als der Name »Initiative Burnout« vermuten lassen würde.

Die Initiative beschränke sich nicht mehr allein auf Informationen und Hilfsangebote bei einem möglichen Burnout von Menschen, die dem Leistungsdruck nicht mehr gewachsen sind. Sie möchte auch präventiv auf eine Balancestörung von zu wenig Fürsorge für die eigene Gesundheit und dem uneingeschränkten Engagement in Familie und Beruf hinweisen, schon bevor ein Burnout ent-

steht. Dazu wurden die Unterstützungsangebote für Betroffene ausgebaut, die sich überlastet oder an ihren körperlichen und seelischen Grenzen sehen, führte er aus. Auf der Homepage der Initiative finden sich inzwischen sowohl Fragebögen zur möglichen Einschätzung der eigenen Lage als auch Hinweise auf unterschiedliche Unterstützungsformate.

## Resilienz stärken

Mit ihrem neuen Instagram-Account bietet die Initiative gedankliche Impulse und die Möglichkeit für einen Gedankenaustausch, wie Gesundheit und Leistung in Einklang zu bringen sind.

Auch richtet sich der Blick auf die Betriebe, erläuterte Limberg. Mit Führungskräften, Personalverantwortlichen und Fachleuten veranstaltet die Initiative regelmäßige Fachforen, in denen über

die Folgen von Überlastung und die Möglichkeiten eines konstruktiven Vorgehens informiert und diskutiert wird. So behandelte das aktuelle Fachforum 2021 bei der Firma Arburg das Thema Achtsamkeit und die Förderung der Widerstandskraft, beziehungsweise Resilienz.

Zusammengefasst wurde verdeutlicht, dass sich die »Initiative Gesundheit und Leistung« sowohl mit der persönlichen Verantwortung befasst, die notwendig ist für das frühzeitige Erkennen und Reagieren auf Überlastungen, bevor es zum Burnout, kommt. Andererseits werden Impulse gegeben, das Verhalten und die Verhältnisse so zu verändern, dass die Resilienz gestärkt wird – also zu vermitteln und zu lernen, wie mit belastenden Situationen besser umgegangen wird.

In der anschließenden Abstimmung wurde der neue

Name »Initiative für Gesundheit und Leistung (IGL)«, von der Mitgliederversammlung einstimmig beschlossen.

In einem zweiten Schritt wählte die Versammlung den

neuen Vorstand. Vorsitzender bleibt Günther Limberg, seine Stellvertreterin Roswitha Keppler, dritter und vierter Vorsitzender Harald Brandl und Georg Kappler. Schrift-

führer ist auch weiterhin Wilfried Beigel, Kassiererin Traude Merkle. Als Beisitzerinnen fungieren in Zukunft Gabriele Plappert, Fiona Kolbe, Barbara Graf und Elisabeth Nagel.



Das Vorstandsgremium der Initiative Gesundheit und Leistung

Foto: Nagel