

# magistrat: salzburg intern

1 | 15  
mar

informationen aus dem unternehmen für mitarbeiter/innen

## Stadt:Dialog Unser Grün

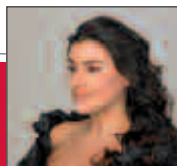
1.6. – 3.7.2015

Wir steh'n  
dahinter!



### EIN DRITTEL VOM STEUERAMT

Von der Hunde- bis zur Grundsteuer – das 21-köpfige Team des Stadtsteueramts sorgt für rund ein Drittel der Einnahmen im kommunalen Haushalt S. 10



### ZWEI KARTEN FÜR FESTSPIELE

Das Intern-Magazin verlost unter seinen LeserInnen zwei Karten für „Iphigenie en Tauride“ bei den Salzburger Pfingstfestspielen am 25. Mai 2014 S. 11



### SALZBURG IST SMART-CITY

Auszeichnung für die Bemühungen um nachhaltigen Umgang mit Energie: In Salzburg fand die internationale Smart Cities Week 2015 statt S. 14/15

## Befragung 2015



Die Gesundheitsbefragung baut auf dem Zusammenhang von individueller Gesundheit und organisationsbezogenen Risiko- bzw. Unterstützungspotenzialen auf. Um ein möglichst vollständiges Bild von den Arbeitsbedingungen bei uns zu bekommen, werden mehrere Bereiche erhoben: z.B. Arbeitsbelastung, Aufgabencharakteristika, Fragen zur eigenen Gesundheitseinschätzung, ...

Bei der letzten Gesundheitsbefragung 2012/2013 haben sich 60% unserer MitarbeiterInnen beteiligt – die Ergebnisse haben viele Maßnahmen bewirkt. Die Erfassung und Auswertung erfolgt durch die OÖ. Gebietskrankenkasse.

Also: Mitmachen – und vielleicht einen der attraktiven Preise gewinnen.

Mit einem Stich in die Fingerkuppe können wichtige Laborwerte bestimmt werden.



# Sieben Gesundheits

Wie wertvoll Gesundheit ist, wird besonders dann spürbar, wenn man Krankheit bei sich selbst oder Nahestehenden erlebt. Und es stellt sich oft die Frage, ob das nicht zu verhindern gewesen wäre.



Messwerte werden im Datenblatt eingetragen.

Sicher, eine Gesundheitsgarantie wird es nie geben, das soll uns aber nicht daran hindern, Krankheit dort vorzubeugen, wo das möglich ist.

Nutzen Sie deshalb die Chance, an den Gesundheitstagen teilzunehmen und sich zu informieren. Sie haben die Einladung für einen Termin gemeinsam mit dem Bogen zur Gesundheitsbefragung erhalten.

Sollten Sie bei dem im Brief angegebenen Datum verhindert sein, können Sie gerne an

## Alkohol kann ...



... klein machen.

## Im Fokus: Alkohol-Prävention u

Seit 2011 gilt im Magistrat die Vereinbarung zur „Alkoholprävention“. Es wurden seither ca. 200 Führungskräfte und PersonalvertreterInnen geschult und eine Onlinebefragung mit ihnen zum Thema „Umgang, Erfahrungen mit Alkohol am Arbeitsplatz“ durchgeführt. Außerdem gibts immer wieder Gesprächsrunden mit den Geschulten. Die Führungskräfte erhielten einen Stufenplan mit klarer Anleitung wie im konkreten Fall vorzugehen ist. Aber wie geht's den übrigen MitarbeiterInnen?

Der Kollege hat in der Früh schon eine Fahne, kommt „angeheitert“ aus der Mittagspause zu-

rück, fehlt schon wieder... In Österreich sind fünf Prozent alkoholabhängig, das bedeutet im Unternehmen Magistrat bei ca. 3000 MitarbeiterInnen mit 150 KollegInnen zu rechnen in „trinken“. Die Wahrscheinlichkeit ist da, da lege“ Alkohol auch in Ihrem Umfeld zu finden. Wenn der/die Arbeitskollege/in in der Früh wieder nicht aus den Federn kommt, schon wieder fehlt und die Arbeit liegen bleibt, geht der/diejenige, der/die die Aufgaben übernehmen zu „helfen“ und damit das Problem zu vermeiden in die Gefahr der sogenannten „Co-Abhängigkeit“. Möglicherweise wird über lange Zeit das

# Gesund im Unternehmen Magistrat

■ Unsere betriebliche Gesundheitsförderung

## tage im April

einem anderen Tag teilnehmen und unter anderem folgende Angebote nutzen:

Persönliche Gesundheitstests wie Cholesterin- und Glukosegehalt im Blut (Blutzucker), diese Werte werden durch Blutabnahme (ein kurzer Stich in die Fingerkuppe) bestimmt. Selbstverständlich wird auch der Blutdruck gemessen.

Ebenso besteht die Möglichkeit, einen Lungenfunktionstest durchzuführen.

Alle Ergebnisse werden in Ihr persönliches Datenblatt eingetragen, um danach auf Wunsch ein ärztliches Gespräch zu führen.

Beim Stand von Stadt:Gesund können Sie sich über unsere Betriebliche Gesundheitsförderung informieren, persönliche Anliegen oder Fragen vorbringen. Sie können sich über Ernährung informieren, denn die richtige Ernährung ist nicht nur für das eigene Wohlbe-

finden wichtig, sondern auch Konzentration, Leistungsfähigkeit und Aktivität hängen unmittelbar damit zusammen.

Lernen Sie zudem einfache Übungen für zwischendurch kennen, um sie auch im Arbeitsalltag anzuwenden.

Kolleginnen und Kollegen des Gesundheitsamtes sowie der Senioreneinrichtungen führen die Gesundheitstests und die ärztliche Beratung durch und sorgen für das leibliche Wohl.

### Termine Gesundheitstage

- 15.4., 13 bis 17 Uhr, Bauhof
- 16.4., 8 bis 12 Uhr, Bauhof
- 20.4., 13 bis 17 Uhr, TriBühne Lehen
- 21.4., 13 bis 17 Uhr, TriBühne Lehen
- 22.4., 13 bis 17 Uhr, TriBühne Lehen
- 23.4., 13 bis 17 Uhr, TriBühne Lehen
- 24.4., 8.30 bis 12.30 Uhr, TriBühne Lehen

## und Co-Abhängigkeit

sind zirka  
tet, dass  
Mitarbei-  
st, die  
ass „Kol-  
den ist.  
üh schon  
on  
gerät  
nimmt,  
tuschen,  
ngigkeit“.  
Verhal-

ten gedeckt, beschönigt und verharmlost. Die Belastung einer solchen Co-Abhängigkeit wird oft jeden Tag größer. Dem/Der Alkoholkranken selbst ist damit jedenfalls nicht geholfen, da das Trinkverhalten ja nicht geändert werden muss, wenn ihm/ihr die Probleme, die durch die Sucht entstehen, vom Umfeld abgenommen werden. Es geht darum Alarmzeichen zu erkennen, Grenzen für die Hilfe zu setzen.

**Im Rahmen des Präventionsprogrammes wird eine Schulung für MitarbeiterInnen angeboten: Donnerstag, 25. Juni, 8.30 bis 16 Uhr.**



Interessierte KollegInnen bitte bei Projektleiterin Hilde Wanner, DW 3402 oder hilde.wanner@stadt-salzburg, melden.

## Rauchfrei

Dass Rauchen gesundheitsschädlich ist, wissen bereits alle, aber: Wie schwerwiegend der direkte Zusammenhang zwischen Rauchen und Krebserkrankungen sowie auch der Zusammenhang mit Herz- und Gefäßerkrankungen sowie chronischen Lungenerkrankungen ist, verdrängen viele RaucherInnen. In einem gemeinsamen Kurs mit SPAR verfolgen derzeit mehrere MitarbeiterInnen das Ziel „rauchfrei“ zu werden und damit endlich wieder frei durchatmen zu können.

## Vorträge

- 5. Mai, 15 Uhr, Schloss Mirabell, Pegasuszimmer: Vortrag zur Ernährung. Ernährung als wichtiger Baustein für Gesundheit, Leistungsfähigkeit und Lebensfreude: Referent: Reinhold Innerhofer, Ernährungsexperte
  - 19. Mai, 15 Uhr, Schloss Mirabell, Pegasuszimmer: Vortrag zu rezeptfreien Schmerzmitteln: Was können sie? Was können sie nicht? Wechselwirkungen mit anderen Medikamenten: Referentin: Birgit Unterberger, Apothekerin
  - 16. Juni, 16.30 Uhr (außerhalb der Dienstzeit), Hellbrunnerstraße 34. Wissenschaftliche Führung durch den Apothekerkräutergarten und Vortrag über Heilkräuter: Referentin: Sigrid Hopferwieser, Apothekerin
- Anmeldung und Info: Tel. 8072-2039, stadtgesund@stadt-salzburg.at

## Bewegung

- 3. Mai: Salzburg Marathon
  - 29. Mai: Firmen Triathlon
  - 29. Juni: Salzburger Frauenlauf
  - 17. September: Salzburger Businesslauf
- Die Anmeldegebühr wird übernommen!  
Anmeldung und Info: Tel. 8072-2750, magistratsdirektion@stadt-salzburg.at

1. Mai bis 31. August: „Wer radlt gewinnt!“  
**Neu:** Fahrten zur Arbeit & Freizeit zählen.  
Extra Preisverlosung für MitarbeiterInnen.  
Anmeldung: www.werradltgewinnt.at