

Hilfe bei Stress, Leistungsdruck und Überbelastung

Stress – wer von den Kolleginnen und Kollegen kennt das nicht? Viele stehen unter andauerndem Termin- und Zeitdruck. Auch der Leistungsdruck wird immer größer, da die Wirtschaftslage weiterhin unsicher ist. In Zeiten von Personaleinsparungen wächst zudem das Arbeitspensum jedes einzelnen.

All diese Faktoren lösen bei Beschäftigten Stress aus. Natürlich gibt es auch sogenannten positiven Stress, der die Aufmerksamkeit und Leistungsfähigkeit erhöht, ohne schädlich zu sein. Treten Zeit- und Leistungsdruck jedoch häufig auf, wirkt das auf Dauer überfordernd. Die Folgen: Die Leistung fällt ab,

Konzentration und Motivation lassen nach, man resigniert. Geht der Stress über einen längeren Zeitraum, können Depressionen und Burnout-Syndrom eintreten. Zudem wird die Suchtgefahr größer.

Auch der Körper sendet Signale, wenn die Überbelastung durch Stress zu groß wird: Verspannungen, Kopf- und Rückenschmerzen, ein angeschlagenes Immunsystem oder auch Herz- und Kreislaufprobleme.

Derartige Signale sollte man auf keinen Fall missachten, sondern sich Hilfe und Unterstützung holen. Ob Vertrauensleute der IG Metall, der Betriebsrat oder die Betriebliche Sozialbetreuung – alle haben ein

offenes Ohr und versuchen stets, individuell zu helfen. Auch Gespräche mit Arbeitskollegen und den Vorgesetzten, der Weg zum Betriebs- und Hausarzt oder zu öffentlichen Sozialeinrichtungen können hilfreich sein. Informationen erhält man über Seminare, Vorträge, Bücher und das Internet.

Im Bild: Im Rahmen eines IG Metall-Seminars für Vertrauensleute beschäftigten sich Sieglinde Lechermann, Karlheinz Probst, Martin Dotzer, Klaus Kroll, Udo Lutz und Peter Loyak damit, welche Handlungsmöglichkeiten es gibt, um Kolleginnen und Kollegen bei Stress und Überlastung zu unterstützen.

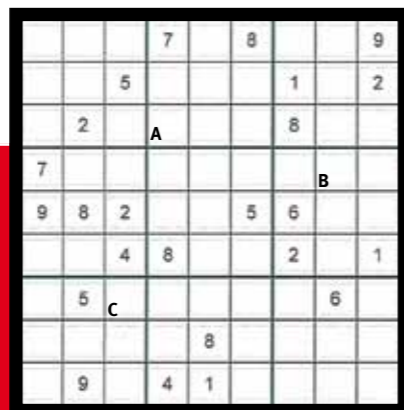


Herzlichen Glückwunsch!



Attraktive Preise des FC Ingolstadt 04

WIR-Sudoku



Lösung: A B C

Name:

Kostenstelle / Bereich:

Stammnummer:

Lösungsabschnitt ausschneiden, mit Namen, Stammnummer und Kostenstelle versehen und bis **Montag, 6. September 2010**, bei den Vertrauensleuten abgeben.

Den Gewinnern winken viele Präsente.

Auflösung des letzten WIR-Sudoku: 2 4 4



Rita Beck, BVKL-Vorsitzende, und Friedrich Seidler, stellvertretender BVKL-Vorsitzender, gratulieren dem Gewinner des ersten Preises, Dennis Petrus (Mitte).

1. Preis: Dennis Petrus (Montage), er gewann ein Trikot, 2 VIP-Karten für ein Heimspiel des FC Ingolstadt 04 und eine CD von Bonfire „Schanzer Herz“

Unter den vielen richtigen Einsendungen wurden folgende weitere Gewinner gezogen:

- Dieter Sirsch (Planung)
- Korbinian Roauer (Montage)
- Stefanie Friedel (Ausbildung)
- Richard Batz (Instandhaltung)
- Numan Kambur (Karosseriebau)
- Roland Schmidtner (Lackiererei)
- Reimund Schels (Mitarbeiterfahrzeugc.)
- Siegfried Ernst (Getriebeentwicklung)
- Dirk Kummer (Presswerk)



aktiv | bei Audi

WIR

Das Informationsmagazin der IG Metall / Audi Ingolstadt

60 Jahre Solidarität



1950 - 2010 Ingolstadt

Liebe Kolleginnen und Kollegen,



bei den Betriebsratswahlen konnten wir mit unserer Liste zwei Mandate hinzugewinnen. Für Euer Vertrauen bedanken wir uns. Nach der Wahl ist aber vor der Wahl! Deshalb heißt es jetzt wieder: Ärmel hochkrepeln und die wichtigen Themen anpacken!

Ganz oben auf der Tagesordnung: Das Thema Altersteilzeit. Wie Ihr wisst, ist der Zuschuss der Bundesagentur für Arbeit Ende letzten Jahres leider ausgefallen. Bisher erstattete die Agentur 20 Prozent des Altersteilzeitverdienstes, wenn ein Altersteilzeiter in die Freistellungsphase ging und die frei werdende Stelle mit einem Auszubildenden besetzt wurde.

Dadurch war es Audi möglich, alle Auslerner zu übernehmen – eine wichtige Beschäftigungsbrücke zwischen Jung und Alt. Seit dem Auslaufen der Förde-

rung ist diese Brücke in Gefahr. Daher fordern wir die Fortsetzung über eine betriebliche Regelung. Wir verhandeln hart mit dem Vorstand darüber – aber ohne Zeitdruck, um ein gutes Ergebnis für uns alle zu erzielen.

Ein anderes wichtiges Thema: Die Deckelung des indirekten Personals auf nur knapp über 20.000 Planstellen. Wie sollen wir unsere Kunden mit tollen Innovationen begeistern, immer mehr Anläufe im Modellfeuerwerk meistern und Vorsprung durch Technik bei der Elektrifizierung oder beim Leichtbau beweisen, wenn das Personal dazu schlichtweg fehlt? Hier klaffen Anspruch und Realität weit auseinander.

Die Vorgesetzten versuchen natürlich trotzdem, diesen Ansprüchen gerecht zu werden – indem sie wichtige Aufträge nach außen vergeben müssen. Aber ist es Sinn der Sache, dass wichtiges Know-how extern aufgebaut wird anstatt im eigenen Unternehmen? Zudem gehen uns durch die Fremdvergabe viele qualifizierte Arbeitsplätze verloren, die hinsichtlich des demogra-

fischen Wandels wichtig wären – zum Beispiel logistische oder qualitätssichernde Tätigkeiten.

In der Technischen Entwicklung ist der Trend besonders besorgniserregend: Mehrere Tausend externe Ingenieure und Entwicklungsfachkräfte entwickeln für Audi Innovationen. Das aber hemmt die Chancen für die persönliche Entwicklung unserer engagierten Audianer. Ich frage mich, wie das Unternehmen unsere hochqualifizierten Beschäftigten dann noch motivieren will? Kann man auf diese Weise attraktivster Arbeitgeber werden? Zudem steigt der Leistungsdruck.

Die Gretchenfrage ist: Leistungsdruck kombiniert mit mangelnden Entwicklungsmöglichkeiten – liegt hier möglicherweise ein Grund für die Ergebnisse des Stimmungsbarometers?

Herzlichst, Euer

Jörg Schlagbauer

Jörg Schlagbauer

Wir wünschen allen Kolleginnen und Kollegen einen sonnigen und erholsamen Urlaub!

Die IG Metall-Vertrauenskörperleitung und -Betriebsräte.



Inhalt

- Liebe Kolleginnen und Kollegen **1**
- Das Sparpaket der Bundesregierung **2**
- IG Metall-Tag in Ingolstadt **3**
- Hilfe bei Stress, Leistungsdruck und Überbelastung **4**
- Sudoku **4**



Zur falschen Zeit am falschen Ort: Das Sparpaket der Bundesregierung

Weltweite Wirtschaftskrise, zunehmende Verschuldung und jetzt auch noch die Euro-Krise – eines ist klar: Eine Konsolidierung der staatlichen Haushalte ist notwendig. In diesem Punkt ist sich die IG Metall mit der Bundesregierung noch einig. Aber: Das von der schwarz-gelben Bundesregierung vorgelegte Sparpaket ist sozial ungerecht und schadet der Wirtschaft – eine Mogelpackung, die ihresgleichen sucht und auch noch zur falschen Zeit kommt.

Die IG Metall lehnt das Sparpaket der Bundesregierung entschieden ab und fordert eine Korrektur. Das Sparpaket sieht vor, bis zum Jahr 2014 den Haushalt mit insgesamt 80 Milliarden Euro aus Einsparungen und Mehreinnahmen zu konsolidieren. Mehr als zwei Drittel sollen dabei aus Einsparungen gewonnen werden, nur ein gutes Drittel aus Einnahmen.

Wo wird wieder mal gespart? Ausgerechnet bei den Schwachen der Gesellschaft. Über 30 Milliarden Euro will die Regierung durch radikale Kürzungen bei Arbeitslosen, Hartz IV-Empfängern und Eltern gewinnen. Gespart wird also bei den Opfern der Krise, nämlich bei den Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmern, die in der Wirtschaftskrise Arbeit und Einkommen verloren haben.

Weitgehend ungeschoren kommen dagegen die Verursacher der Krise davon. Diese werden alles andere als angemessen an den Kosten beteiligt. Lächerliche zwei Milliarden muss der Finanzsektor jährlich ab 2012 beitragen, das entspricht gerade einmal sieben Prozent des Sparpakets. Noch dazu ist die Ausgestaltung sehr vage formuliert.

Hier herrscht eine gewaltige soziale Schiefelage vor, die mit gesundem Menschenverstand kaum als gerecht empfunden werden kann.

Umso mehr, wenn man bedenkt, wie die Haushaltslöcher entstanden sind: Das Defizit entstand, da die Bundesregierung wilde Spekulationen und Zockereien zugelassen hat und als Folge mit staatlichen Finanzhilfen, Krediten und Bürgschaften dem Kollaps des Finanzmarktkapitalismus entgegenwirken musste.

Problematisch ist auch der Zeitpunkt des Sparpakets: Trotz vieler positiver Nachrichten in den Medien ist die Wirtschaftskrise noch lange nicht vorbei. Das Sparpaket sorgt aber für einen massiven Nachfrageausfall. Denn gekürzt wird bei den Menschen, die sich Sparen nicht leisten können und ihr gesamtes Einkommen unmittelbar konsumieren. Das Sparpaket wirkt der Eurokrise und der Verschuldung also nicht entgegen, sondern verschärft sie durch das Hemmen der ohnehin schwachen Konsumnachfrage.

Daher ist die IG Metall der Ansicht, dass eine Konsolidierung nicht durch Einsparungen und Kürzungen zu er-



reichen ist. Stattdessen müssen die Einnahmen des Staates erhöht werden – und dabei die Verursacher der Krise zur Verantwortung gezogen werden. Auch die Vermögenden müssen stärker zur Kasse gebeten werden, da die Schere zwischen Arm und Reich ohnehin schon zu weit auseinanderklafft.

Wir IG Metaller fordern deshalb:

- Eine Finanztransaktionssteuer, um die Verursacher der Krise in Haftung zu nehmen und Spekulationen künftig zu erschweren.
- Einen nationalen Lastenausgleich, in dem die Last der Krise durch eine Abgabe auf Vermögen ab einer Million Euro abgetragen wird.
- Eine Besteuerung hoher Einkünfte, um die Zukunftsausgaben in Bildung und Innovation zu finanzieren.
- Eine Anhebung der Körperschaftsteuer für Kapitalgesellschaften.
- Eine europäische Rating-Agentur, die den Finanzsektor bewertet
- Eine Gemeindefinanzreform, die die Einnahmehasis der Kommunen stärkt.



GEMEINSAM FÜR EIN
GUTES LEBEN

IG Metall-Tag am 10. Juli 2010

von 10 Uhr bis 17 Uhr · Ludwigstraße/Paradeplatz



60 Jahre Solidarität in Ingolstadt. Wer sind wir, für was stehen wir?

Am 10. Juli 2010, von 10 Uhr bis 17 Uhr, feiert die IG Metall Ingolstadt ihr 60jähriges Jubiläum in der Ingolstädter Innenstadt, auf dem Paradeplatz und in der Ludwigstraße.

In 13 Aktionszelten zeigen Metallerinnen und Metaller aus den Betrieben der Region Ingolstadt historische und aktuelle Bilder zu dem, was aus ihrer Hände Arbeit entstand und entsteht.

Zum Verweilen lädt der Biergarten mit Livemusik am Paradeplatz ein.