

Gesund im Handwerk

Kooperation Der bayerische Landeskongress 2014 der UnternehmerFrauen im Handwerk (UFH) stand unter dem Motto „Handwerk - deine Frauen“. Die AOK unterstützt den Verband bei der Sozialversicherung und der Betrieblichen Gesundheitsförderung.



Die bayerische Gesundheitsministerin Melanie Huml war Ehrengast und Festrednerin beim Kongress im unterfränkischen Aschaffenburg. Sie machte deutlich, wie wichtig die Arbeitsleistung der UnternehmerFrauen für das Handwerk ist. Längst wirkten sie in ehemaligen Männerdomänen mit und seien ein leuchtendes Vorbild. Ihre Biografien stünden beispielhaft für das, was die Frauenbewegung erreicht hat.

Im Rahmen des diesjährigen Kongresses feierte der UFH sein 20-jähriges Bestehen. Die Landesvorsitzende Margit Niedermaier gab einen kurzen Rückblick auf die Anfänge des Verbandes. Einst schlossen sich rund 200 weibliche Führungskräfte im bayerischen Handwerk in

gerufen. „Die AOK Bayern ist Kooperationspartner. Wir haben seit Jahren Erfahrungen in der Betrieblichen Gesundheitsförderung und können hier gezielt unterstützen“, so Volker Weißmann, AOK-Experte für das Thema „Gesunde Unternehmen“. Details zum Projekt erhalten die Handwerksbetriebe bei den UFH-Ansprechpartnerinnen oder unter www.unternehmerfrauen-bayern.de.

Gesundheitskasse vor Ort. Mit dem Thema „Richtig entspannen und Stress bewältigen“ begleitete die AOK den UFH-Kongress. AOK-Berater aus Aschaffenburg gaben Tipps. Die Besucher konnten testen, wie gut sie entspannen können. ■



>> Auch in der Selbstständigkeit darf Erschöpfung nicht der Normalzustand sein. Wir haben uns viel zu sehr daran gewöhnt, ständig am Limit zu stehen. Das muss nicht sein! <<

*Margit Niedermaier,
Landesvorsitzende des UFH Bayern zum
gemeinsamen Gesundheitsprojekt mit der AOK*

Die bayerische Gesundheitsministerin Melanie Huml (rechts) mit der UFH-Landesvorsitzenden Margit Niedermaier.

sechs regionalen Arbeitskreisen zusammen. Inzwischen zählt der UFH-Landesverband rund 1200 Mitglieder, die in 25 Arbeitskreisen vereinsmäßig organisiert sind. „Wir sind gleichberechtigte Partnerinnen in der Betriebsführung und das Handwerk tut gut daran, das Potenzial von uns Frauen zu nutzen, ob als Gründerinnen, Nachfolgerinnen oder Mit-Unternehmerinnen“, so Margit Niedermaier, die selbst die kaufmännische Leitung des familieneigenen Haustechnik-Unternehmens im oberbayerischen Landkreis Erding innehat.

Gesundheitsprojekt. Eine Umfrage unter den UFH-Mitgliedern im Jahr 2013 ergab, dass auch in den Handwerksunternehmen der Stress zunimmt und zu psychischen Belastungen führt. Um den Ursachen entgegenzuwirken, wurde für 2014 ein Präventionsprojekt ins Leben



04.2.2014 31