

Liebe Kunden, Interessenten und Freunde von mehr.wert.finance!

Der Frühling steht vor der Tür!

Diese Jahreszeit wird von vielen genutzt, um wieder „in Bewegung“ zu kommen. Milde Temperaturen und längeres Tageslicht machen Lust auf Outdoor-Aktivitäten. Wir alle wissen: Die richtige körperliche Betätigung ist ein wichtiger Baustein für unsere Gesundheit.

Aus diesem Grund ist der aktuelle Newsletter ganz der Gesundheit und ihrer Erhaltung gewidmet. Schon in unserer Firmenphilosophie ist verankert: Die finanzielle Absicherung der Gesundheit und der Arbeitskraft sind zentrale Themen in der Beratung.

Burnout ist ein wachsendes Risiko im Berufsleben – neben der finanziellen Absicherung, die wir hier besprechen, ist Prävention aber genauso wichtig.

Als Mehrwert gibt es deshalb an dieser Stelle einen Gastkommentar von Dr. Elke Doppler-Wagner (Dipl. Trainerin für Stressmanagement und Burnout-Prophylaxe) und Mag. Karin Pauer (Dipl. Ernährungswissenschaftlerin & Personaltrainerin) zum Thema Burnout-Prävention.

Ich wünsche Ihnen einen stressfreien Frühling!

Mit freundlichen Grüßen
Wolfgang Kainersdorfer

www.mehrwertfinance.at
office@mehrwertfinance.at
+43 676 3542462

[Die private Gesundheitsvorsorge](#)
[Burnout-Prävention](#)
[Die finanzielle Absicherung bei Berufsunfähigkeit](#)
[Die finanzielle Absicherung im Falle eines Unfalles](#)



Die private Gesundheitsvorsorge

Die österreichische Sozialversicherung deckt die Grundbedürfnisse der Bevölkerung im Krankheitsfall ab. Arztbesuche und medizinisch notwendige Behandlungen im Krankenhaus – all dies wird aus den Beiträgen der Versicherungsnehmer finanziert. Diese Beiträge reichen aber schon heute nicht mehr aus, deshalb wird das Gesundheitssystem aus Steuermitteln gestützt. Zukünftig wird auch in diesen Bereichen mehr gespart werden, und spezielle Sonderleistungen werden immer häufiger privat übernommen werden müssen.



Sie können es sich nicht leisten, stundenlang im Wartezimmer einer Arztpraxis zu verbringen – Sie wollen, dass der Arzt sich ausreichend Zeit für Sie nimmt?

Dann wird Sie Ihr Weg zu einem Wahlarzt oder Privatarzt führen, der seine Leistung als Privathonorar in Rechnung stellt. Einen kleinen Teil davon refundiert der gesetzliche Krankenversicherer – den Rest kann eine passende Gesundheitsversicherung abdecken.

Kürzlich haben Sie jemanden im Spital besucht und waren erstaunt, dass doch viele Patienten am Gang „zwischengeparkt“ werden. Sie wollen dafür sorgen, dass es Ihnen im Fall des Falles nicht so ergeht?

Auch hier kann eine private Versicherung Abhilfe schaffen. Zudem bieten private Krankenversicherungen oft auch Unterstützung bei der Finanzierung von Präventivmaßnahmen!

So gibt es Gesellschaften, die einen Kostenbeitrag zum Fitnesscenter leisten oder die Kosten für einen Hotelaufenthalt inklusive einer umfangreichen Gesundenuntersuchung übernehmen.

Es gibt eine Vielzahl von Tarifen und Möglichkeiten, aus denen es die für Sie geeignete zu wählen gilt. Eines ist aber überall gleich:

Wenn Sie privat vorsorgen wollen, sollten Sie möglichst in jungen Jahren starten (und noch nicht krank sein), da für die Prämienhöhe das Einstiegsalter und der Gesundheitszustand des Versicherten ausschlaggebend sind.

Kinder kann man bereits mit der Geburt versichern, damit sichert man seinen Sprösslingen oder Enkelkindern die bestmögliche Versorgung im Krankheitsfalle und den günstigen Einstieg in die private Gesundheitsvorsorge.

Die Möglichkeiten sind sehr vielfältig – eine persönliche Beratung hilft Ihnen dabei, die für Sie optimale Lösung zu finden.

Kontaktieren Sie uns – wir beraten Sie individuell und persönlich

Burnout-Prävention

Gastkommentar: Dr. Elke Doppler-Wagner und Mag. Karin Pauer

FUNKTIONIERE ICH NOCH, ODER LEBE ICH SCHON?

Sorgen Sie vor, es geht um Sie und Ihre Gesundheit! Sie werden dafür großzügig belohnt!

Fühlen Sie sich ständig erschöpft, innerlich unruhig und nervös? Haben Sie Schlafstörungen? Grübeln Sie vermehrt? Empfinden Sie das Leben in letzter Zeit als sinnlos? Haben Sie Schmerzen ohne medizinische Erklärung? Fühlen Sie sich ausgelaugt und lustlos? Können Sie sich noch freuen?

Immer mehr Menschen jagen heutzutage Rollenbildern nach, die über die Werbung, Medien, aber auch über unsere Gesellschaft transportiert und vorgegeben werden. Auf der Suche nach dem großen Glück streben sie nach Wirtschaftswachstum, Wohlstand und Konsum, während die wahren persönlichen Bedürfnisse ignoriert werden. Das Ergebnis ist in der Folge nicht Lebensfreude, Glück und Zufriedenheit sondern immer öfter Erschöpfung, Krankheit und Sinnverlust.

Die heutigen gesellschaftlichen und beruflichen Anforderungen, immer erreichbar und verfügbar zu sein, noch mehr zu bewältigen mit noch weniger Personal in noch kürzerer Zeit und dabei keine menschlichen Schwächen zeigen zu dürfen, kann nicht funktionieren ... die körperliche, emotionale, geistig-mentale und soziale Erschöpfung sind ein schweres Los!

Wussten Sie schon,

- dass die Weltgesundheitsbehörde WHO den negativen, chronischen Stress zur größten Gesundheitsgefahr unseres Jahrhunderts erklärt hat?
- dass durch die körperlichen Stressreaktionen das Risiko vieler Folgekrankheiten erhöht wird?
- dass 30% der erwerbsfähigen Bevölkerung Österreichs aufgrund psychischer Erkrankungen über die Krankenkassen behandelt werden?
- dass die durchschnittliche Krankenstandsdauer 11 Tage ausmacht, der Krankenstand bei psychischen Erkrankungen jedoch im Schnitt mehr als drei Mal so lange – ca. 40 Tage – dauert? dass es bei Burnout eines Mitarbeiters zu Ausfallzeiten von 3 – 12 Monaten und mehr kommen kann?
- dass bei Burnout für den Arbeitgeber ein finanzieller Schaden von bis zu 130.000 Euro pro Mitarbeiter entstehen kann?
- dass psychische Erkrankungen in Österreich schon jetzt einen volkswirtschaftlichen Schaden von jährlich 7 Mrd. Euro verursachen – Tendenz stark steigend?

...und wussten Sie, dass Sie vorbeugend sehr viel für Ihre Gesundheit tun können?



© www.burnout-vorsorgeaktiv.at

Burnout VorsorgeAKTIV und U-Fit bieten Vorträge, Seminare und Einzel- und Gruppentraining zu Stressbewältigung und Burnout-Prävention. Ziel der Burnout VorsorgeAKTIV ist, begleitende Hilfe zur Selbsthilfe zu geben und Wege aufzuzeigen, um die körperliche und psychische Anspannung und Entspannung in einer gesunden Balance zu halten.

Sorgen Sie vor: Wir begleiten Sie ganzheitlich auf Ihrem Weg aus der Stressfalle hin zu einer belastungsreduzierten Einstellung und gesundheitsförderlichen Haltung – und schlussendlich zu mehr Lebensqualität und persönlicher Freiheit!

Informationen und Anmeldung:

Burnout VorsorgeAKTIV
Dr. Elke Doppler-Wagner
Dipl. Trainerin Stressmanagement und Burnout Prophylaxe
Dipl. Burnout Beauftragte im Unternehmen
0676/8926 32058
burnout@vorsorgeaktiv.at

www.burnout-vorsorgeaktiv.at

U-Fit

Mag. Karin Pauer
Ernährungswissenschaftlerin & Personaltrainerin
0676/351 98 27
karin.pauer@u-fit.at

www.u-fit.at

Die finanzielle Absicherung bei Berufsunfähigkeit

Sie stehen jeden Morgen auf, um in die Arbeit zu gehen.

Mit Ihrem Verdienst zahlen Sie die Miete, den Kredit und bestreiten Ihren Lebensunterhalt. Sie finanzieren Ihre Freizeit, fahren auf Urlaub, und im Optimalfall können Sie für später noch etwas auf die Seite legen.

Wenn Sie Familie haben und vielleicht auch noch Alleinverdiener sind, tragen Sie auch die finanzielle Verantwortung für Ihre Angehörigen.

Stellen Sie sich vor, Sie schaffen es eines Tages nicht mehr, aufzustehen und zur Arbeit zu gehen.

Es geht hier nicht um kurzfristige Krankheiten, es geht um die dauerhafte Unfähigkeit, im Erwerbsleben zu bleiben.

Die durchschnittliche Berufsunfähigkeitsrente beträgt für Arbeiter/innen: Euro 879,-/Monat und für Angestellte 1186,-/Monat. Jeweils Brutto. Rechnen Sie selbst nach, ob Sie mit diesen Beträgen die oben genannten Verpflichtungen einhalten können.

Eine Berufsunfähigkeitsversicherung hilft Ihnen nicht, im Erwerbsleben zu bleiben – aber Sie kann helfen, die finanziellen Risiken abzufedern.

Die Prämien von Berufsunfähigkeitsversicherungen richten sich nach ausgeübtem Beruf, Laufzeit der Versicherung, Einstiegsalter und Vorerkrankungen.

Auch hier gilt wie bei der privaten Gesundheitsvorsorge: Je früher Sie beginnen, desto günstiger ist die Prämie.

**Sie wollen wissen, wie Ihr Status hinsichtlich Berufsunfähigkeit aussieht?
Sie wollen dieses Risiko absichern? Wir können Ihre aktuelle Situation genau berechnen!**

Kontaktieren Sie uns – wir beraten Sie individuell und persönlich



Die finanzielle Absicherung im Falle eines Unfalles

Unfälle passieren während der Arbeit, in der Freizeit, im Haushalt...

Meist gehen Sie glimpflich aus: vielleicht ein paar Abschürfungen, ein paar Prellungen oder einmal ein Knochenbruch, der in 6 Wochen wieder verheilt.

Aber eben nur meist. In einigen wenigen Fällen bleiben nach einem Unfall schwere Beeinträchtigungen. Das Leben muss komplett umgestellt werden; wenn jede Stiege zur Qual wird, bleibt einem nichts Anderes übrig, als die Wohnung/das Haus umzubauen oder überhaupt umzuziehen.

Wer bezahlt das alles? Haben Sie Rücklagen dafür?

Um die finanziellen Risiken eines Unfalls abzusichern, gibt es die private Unfallversicherung. Die Kosten für eine Unfallversicherung orientieren sich an der gewünschten Leistung – auch der ausgeübte Beruf oder betriebene Sportarten sind risikorelevant.

Sie haben schon eine Unfallversicherung? Kennen Sie die Bedingungen genau? Wissen Sie, wann wieviel bezahlt wird?

Gerne überprüfen wir Umfang und Angemessenheit Ihrer Absicherung.

[Kontaktieren Sie uns – wir beraten Sie individuell und persönlich](#)

