

# Neubau Clinica Holistica Engiadina

  
CLINICA  
HOLISTICA  
ENGIADINA  
SUSCH (Engadin/Schweiz)



# Fenster für Behaglichkeit und Weitsicht

Danke, dass wir unseren Beitrag an Ihrem einzigartigen Haus leisten durften.  
Wir wünschen Ihnen und Ihren Gästen viele gute Zeiten darin.

KULTUR IN HOLZ  
planen, gestalten, ausführen  
Häuser, Fenster, Innenräume

**Künzli**  
**DAVOS**  
www.kuenzli-davos.ch  
081 410 16 66



[www.angelini.ag](http://www.angelini.ag)

Hoch- und Tiefbau  
Umbauten  
Kundenmaurer  
Gipserarbeiten



7550 Scuol

Tel. 081 864 18 42

Fax 081 864 96 66

E-Mail: [a.mayerhaustechnik@bluewin.ch](mailto:a.mayerhaustechnik@bluewin.ch)

Filiale: 7563 Samnaun

Heizung, Sanitär,  
Spenglerei, Dachdecker

*Ihr Wohl liegt  
uns am Herzen!*



# Ein neues Angebot für die ganze Schweiz und das benachbarte Ausland

Vor drei Jahren ist die Idee der Clinica Holistica Engiadina SA entstanden. Ein Zentrum für Stressfolgeerkrankungen, oder auch: Die Fachklinik für Burnout in der Schweiz. Uns war klar, dass wir Persönlichkeiten aus der Gesundheitsbranche herbeiziehen mussten. Ziemlich rasch haben wir einen Beirat gegründet, bestehend aus Medizinerinnen, Spital- und Tarifökonominnen und einem Spezialisten im Bereich der Gastronomie.

Wir wussten auch, dass wir unsere Vision realisieren werden. Zwei Standorte standen zur Auswahl: In der Innerschweiz und in Susch. Heute bin ich überzeugt, dass wir mit Susch den richtigen Standort gewählt haben.

Erfreulich ist auch die Tatsache, dass der Kanton mit seinen Amtsstellen stets bestrebt war, mit uns die Herausforderungen gemeinsam anzupacken und zu lösen. Auch das Stimmvolk von Susch hat die projektbezogene Umzonung ohne Gegenstimme gutgeheissen. Die Arbeiten für das Projekt wurden zu 90 Prozent in der Region und im Kanton Graubünden vergeben. Es war uns ein Anliegen das einheimische Gewerbe zu unterstützen. Susch ist ein Kraftort, 320 Tage im Jahr scheint die Sonne, die Natur ist intakt und die Klinik zwischen den Flüssen Susasca und Inn eingebettet. Der Patient und Kunde kann die Natur von der schönsten Seite bewundern.



Der Initiant, Mehrheitsaktionär und Präsident der Clinica Holistica Engiadina, Mattias Bulfoni, bei der Eröffnungsansprache der neuen Klinik in Susch.



Die Clinica Holistica Engiadina SA hat einen Wissenschaftlichen Beirat (von l.n.r.): Prof. Dr. med. Roland von Känel von der Universität Bern, Prof. Dr. med. Arno Schmidt-Trucksäss von der Universität Basel und Beate Schulze von der Universität Zürich.

Heute arbeiten 30 Personen in Susch. Ärzte, Psychologen, Physiotherapeuten, Mal- und Sporttherapeuten sind täglich für das Wohl der Patienten und Kunden besorgt. Unser Konzept sieht die ambulante und stationäre Behandlung der Patienten vor. Es besteht auch die Möglichkeit, sich in der Clinica Holistica Engiadina präventiv (vorbeugend) behandeln zu lassen.

Die Clinica Holistica Engiadina ist stolz, einen wissenschaftlichen Beirat mit Professoren der Universitäten Bern, Zürich und Basel zu haben. Sie zeichnen zusammen mit unserem Fachpersonal für Professionalität und Qualität.

Wer sich für ein ambulantes, stationäres oder präventives Angebot interessiert, dem steht unser Fachpersonal jederzeit für weitere Auskünfte zur Verfügung (Tel. 081 300 20 30).

Mehr ist auch auf unserer Internetseite zu erfahren: [www.clinica-holistica.ch](http://www.clinica-holistica.ch).

Mattias Bulfoni

## Die Clinica Holistica Engiadina

Die Clinica Holistica Engiadina in Susch wurde in den letzten rund 18 Monaten gebaut. Im Zentrum für Stressfolgeerkrankungen werden ambulante und stationäre Behandlungen angeboten. Es besteht auch die Möglichkeit, sich präventiv behandeln zu lassen. Die Klinikleitung macht für Interessierte entsprechende Angebote.

Die Clinica Holistica hat 41 Zimmer, eine grosszügige Wellness- und Therapieanlage, einen grossen Fitnesspark und liegt wunderschön eingebettet mitten in der Berglandschaft des Engadins.

Es wurden 30 neue Arbeitsplätze geschaffen: 17 Personen arbeiten im medizinischen Bereich, 13 in der Verwaltung und in der Hotellerie.

Mattias Bulfoni ist der Initiant, Präsident und Mehrheitsaktionär der Klinik. Peter Küenzi und Mario Candreia sind Aktionäre und nehmen zusammen mit Bulfoni Einsitz im Verwaltungsrat der Clinica Holistica Engiadina.

[www.clinica-holistica.ch](http://www.clinica-holistica.ch)



**MAB** <sup>+</sup>**Möbel aus dem Muotathal**  
[www.mab-objekte.ch](http://www.mab-objekte.ch)

Möbelfabrik Betschart AG • Hauptstrasse 178 • 6436 Muotathal • T +41 (0)41 831 80 80 • F +41 (0)41 831 80 70 • info@mab-objekte.ch

Wir bedanken uns für den schönen Auftrag und das entgegengebrachte Vertrauen und wünschen viel Erfolg für die Clinica.

Fa. Christoffel mit Team

**CHRISTOFFEL**

Heizung

Sanitär

Lüftung

7550 Scuol/Vulpera

Natel Tel. 079 432 35 43

Büro Tel. 081 864 01 51



**Triulzi**

**Electra Buin**

WIR DANKEN FÜR DEN GESCHÄTZTEN  
 AUFTRAG UND WÜNSCHEN ALLES GUTE FÜR DIE  
 ZUKUNFT.

Electra Buin SA  
 Sotchà 680  
 7550 Scuol

Triulzi AG  
 Via dal Bagn 2  
 7500 St. Moritz

Tel 081 258 63 00  
 buin@buin.ch  
 www.buin.ch

Tel 081 837 36 66  
 info@triulzi.ch  
 www.triulzi.ch

NUS INGRAZCHAIN PER LA BELLA INCUMBENZA  
 E GAVÜSCHAIN PER L'AVEGNIR TUOT IL BUN.

360° Schweizer Elektrotechnik

Ein Unternehmen der **Burkhalter**  
 Group

# La populaziun craja darcheu in ün avegnir



*Emil Müller, president cumünal*

La Clinica Holistica Engiadina es fabricada ed inaugurada. Bliers s'han dumandats, o as dumondan amo adüna, perche cha inchün vain süll'idea da realisar ün simil proget a Susch o güsta a Susch. Eu crai chi dà argumaints multifaris per quel agir: Sper üna tscherta anonimità pels paziaints, sper la forza da la Susasca e da l'En e la culissa imposanta da muntognas e spuondas stipas sun sgüra eir stats la bainvuglientscha da la Regenza grischuna, da la regiun, ma impustüt eir la bainvuglientscha davart la populaziun da Susch argumaints pesants per rea-

lisar quist proget inovativ precis in nos cumünet.

Natüralmaing cha per mai sco capo ma eir per la populaziun da Susch d'eiran, e sun amo adüna, avantman grondas aspettativas invers la Clinica Holistica.

I sun gnüdas s-chaffidas 25 plazzas da lavur novas, quai vuol dir ca. üna redublaziun da las plazzas da lavur stablas actualas. Plazzas da lavur nu vuol be dir daplü entradas d'impostas, dimperse eir la pussibilità da lavurar e viver i'l listess cumün. Quai vuol dir: Uffants, vita ed impustüt eir vita culturala e politica – las pozzas principalas per l'existenza da nos cumüns.

Chi chi'd es passà tras Susch d'ürant ils ultims duos ons ha pudü verer che movimaint cha uschè ün'investiziun po ragiundscher in ün cumün. A Susch, ün cumün cun ca. 220 abitants, sun gnüts investits i'ls ultims duos ons – culla fabrica da la Clinica Holistica, abitaziuns, chasas e l'ouvra eletrica Susasca – raduond 30 milliuns francs. Che cha quai vuol dir economicamaing per nos cumün, per la regiun, ma eir pel Chantun nun es necessari d'explìchar in detagl.

I's vezza cha schi dà üna spüerta da lavur in cumün schi cha quai dà subit eir üna sgürezza per investir in chasas, abitaziuns ma eir ill'infrastructura. Però quai chi fa a mai, sco capo, il plü grond plashair es chi's vezza cha la populaziun craja darcheu in ün avegnir per lur cumün patern. E na d'invlidar es l'influenza per-

düraivla per tuot ils furnituors da prodots o d'otras prestaziuns, vuol dir per tuot la mansteranza indigena.

I's po sgüra dir cha culla realisaziun da la Clinica Holistica nun es be gnü realisà ün proget chi's cunfà plainamaing culla nouva politica regiunala da la Confederaziun, o cumplettada la spüerta da sandà in nossa regiun, na eu crai propcha cha quist proget po avair ün effet economic perdüraivel per tuot nossa regiun.

In quist sen am resta be plü da m'ingrazchar pro'ls investuors, impustüt pro l'acziunari principal Mathias Bulfoni pel curaschi d'investir quia a Susch. Pel curaschi d'investir in üna uscheditta regiun sainza potenzial da svilup (Potenzialarme Region), pel curaschi d'investir in üna sparta tuottafat nouva ed impustüt eir per la perseveranza da proseguir cun quist'idea eir schi d'eira da surverdscher adüna darcheu impedimaints inaspettato. Eir ün sincer ingrazchamaint a tuot quels chi han portà pro qualchosa a la realisaziun da quist proget, da la Regenza grischuna sur ils uffizis chantunals, la regiun, il cussagl da cumün, la populaziun da Susch ma impustüt eir a tuot la mansteranza chi ha prestà lavur vi da la fabrica.

I'm resta be plü da giavüschar inavant bun success e curaschi a tuot ils collavurators e proprietaris da la Clinica Holistica Engiadina.

Emil Müller  
President cumünal



*In Susch sun gnüts investits i'ls ultims duos ons – culla fabrica da la Clinica Holistica ed oters – raduond 30 milliuns francs.*



# Willkommen in der Gesundheitsregion!

Je mehr Menschen in Städten leben, umso mehr entfernt sich ihr Alltag von der Natur. Konsequenterweise steigt die Sehnsucht danach. Darum ist es naheliegend und offensichtlich: Das Potential unserer Region liegt primär in der intakten Natur. Sie allein ist aber kein Geschäft. Attraktionen, welche die Werte unserer Region verantwortungsbewusst aufnehmen und erlebbar machen, können von der Verbindung mit der Natur- und Kulturlandschaft profitieren. Die Clinica Holistica Susch hat dieses Potenzial, welches einerseits auf der qualitativ hochstehenden Infrastruktur, auf ebensolchen Arbeitsplätzen und hochmodernen Angeboten und Dienstleistungen basiert. Andererseits kann die Clinica Holistica von Susch profitieren, das mit seinem unaufdringlichen Charme und seiner geografischen Offenheit im Zentrum von kulturell unterschiedlichen Räumen beneidenswert in unverwechselbarer Natur- und Kulturlandschaften eingebettet ist. Von der Clinica Holistica



Urs Wohler, Direktor Engadin Scuol Tourismus AG

und von Susch profitiert das lancierte Projekt «Nationalparkregion Gesundheitsregion» (und umgekehrt), welches

bereits bestehende und noch zu entwickelnde neuartige Angebote von Tourismus, Gesundheitswesen und Wellness inhaltlich auf innovative Weise verbinden und gemeinsam vermarkten will.

Wir freuen uns, wenn der Mut, die Zielstrebigkeit und das Engagement der Verantwortlichen raschmöglichst durch zufriedene Gäste, langjährige und motivierte Mitarbeitende und durch Rentabilität belohnt wird! Unseren Beitrag leisten wir durch eine professionelle und transparente Verbindung unserer Tätigkeiten. Unser Know-how in der Produkt- und Dienstleistungsgestaltung sowie in Kommunikation, Distribution und Verkauf sind die konkreten Angebote, mit denen wir die Wertschätzung und den Respekt vor der unternehmerischen Leistung in Wertschöpfung umsetzen helfen.

Urs Wohler,  
Direktor Engadin Scuol  
Tourismus AG, Scuol

## Impressum

**Herausgeber:** Verlag «Engadiner Post/Posta Ladina», St. Moritz

**Konzept:** Urs Dubs, Mario Candreia

**Redaktion:** Urs Dubs

**Fotos:** Clinica Holistica Susch

**Gestaltung:** Ariane Barbüda, Gammeter Druck und Verlag St. Moritz AG

**Inserate:** Publicitas AG St. Moritz/Scuol

**Druck:** Gammeter Druck und Verlag St. Moritz AG, St. Moritz/Scuol

Beilage zur «Engadiner Post/Posta Ladina» Nr. 131 vom Dienstag, 9. November 2010

Die  Tür

Brandschutz- & Innentüren

Tischlerei Telser OHG | Tel. +39 0473 836811 | [www.telser.it](http://www.telser.it)

# Die erste Schweizer Fachklinik für «Burnout» steht in Susch

Die Clinica Holistica Engiadina hat am 4. Oktober 2010 für Patienten ihre Tore eröffnet. Damit besteht in der Schweiz die erste Klinik, die ausschliesslich auf die Beratung und Behandlung von Patientinnen und Patienten mit Erkrankungen infolge chronischer Stresseinwirkung spezialisiert ist. Depressive Störungen und Angststörungen stehen neben chronischen Schlafstörungen und psychosomatischen körperlichen Beschwerden – zum Beispiel dauernder Müdigkeit, Kopf- und Gliederschmerzen oder Magen-Darmbeschwerden – im Vordergrund.

Häufig wurde schon während der Bauphase der Clinica Holistica Engiadina, als man die Klinik langsam wachsen sah, der Mut der Investoren bewundert, in heutiger Zeit ein Klinikprojekt in Angriff zu nehmen. Die Fragen waren:

Erstens: Warum entsteht die Klinik in Susch?

Zweitens: Warum braucht es für die Behandlung stressinduzierter Erkrankungen eine Klinik?

Drittens: Warum wird die Behandlung auf Stressfolgeerkrankungen spezialisiert?

## Prädestinierter Standort

Die Fragen können leicht und sicher beantwortet werden. Susch ist ein vom Tourismus noch wenig entdecktes, malerisches Dorf im Herzen der grandiosen Bergwelt des Engadins. Vom Verkehr ist Susch sehr gut erschlossen: Es liegt nicht nur am Ausgang des Flüelapasses, sondern ebenso am Ende des Vereina-Tunnels und ist damit schneesicher zugänglich. An der Stelle, wo der Inn die wild schäumende Susasca aufnimmt, befindet sich die Clinica Holistica Engiadina wie auf einer kleinen Halbinsel. Der neu erbaute, vom Licht durchflutete Patiententrakt ist flussseitig und ruhig gelegen. Die Aussicht schweift von allen Zimmern weit über ein Flusstal. Das aus dem Jahr 1618 stammende Hotel, beherbergt die teils von altem Arvenholz ausgekleideten Büros und Therapieräume.

Neben dem Speisesaal für die Patienten gibt es ein bereits rege frequentiertes Bistro und ein am Abend geöffnetes Gourmet-Restaurant, das im Dezember 2010 eröffnet wird. Beide Lokale sind auch öffentlich zugänglich. Die von erdig-warmen Tönen durchflu-



Dr. med. Doris Straus

tete Innenarchitektur überzeugt durch ihre Schlichtheit und die sorgfältig aufeinander abgestimmten natürlichen, vorwiegend heimischen Baumaterialien. Das traditionelle Sgraffito an der alten Fassade und im Entree der Klinik schafft trotz aller Moderne eine Verbindung zur Engadiner Bauweise. Die ersten Patienten sind sehr angetan von Susch, wie auch die Einheimischen am Tag der offenen Tür äusserst zahlreich und interessiert der Clinica Holistica Engiadina einen freundlichen Willkommensbesuch abstatteten.

## Für Körper, Seele und Geist

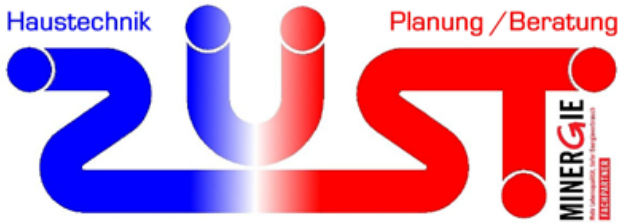
Zur zweiten Frage: Chronischer Stress wirkt – trotz grosser individueller Schwankungsbreite und Unterschiedlichkeit der Auswirkungen – letztlich immer auf Körper, Geist und Seele gleichermaßen. Die erste notwendige Massnahme ist, den Patienten aus der andauernden Belastungssituation zu distanzieren. Dies ist meist nicht mehr durch eine einfache Krankschreibung zuhause zu erreichen, da oft bereits die private Situation über erhöhte Reizbarkeit ebenfalls belastet ist bzw. in der plötzlichen Leere und Erschöpfung sich die depressive Symptomatik über Gedankenkreisen und Selbstvorwürfe nur verschlechtert. Das heisst, die Patienten brauchen Abstand, eine räumliche Trennung und neue Umgebung.

Die Klinik erfüllt die zweite notwendige Voraussetzung, sie ermöglicht eine konzentrierte Diagnostik und das Zusammenwirken verschiedenster Behandlungen für Körper, Seele und Geist. Dies braucht eine Spezialisierung des Angebots (siehe dritte Frage) und eine jeweils ganz auf den Einzelnen individuell abgestimmte Prävention (Vorbeugung) und Behandlung. Zudem ist zu empfehlen, dass eine Therapie möglichst frühzeitig einsetzt, bevor sich dauerhafte oder nur schwer rückbildungsfähige Schädigungen infolge der Stresseinwirkung ausgebildet haben.

Menschen, die gefährdet sind, ein Burnout zu entwickeln, sind zumeist sehr leistungsorientiert und stellen hohe Anforderungen an sich selbst. Trotz der breiten Burnout-Diskussion in den Medien ist es nach wie vor für den Einzelnen eher tabuisiert und extrem schwer zu akzeptieren, selbst betroffen zu sein. Die Gefahr der Diskriminierung ist objektiv vorhanden. Die Clinica Holistica Engiadina will speziell für diese Menschen die Schwelle für Beratung und Therapie niedrig halten und bietet die erforderliche Sicherheit und Diskretion in einer Klinik mit Hotelkomfort.

Dr. med. Doris Straus,  
Chefärztin Clinica Holistica

Haustechnik



Planung / Beratung

Hans-Luzi Züst

Arälia

7214 Grüşch

Internet: [www.zuest-haustechnik.ch](http://www.zuest-haustechnik.ch)  
E-Mail: [info@zuest-haustechnik.ch](mailto:info@zuest-haustechnik.ch)

Tel. 081 300 66 77  
Fax 081 300 66 78

Gewinner des  
Schweizerischen  
Solarpreises 2010



Schweizer Solarpreis

Zertifizierte GEAK-Experten.

Planungsarbeiten der Heizungs-, Lüftungs-  
und Sanitäranlage.

Wir danken der Bauherrschaft für den  
interessanten und geschätzten Auftrag!



**VITALI**

**HAUSTECHNIK**

Lenzerheide / Bergün / Zuoz

Sanitär

Heizung

Lüftung

Wir bedanken uns für den schönen Auftrag, die Fassadenarbeit und die Sgraffitobilder



*Duri Fasser*

LAVUORS DA PITTUR RESTORAZIUNS SGRAFITIS

Duri Fasser Chasa Randulina 7537 Müstair  
tel. 081 858 54 76 natel 079 224 54 29 fax 081 858 58 02  
[atelier.durifasser@bluewin.ch](mailto:atelier.durifasser@bluewin.ch) [www.art-durifasser.ch](http://www.art-durifasser.ch)



# Bericht des Architekturbüros

Anfang November 2008 erhielt unser studio d'architectura castellani & bulfoni scrl von der Bauherrschaft den Auftrag, die erste Burnout-Klinik der Schweiz zu planen und zu realisieren. Für die Planung war Romedi Castellani, Architekt ETH/SPF, 7550 Scuol, verantwortlich, für die Submission und Bauleitung Claudio Bulfoni.

Die Termine waren knapp bemessen, das heisst: Projektierung und Planung ab November 2008; Ausschreibungen und Vergaben bis Ende März 2009; Baubeginn (Abbrucharbeiten) Ende Mai 2009; Bezugstermin Ende Juli 2010.

Da mit Mattias Bulfoni ein sehr entscheidungsfreudiger Bauherr dem Projekt vorstand, konnte die Projektplanung, zusammen mit den Spezialisten, innert sehr kurzer Zeit abgeschlossen und das Baugesuch eingereicht werden.

Die Bewilligung durch Kanton und Gemeinde wurde erteilt, so dass wie geplant Ende Mai 2009 mit den Abbrucharbeiten begonnen werden konnte.

Die Herausforderung für die Bauleitung bestand darin, den bestehenden Hoteltrakt in Büroräume umzubauen und bis Frühling 2010 für den Betrieb freizugeben. Der Neubau wurde parallel dazu hochgezogen. Der Innenausbau der Büroräume kam termingerecht voran und konnte Ende April 2010 dem Betreiber übergeben werden.

Der Rohbau (Neubau) konnte Ende 2009 abgeschlossen werden. Somit wurde der Innenausbau ab Januar 2010 in Angriff genommen. Der Technikraum konnte aus Platzgründen erst im April 2010 gebaut werden (Vorplatzunterkellerung). Dies bedeutete, dass die Installationen darin erst ab Mai 2010 aufgenommen werden konnten. Da waren sämtliche am Bau beteiligten Parteien sehr gefordert.

Damit keine Zeit verloren ging, wurde der Innenausbau der Zimmer im ersten und zweiten Obergeschoss gleichzeitig begonnen. Die Koordination war dabei wichtig, damit die immer noch knappen Termine eingehalten werden konnten.

In Spitzenzeiten waren zwischen 80 und 100 Arbeiter auf der Baustelle beschäftigt.

Ab Juni 2010 konnten die Zimmer eingerichtet werden. Damit für die Eröffnung die Gartenanlage bereits begrünt ist, wurde ein Rollrasen verlegt.

Ende Juli 2010 konnten wir dank guter Zusammenarbeit zwischen Bauherrn, den Unternehmungen und den Spezialisten, die Burnout-Klinik dem Betreiber termingerecht übergeben.

Wir danken der Bauherrschaft für den interessanten und anspruchsvollen Auftrag.

Für die Bauleitung:  
Claudio Bulfoni

ARCHITECTURA  
castellani & bulfoni  
7550 scuol 081 860 08 11 7530 zemez



*Die eng gesteckten Terminziele und die Komplexität des Bauwerks waren für alle Beteiligten eine grosse aber erfolgreich gemeisterte Herausforderung.*





*Zu den Therapie-Angeboten gehören u. a. Fitnessstraining ...*



*... und Malen.*



*Der Ausblick in die dörfliche Umgebung und die Unterengadiner Bergwelt ist Teil der Therapiekonzepte der Clinica Holistica Engiadina.*



*Der Ruheraum des Wellnessbereichs.*



*Der Fitnessraum mit modernsten Geräten.*





*Grosse Fenster in den Zimmern beziehen die Landschaft ins Wohnen ein.*



*Naturmaterialien und Glas prägen die Badezimmeroptik.*



*Auch für Gesellschaftsanlässe: Das Restaurant Susasca.*



*Holz und ein rustikaler Ofen prägen das Ambiente des Besprechungszimmers.*



*Grossräumig und mit Tageslicht: Die Sauna.*

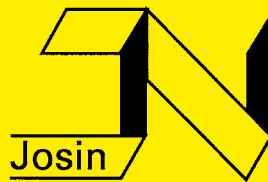


*Die Clinica Holistica Engiadina steht am Zusammenfluss von Inn und Susasca.*



# ENERGIA ENGIADINA

Tel. 081 861 23 00  
www.ee-energia-engiadina.ch



**neuhäusler**  
affar da pittur  
7542 Susch

Tel. + Fax 081 862 28 88, Natel 079 221 34 78  
E-Mail: j.neuhaeusler@bluewin.ch

LAVURS DA PITTUR

MALERARBEITEN  
GERÜSTBAU  
AUSSENISOLATIONEN

PUNTINADAS

ABLAUGEARBEITEN  
LEICHTBAUTRENNWÄNDE  
BESCHRIFTUNGEN

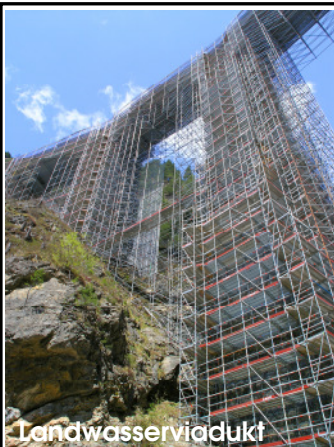
ISOLAZIUNS

# Beer

Eusebius Beer **Gipser- und Stukkaturgeschäft** 7504 Pontresina

Ausführung der verputzten Aussenwärmedämmung

Danke der Bauherrschaft für den Auftrag



Landwasserviadukt

# Lawil

Gerüstbau mit Technik

**Lawil Gerüste AG**  
Palaweg  
7430 Thusis

Tel | 081 651 31 41 Fax | 081 860 38 46

[www.lawil.ch](http://www.lawil.ch)  
[info@lawil.ch](mailto:info@lawil.ch)

# Es gibt das Burnout – und seine wirtschaftlichen Folgen

Viele Menschen entwickeln heute infolge anhaltend hoher Stressbelastung eine chronische Erschöpfung und körperliche Beschwerden. Erste Symptome sind häufig körperliche Beschwerden wie Schlafstörungen, Kopf- oder Rückenschmerzen und Verdauungsstörungen. Unter andauerndem Druck am Arbeitsplatz steigt der persönliche Einsatz auf Kosten von Erholungsphasen und eigenen Bedürfnissen. Konzentrations- und Gedächtnisstörungen stellen sich ein. Die Folge sind oft Selbstzweifel oder Ängste, die erwartete Leistung nicht mehr zu erbringen.

Was zuvor eine positive Herausforderung war, löst Widerwillen und Gereiztheit aus. Motivation und Kreativität sinken. Damit beginnt ein schädigender Kreislauf von sinkender persönlicher Leistungsfähigkeit bei gleichzeitig steigendem Einsatz und zunehmender Erschöpfung. Das Durchhalten unter chronischer Stressbelastung kann schliesslich in einen Zustand depressiver Verzweiflung und Aussichtslosigkeit münden.

## Belächelt und gefürchtet

Die Reaktionen in dieser privat und öffentlich geführten Diskussion sind sehr verschieden. Burnout wird belächelt, bagatellisiert, angeschuldigt und gefürchtet. Burnout wird aber auch berechnet und wissenschaftlich untersucht. Dabei

zeigt sich, dass akute und kurz anhaltende Stressreaktionen nicht zu einem Burnout-Syndrom führen. Vielmehr entwickelt sich ein Burnout-Prozess langsam unter chronischem Stress, der uns individuell überfordert, den wir nicht mehr kontrollieren können.

Was wir als «Stress» empfinden, ist sehr verschieden, aber für unsere körperlichen und psychischen Reaktionen entscheidend. Ein Beispiel: Vielleicht empfinden wir die Arbeitsanforderungen und unseren Einsatz auf Dauer als viel zu hoch und die Anerkennung und Gratifikation dafür als viel zu niedrig? Das Gefühl, in einer unfairen Lage festzustecken – auch das bedeutet «Stress», der krank machen kann.

Es ist wissenschaftlich belegt, dass die körperlichen Folgen chronischer, langanhaltender Stressbelastung das Risiko erhöhen, Erkrankungen des Herzkreislaufsystems, des Stoffwechsels, allergische und psychische Erkrankungen, sogar Selbstmordgefährdung zu entwickeln. Da diese Erkrankungen ein oder mehrere Organsysteme betreffen, werden sie auch stressbedingte Systemerkrankung genannt. Das bedeutet, ein Burnout-Syndrom ist ernst zu nehmen, es kann lebensbedrohlich oder gar tödlich verlaufen.

Der Eindruck, die Belastung nehme in der heutigen Gesellschaft zu, ist nicht unberechtigt. So hat die Produktivität pro Arbeitsstunde in der Schweiz seit den 1960er-Jahren um 255 Prozent zugenommen. Die mittlere nächtliche Schlafdauer nahm im letzten Jahrhundert in der westlichen Welt um zwei Stunden ab, was längeren Arbeitswegen, Arbeitsüberzeiten und dem Fernsehkonsum anzulasten ist.

## Stressfolgekosten: 4,2 Milliarden

Die SECO-Studie des Staatssekretariats für Wirtschaft aus dem Jahr 2000 errechnete, dass die Kosten für Stressfolgeschäden in der Schweiz 1,2 Prozent des Brutto-Inlandprodukts (BIP), nämlich 4,2 Milliarden Schweizer Franken, für Arbeits- und Produktivitätsausfälle als Stressfolgen betragen. Die Gesundheitskosten haben daran nur einen verschwindend kleinen Anteil. In Deutschland waren es 1,9 Prozent BIP, entsprechend 42 Milliarden an Stressfolgekosten.

Damit wird noch einmal die Behandlungsbedürftigkeit des Burnout-Syndroms deutlich, nicht nur wegen der schwerwiegenden Belastungen, die es für die Betroffenen und ihre Angehörigen bedeutet, sondern auch aus volkswirtschaftlicher Sicht. Nicht nur jeder Einzelne, auch Organisationen und Wirtschaftsunternehmen sind gut beraten, möglichst frühzeitig eine vorbeugende fachkundige Beratung zu suchen und die Burnout-Problematik nicht zu tabuisieren und zu stigmatisieren. Dies schon deshalb, weil die Frage ungeklärt ist, wie gut fortgeschrittene stressinduzierte Schäden rückbildungsfähig sind.

Für den einzelnen Betroffenen nützt es in der Regel wenig, nur die Belastungssituation zu verändern (falls das möglich ist). Neben der notwendigen vorübergehenden Distanz zur Belastungssituation ist es wichtig, die eigene Kernkompetenz der Stressbewältigung zu stärken. Dafür ist über eine schlichte Erholungspause hinaus die Beschäftigung mit den eigenen Verhaltensmustern erforderlich, die uns neben äusseren Bedingungen immer wieder in die Burnout-Spirale bringen.

Dr. med. Hildburg Porschke,  
Stv. Chefärztin



Dr. med. Hildburg Porschke

# BENDERER www.BETON-BOHR.ch

BOHREN / FRÄSEN / SEILEN

Giacomin Benderer • 7554 Sent/GR  
Tel. 079 286 65 77 • info@beton-bohr.ch

## FOFFA CONRAD

[www.foffa-conrad.ch](http://www.foffa-conrad.ch)

Vos partenari per lavurs da construcziun ota e bassa, lavurs in lain e lovaplattas  
Ihr Partner für Hochbau-, Tiefbau, Holzbau- und Plattenarbeiten



**ZANOLARI**  
traumhaftGLAS.

Innovative Lösungen fachgerecht montiert - dafür steht Zanolari als Spezialist im Glasanlegebau.

Ihre Wünsche werden termingerecht und unkompliziert umgesetzt - dank interner Glasbearbeitung und einem grossen Lager von Beschlägen und Profilen. Duschtrennwände, Ganzglasanlagen, Schiebetüren oder Wandverkleidungen - bei Zanolari ist alles möglich.

Via Plarena 5 - 7013 Domat/Ems - Tel 081 650 32 00 - Fax 081 650 32 10 - info@zanolari-glas.ch - www.zanolari-glas.ch



# Das Restaurant Susasca – auch für Firmenanlässe und Tagungen

Das Restaurant Susasca in Susch wurde im August eröffnet. Es bietet 30 Sitzplätze. Im einzigartigen Gourmetstübli haben weitere 25 Personen Platz. Das Gourmet-Stübli wurde speziell nach Engadinerstil geschaffen, das heisst mit Arvenholz als augenfälligstem Baumaterial und Sgraffiti. Der Gast im Gourmet-Stübli kann so das wunderbare Bergpanorama mit dem Piz Linard bewundern – eine Sgraffito-Arbeit des Münstertaler Künstlers Duri Fasser. Für Firmenanlässe und Tagungen sind auch genügend Parkplätze vorhanden.

## Regionale-mediterrane Küche

Das Restaurant Susasca und das Gourmet-Stübli sind rustikal und doch modern eingerichtet. Den Gast erwartet eine regional-mediterrane Küche mit Frischprodukten aus der Region. Das Angebot ist gross. Es werden auch saisonale Besonderheiten angeboten. Am Mittag gibt es Menus zur Auswahl. Auf der Weinkarte findet man Weine aus der Bündner Herrschaft, der Schweiz, Italien, Frankreich und Spanien.

Das Restaurant Susasca, das an die Clinica Holistica Engiadina angebaut ist, bietet auch Raum für grössere Anlässe. Es können Angebote gemacht werden für Seminare und Firmenanlässe. Die maximale Kapazität liegt bei 70 Personen.



Mario Candreia leitet das Restaurant Susasca und den Hotelleriebereich der Clinica Holistica Engiadina.



Das Gourmet-Stübli mit dem Piz Linard als Wand-Sgraffito ...



Die Gouvernante Nadja Potenza bei ihrer täglichen Arbeit.



... wie die übrigen Sgraffiti ein Werk des Münstertaler Künstlers Duri Fasser.



