



Gesundheitsförderung Schweiz  
Promotion Santé Suisse  
Promozione Salute Svizzera



Gesundheitsförderung Schweiz

# **BGM Betriebliches Gesundheitsmanagement**

**Erfolgreiche Organisationen dank gesunden Mitarbeitenden!**

Mittwoch, 3. Mai 2023: Innovationstagung OST - Nächster Halt: New Work

# lifetime health



**Berufliche und soziale Integration  
Gesundheitsbildung und Beratung  
Betriebliches Gesundheitsmanagement**

[www.lifetimehealth.ch](http://www.lifetimehealth.ch)



**startrampe**  
Berufliche Integration



Gesundheitsförderung Schweiz  
Promotion Santé Suisse  
Promozione Salute Svizzera

**Samuel Maurer**  
Akkreditierter Berater  
und Assessor für  
Friendly Work Space



[www.lifetimehealth.ch](http://www.lifetimehealth.ch)

Wir beraten mit den Angeboten  
Friendly Work Space von:



Gesundheitsförderung Schweiz  
Promotion Santé Suisse  
Promozione Salute Svizzera

# lifetime health



Gesundheitsförderung Schweiz  
Promotion Santé Suisse  
Promozione Salute Svizzera



## BETRIEBLICHES GESUNDHEITS- MANAGEMENT

### BERATUNG & FÜHRUNG

**Standortbestimmung Friendly Work Space**  
Wir machen eine umfassende Standortbestimmung Ihres BGM auf Grundlage evidenzbasierter Kriterien von Gesundheitsförderung Schweiz – inkl. Bericht und Roadmap zum Label.

**FWS Job-Stress-Analysis (JSA)**  
Mit der JSA verschaffen Sie sich einen Überblick über die Belastungen und Ressourcen in Ihrem Unternehmen. Der Online-Fragebogen ist wissenschaftlich geprüft.



**BGM für KMU**  
Wir führen eine einfache und effiziente Standortbestimmung mit gesundheitsrelevanten Erkenntnissen über Ihren Betrieb durch – mit direkt umsetzbarem Nutzen plus Methodik für nachhaltige Umsetzung.

**Absenzenmanagement**  
Wir erarbeiten auf Ihre Organisation zugeschnittene Prozesse im Umgang mit Absenzen und deren Verankerung und Umsetzung mit der gewünschten Wirkung.

**Case Management**  
Sie erhalten Unterstützung bei der gezielten Begleitung eines Menschen, der sich als Arbeitnehmende\*r in einem Heilungs- und Verarbeitungsprozess von Krankheit, Unfall oder psychischer Überbelastung befindet.

### PHYSISCHE GESUNDHEIT

**Ergonomie am Arbeitsplatz**  
Mangelnde Bewegung? Verspannungen? Rückenschmerzen? Steigern Sie Ihr Wohlbefinden durch eine ergonomische Arbeitsplatzgestaltung und gesundheitsbewusste Verhaltensweisen.

**Prep for Work**  
Körperlich anspruchsvolle Arbeit birgt gesundheitliche Risiken. Das Bewegungsprogramm Prep for Work macht Spass, steigert Ihr Wohlbefinden und erhöht die Sicherheit.

**Energie-Pfad**  
Sie erhalten ein effizientes Programm zur Aktivierung Ihrer physischen und psychischen Energie durch Dehnen und Kräftigen, Atemtechniken und Akupressur – analog und digital verfügbar.

**Gesunder Rücken**  
Der Workshop verbindet theoretischen Hintergrund mit einem individuellen Rückenscan. So erhalten Sie gezielte Übungen für Ihren Rücken.

**Bewegung am Arbeitsplatz**  
Fördern Sie Leistungsfähigkeit und Wohlbefinden an Ihrem Arbeitsplatz durch ein bewegungsfreundliches Arbeitsverhalten und Pflege der Arbeitsumgebung.

### TEAM-TAG

**Erlebnistag**  
Wir führen für Ihren Betrieb ganzheitliche Sporttage oder individuelle Weiterbildungstage gemäss Ihren Bedürfnissen durch, mit Workshops aus den Bereichen Arbeitsmethodik, Bewegung und Gesundheit sowie Kommunikation.

### PSYCHISCHE GESUNDHEIT

**Ressourcenmanagement**  
Wir organisieren praxisorientierte Workshops und Schulungen zu Wohlbefinden, Leistungsfähigkeit und Stress – für einen achtsameren und bewussteren Umgang mit den persönlichen Ressourcen.

**Ressourcenparcours**  
Mit dieser Kombination von Bewegung und gegenseitigem Austausch in Kleingruppen draussen in der Natur führen Sie eine erlebnisorientierte Standortbestimmung der persönlichen Ressourcen durch.

**Umgang mit Schichtarbeit**  
Schichtarbeit stellt hohe Anforderungen an Sie. Wir helfen Ihnen dabei, Ernährung, Bewegung, Schlaf und das soziale Umfeld im Alltag zu balancieren.

**Gesundheitsförderung in der Arbeitsagogik**  
Bei der täglichen Arbeit stehen zumeist die Klient\*innen im Vordergrund. Wechseln Sie die Perspektive und finden Sie alltägliche Ressourcen für Ihre eigene Gesundheit.

### GESUNDE SCHULE

**Check Gesunde Schule**  
Führen Sie eine einfache und effiziente Standortbestimmung mit gesundheitsrelevanten Erkenntnissen an Ihrer Schule durch – mit direkt umsetzbarem Nutzen inklusive Methodik für nachhaltige Umsetzung.

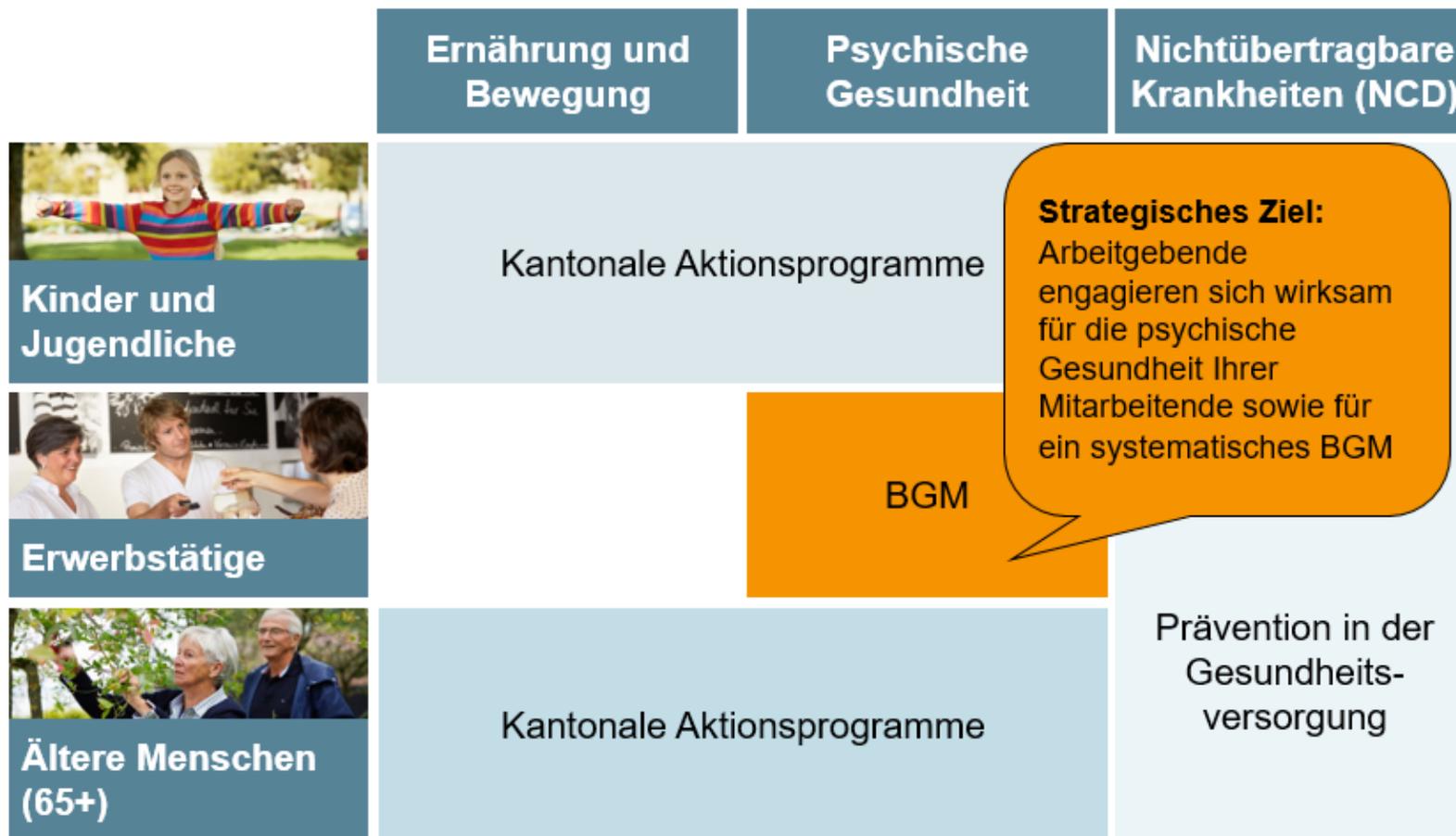
**Schule handelt**  
Wir begleiten den Schulentwicklungsprozess zur Stärkung der Gesundheit aller Mitarbeitenden und Etablierung von systematischer betrieblicher Gesundheitsförderung an Schulen.

# Stiftungsauftrag und Schwerpunkte



Gesundheitsförderung Schweiz  
 Promotion Santé Suisse  
 Promozione Salute Svizzera

Initiieren, koordinieren und evaluieren von Massnahmen zur Förderung der Gesundheit und Verhütung von Krankheiten (KVG, Art.19)

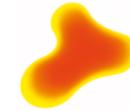


# Agenda



Gesundheitsförderung Schweiz  
Promotion Santé Suisse  
Promozione Salute Svizzera

- Was ist betriebliches Gesundheitsmanagement?
- Wie wird BGM in der Schweiz umgesetzt?
- Was heisst systematisches BGM?
- Welche BGM-Tools gibt es?
- Welche Anregungen gibt es für den Einstieg ins BGM?



Gesundheitsförderung Schweiz  
Promotion Santé Suisse  
Promozione Salute Svizzera

# Was ist Betriebliches Gesundheits- management (BGM)?

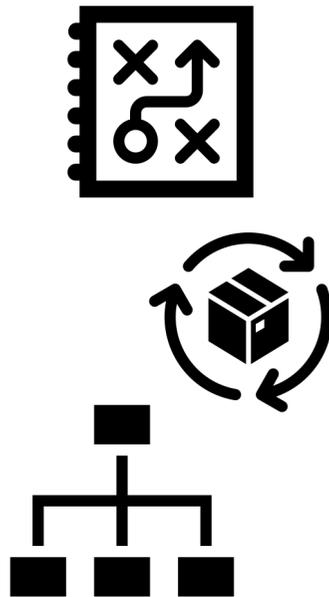
# Unterschied BGM - BGF



Gesundheitsförderung Schweiz  
Promotion Santé Suisse  
Promozione Salute Svizzera

## BGM

- Kultur
- Strategie
- Struktur
- Prozesse
- ...



## BGF

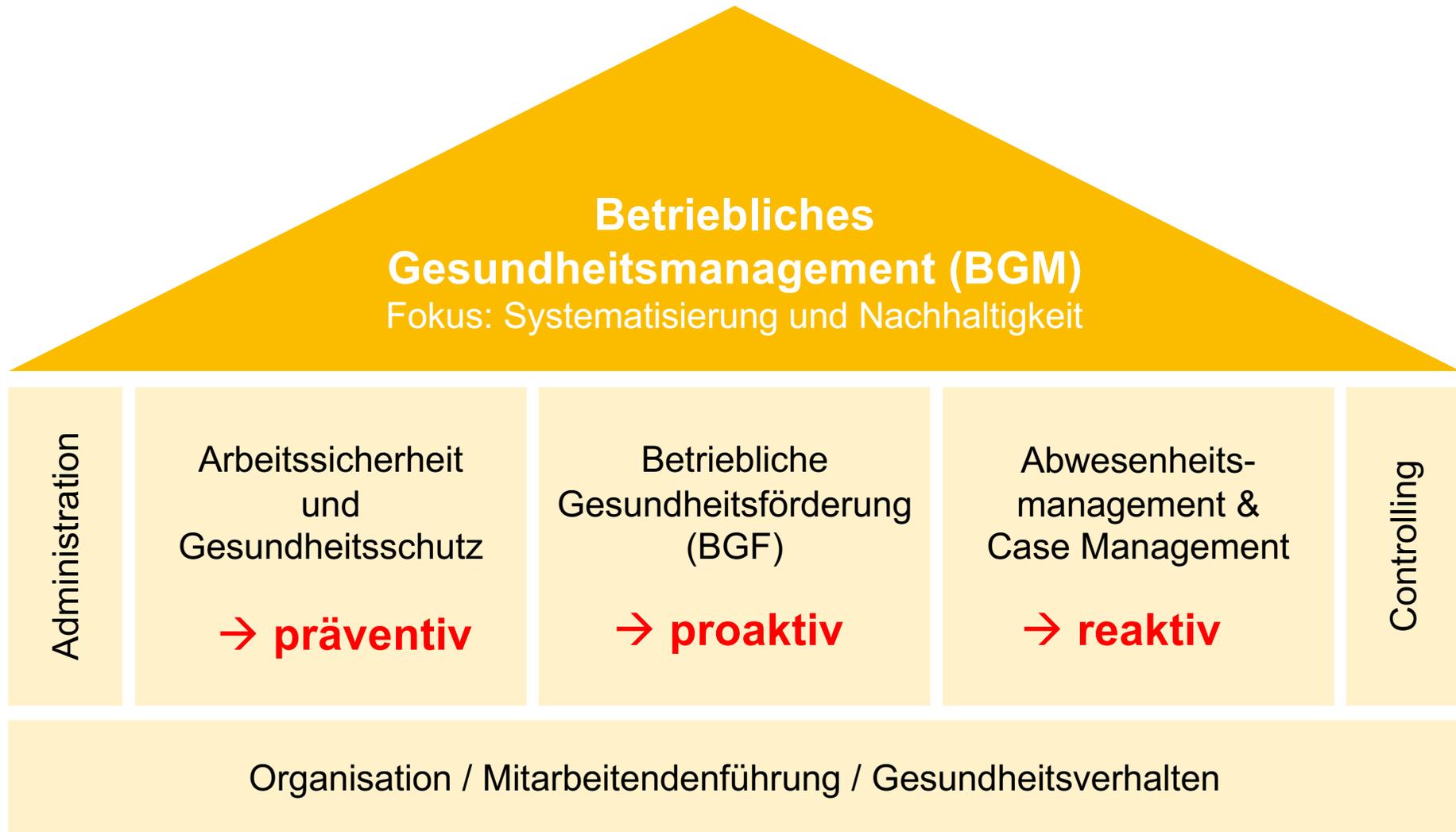
- Ergonomie
- Fitness und Bewegung
- Ernährung
- Gesundheitschecks
- ...



# BGM Definition



Gesundheitsförderung Schweiz  
Promotion Santé Suisse  
Promozione Salute Svizzera



*in Anlehnung an Ulich & Wülser, 2004*

# Was ist BGM?



Gesundheitsförderung Schweiz  
Promotion Santé Suisse  
Promozione Salute Svizzera

- **Definition BGM**

Das betriebliche Gesundheitsmanagement (BGM) ist die systematische Optimierung relevanter Faktoren für die Gesundheit im Betrieb. Das BGM schafft mittels Anpassung von Strukturen und Prozessen im Unternehmen günstige Bedingungen für die Gesundheit der Mitarbeitenden und trägt so zum Erfolg des Unternehmens bei. BGM erfordert die Beteiligung aller Personengruppen im Unternehmen, ist in dessen Management integriert und kommt in seiner Kultur zum Ausdruck. (In Anlehnung an Badura et al. 1999, wie zitiert in Füllemann et al. 2017)

# Warum BGM?



Gesundheitsförderung Schweiz  
Promotion Santé Suisse  
Promozione Salute Svizzera

**30%**

**Erwerbstätige fühlen sich ziemlich oder sehr emotional erschöpft <sup>1)</sup>**

**45%**

**Erwerbstätige verfügen über ein fragiles Gleichgewicht von Ressourcen und Belastungen <sup>1)</sup>**

**49%**

**IV-Renten in Folge psychischer Erkrankung <sup>2)</sup>**

**6,5**

**Milliarden Franken pro Jahr kostet der Stress die Arbeitgeber pro Jahr <sup>1)</sup>**

## Quellen

<sup>1)</sup> GFCH Faktenblatt 72, Job-Stress-Index 2022

<sup>2)</sup> IV-Statistik 2021, Jahresbericht, Bundesamt für Sozialversicherungen

# Welche Wirkung können wir mit BGM erzielen?



Gesundheitsförderung Schweiz  
Promotion Santé Suisse  
Promozione Salute Svizzera

## GESUNDE MITARBEITENDE

- Langfristige Erhaltung der Arbeits-/Leistungsfähigkeit
- Bessere Gesundheit
- Veränderung der Arbeitszufriedenheit und Motivation
- Weniger psychische und physische Belastungen, mehr Ressourcen
- Besserer Umgang mit unternehmerischen Herausforderungen

## GESUNDES UNTERNEHMEN

- Bessere Arbeitsbedingungen
- Optimierte Prozesse
- Gesundheitsförderliches Betriebsklima
- Mitarbeiterorientierte Führung
- Innovationsfähigkeit
- Mitarbeiterbindung
- Gestärktes Unternehmensimage

## FINANZIELLER GEWINN

- Reduktion der Absenkkosten<sup>1</sup>
- Weniger Ersatz- und Aushilfspersonen
- Weniger Fluktuationen
- Klar positives Kosten-Nutzenverhältnis<sup>2</sup>

<sup>1</sup> Schweizer Studie SWiNG (2011): 3-jähriges Projekt (8 Betriebe, 3000 Mitarbeitende) mit Standortbestimmung, Massnahmen und Interventionen.

<sup>2</sup> Internationale Studien: iga Report 28 (2015), Studie Chapman LS et al., (2005), Kosten-Nutzenverhältnis zwischen 1:3 bis 1:6

# Welche Wirkung können wir mit BGM erzielen?



Gesundheitsförderung Schweiz  
Promotion Santé Suisse  
Promozione Salute Svizzera



[Download](#)

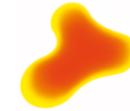
Betriebliches Gesundheitsmanagement (BGM)

## Themen und Publikationen

Startseite > Betriebliches Gesundheitsmanagement > Themen und Publikationen

Entdecken Sie unsere Themenseiten und Publikationen rund um das betriebliche Gesundheitsmanagement (BGM). Wir informieren Sie über die wichtigsten Entwicklungen und Erkenntnisse, wie Sie die Gesundheit am Arbeitsplatz fördern können.

[Download](#)



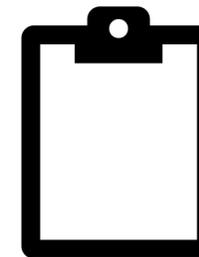
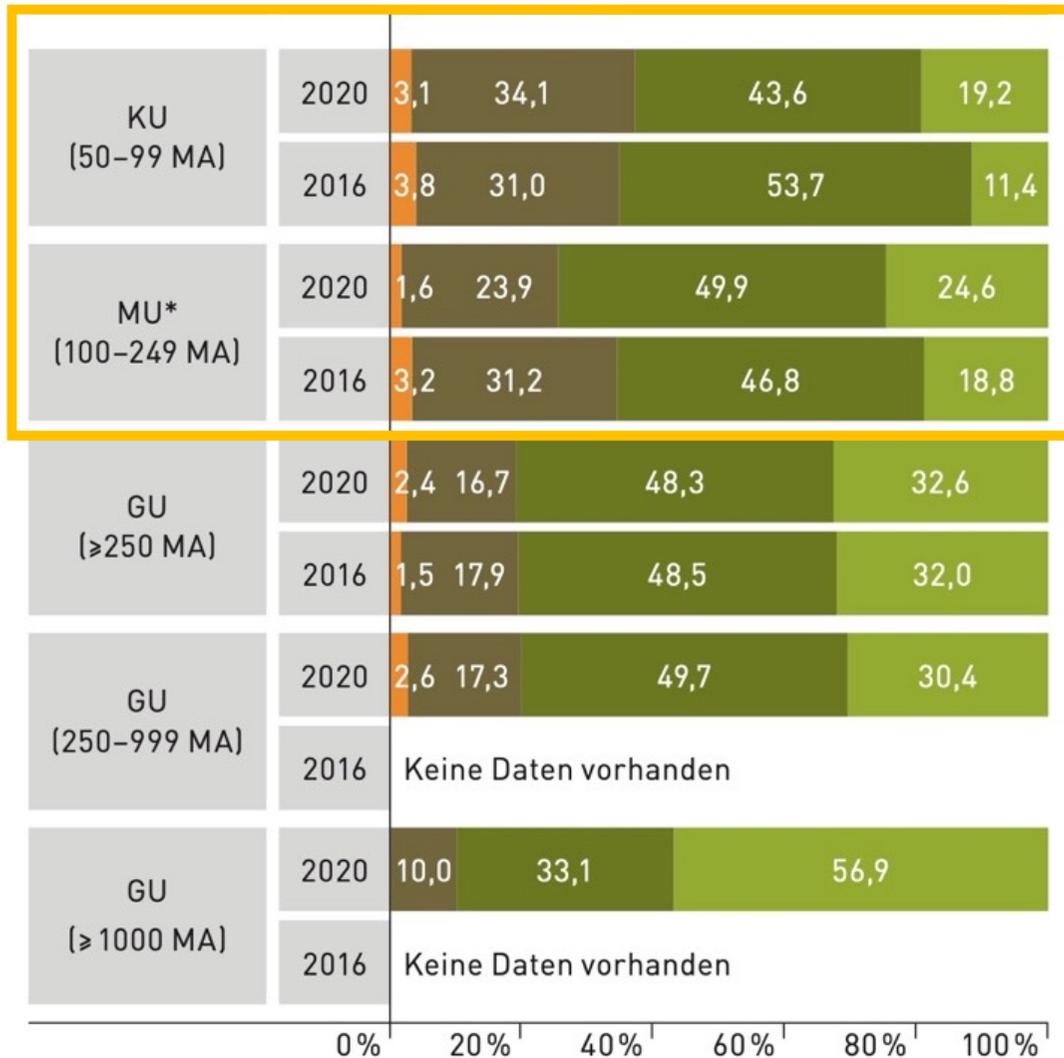
Gesundheitsförderung Schweiz  
Promotion Santé Suisse  
Promozione Salute Svizzera

# Wie wird BGM in der Schweiz umgesetzt?

# BGM Umsetzungsgrad - Betriebsgrösse



Gesundheitsförderung Schweiz  
Promotion Santé Suisse  
Promozione Salute Svizzera



**Häufigkeitsverteilung des BGM-Umsetzungsgrads (Gesamtskala) 2020 im Vergleich mit 2016 für das Total der Betriebe in der Schweiz und gruppiert nach Wirtschaftssektor, Sprachregion und Unternehmensgrösse (N=784)**

- Gar nicht/keine
- Ansatzweise/vereinzelt
- Mehrheitlich/wiederholt
- Vollumfänglich/systematisch

Quelle: Gesundheitsförderung Schweiz (2021): Arbeitspapier 54 / Betriebliches Gesundheitsmanagement in der Schweiz; Monitoring-Ergebnisse 2020

# BGM Umsetzungsgrad – 4 Komponenten



TABELLE 4

## BGM-Umsetzungsgrad und seine vier Komponenten

Grad der Umsetzung von BGM-Massnahmen, Steuerungs- und Analyseinstrumenten im Betrieb. Berechnet aus dem Mittelwert der vier Komponenten des BGM-Umsetzungsgrads (siehe [Box «Berechnung des BGM-Umsetzungsgrads»](#)).

Komponenten	Inhalte (Einzelfragen im Fragebogen)*
I. Absenz- und Case Management	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Absenzmanagement (F2.02)</li> <li>• Case Management (F2.03)</li> </ul>
II. BGM-Strategie	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Arbeitssicherheit und Gesundheitsschutz (F1.01)</li> <li>• Strategische Verankerung von BGM (F2.04)</li> <li>• Einbezug der Mitarbeitenden im BGM (F2.05)</li> <li>• Überprüfung der Wirksamkeit von BGM (F2.06)</li> </ul>
III. Betriebliche Gesundheitsförderung (BGF) und Mitarbeitendenbefragung (MAB)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bewegungsförderung/Sportangebote (F1.03)</li> <li>• Förderung gesunder Ernährung/gesundes Essensangebot (F1.04)</li> <li>• Sensibilisierung zu Stress/psychischer Gesundheit (F1.09)</li> <li>• Mitarbeitendenbefragungen (F2.01)</li> </ul>
IV. Arbeitsgestaltung, Personal- und Organisationsentwicklung	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ergonomische Arbeitsplätze/Arbeitsumgebung (F1.02)</li> <li>• Förderung von Erholung/Pausen (F1.05)</li> <li>• Gute Betriebskultur/wertschätzende Führungskultur (F1.06)</li> <li>• Gesundheitsförderliche Aufgabengestaltung (F1.07)</li> <li>• Vereinbarkeit von Berufs- und Privatleben (F1.08)</li> <li>• Personalentwicklung/Personalförderung (F1.10)</li> </ul>

\* Die F-Nummern in Klammern hinter der Fragebezeichnung beziehen sich auf die Nummer der Frage im Fragebogen (siehe [Anhang B](#)).

# BGM Umsetzungsgrad – 4 Komponenten



Gesundheitsförderung Schweiz  
Promotion Santé Suisse  
Promozione Salute Svizzera

TABELLE 4

## **BGM-Umsetzungsgrad und seine vier Komponenten**

Grad der Umsetzung von BGM-Massnahmen, Steuerungs- und Analyseinstrumenten im Betrieb. Berechnet aus dem Mittelwert der vier Komponenten des BGM-Umsetzungsgrads (siehe Box «Berechnung des BGM-Umsetzungsgrads»).

- Absenzen- / Case Management
- BGM-Strategie
- Betriebliche Gesundheitsförderung und Mitarbeitendenbefragung
- Arbeitsgestaltung, Personal- und Organisationsentwicklung

.....  
Fragebogen (siehe Anhang B).

# BGM Umsetzungsgrad – 4 Komponenten



Gesundheitsförderung Schweiz  
Promotion Santé Suisse  
Promozione Salute Svizzera

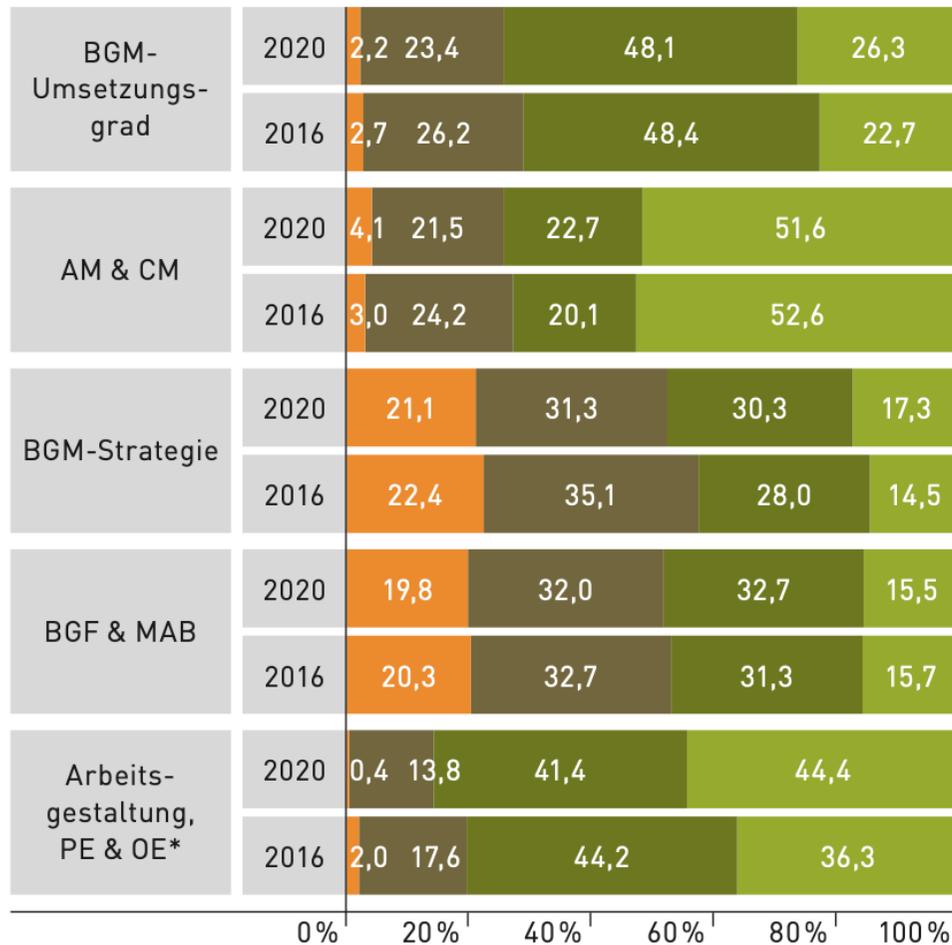


ABBILDUNG 5

**Häufigkeitsverteilung des BGM-Umsetzungsgrads und seiner vier Komponenten für die Gesamtheit der Betriebe in der Schweiz 2020 im Vergleich mit 2016**

- Gar nicht/keine
- Ansatzweise/vereinzelt
- Mehrheitlich/wiederholt
- Vollumfänglich/systematisch

\* Signifikante Zunahme im Jahresvergleich

# Investitionsbedarf



Gesundheitsförderung Schweiz  
 Promotion Santé Suisse  
 Promozione Salute Svizzera



### Investitionsbedarf 2016 und 2020

Bei welchen Themen finden Sie, dass Ihr Betrieb mehr investieren sollte? (Maximal 3 Nennungen pro Betrieb)

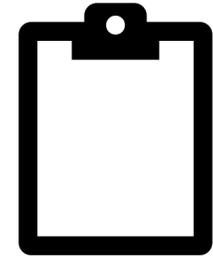
● 2020 ● 2016

Quelle: Gesundheitsförderung Schweiz (2021): Arbeitspapier 54 / Betriebliches Gesundheitsmanagement in der Schweiz; Monitoring-Ergebnisse 2020

# Wo sehen Sie Investitionsbedarf in Ihrer Organisation?



Gesundheitsförderung Schweiz  
Promotion Santé Suisse  
Promozione Salute Svizzera



- Absenzen- / Case Management
- BGM-Strategie
- Betriebliche Gesundheitsförderung und Mitarbeitendenbefragung
- Arbeitsgestaltung, Personal- und Organisationsentwicklung



Gesundheitsförderung Schweiz  
Promotion Santé Suisse  
Promozione Salute Svizzera

# Was heisst systematisches BGM?

# Systematisches BGM

vom Start zum Ziel



**Gesunde, motivierte  
leistungsfähige  
Mitarbeitende**

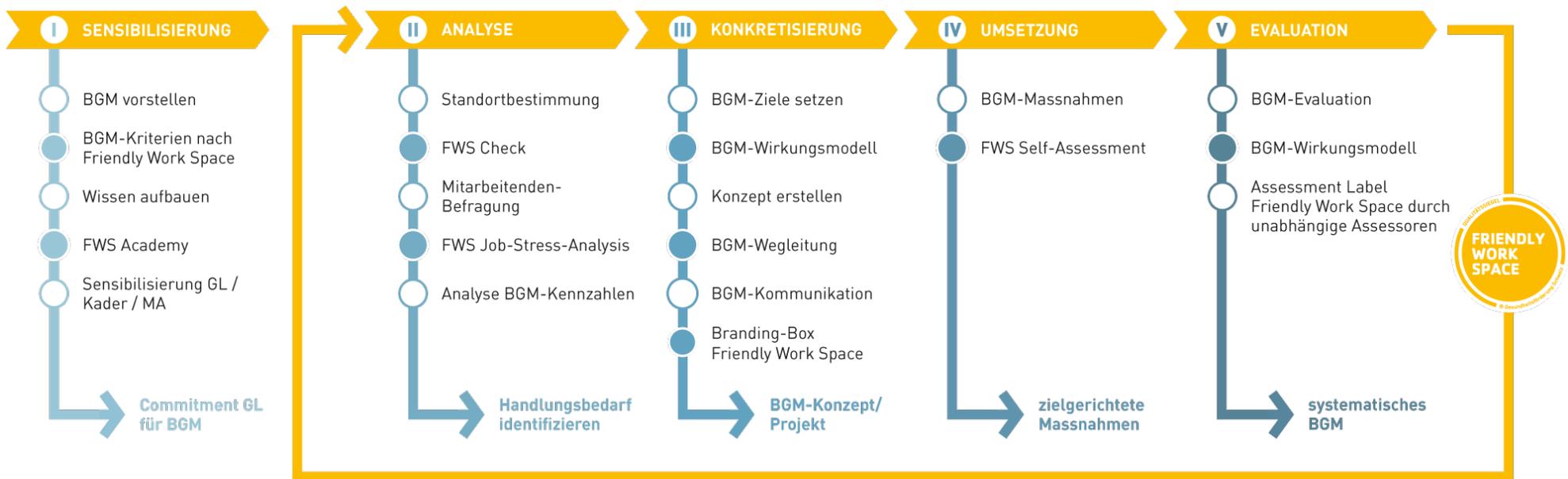


# BGM-Roadmap



Gesundheitsförderung Schweiz  
 Promotion Santé Suisse  
 Promozione Salute Svizzera

## SCHRITT FÜR SCHRITT ZUM SYSTEMATISCHEN BGM



○ Organisationsintern    ● Angebote Gesundheitsförderung Schweiz

# BGM-Rahmenbedingungen: der Anfang



Gesundheitsförderung Schweiz  
Promotion Santé Suisse  
Promozione Salute Svizzera

Bedürfnis nach  
einheitlichen Standards  
für BGM

Gesundheitsförderung  
Schweiz: seit 2009  
neutrale Vergabestelle



Von führenden Schweizer Unternehmen  
gemeinsam mit Gesundheitsförderung  
Schweiz entwickelt

**MIGROS**

**ABB**

**DIE POST** 

**suva**

**iafob-**

- Institut für Arbeitsforschung und  
Organisationsberatung



 **SBB CFF FFS**

**SWICA**

**ASA | SVV**  
Die Schweizer  
Versicherer

Institut für Arbeitsmedizin **ifa** 

# 95 LABELBETRIEBE



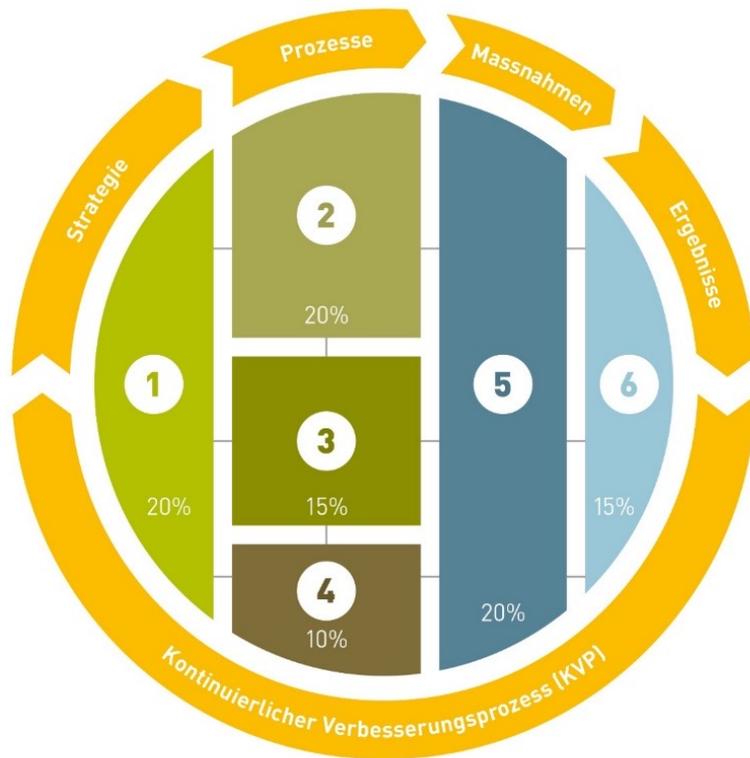
**THALES** Psychiatrische Dienste Graubünden **Kantonsspital Graubünden** **linik lengg**  
**Reha Rheinfelden** **V ZUG** **Kantonsspital Aarau** **Zentrum Schlossmatt Region Burgdorf** **HIRSLANDEN<sup>1</sup> KLINIK AM ROSENBERG** **Schindler** **AS Aufzüge** **PHOENIX MECANO**  
**Liechtensteinische Landesbank<sup>1861</sup>** **sak** **vbi** verkehrsbetriebe luzern verbindet uns **KSI Kantonsspital Uri** **SPITEX** Überall für alle Stadt Luzern **LIDL** **tilia** **RHNe** Réseau Hospitalier Neuchâtelais  
**menuandmore** Weil Kinder das Grösste sind! **ewb** **LOTERIE ROMANDE** **CHUV** Centre hospitalier universitaire vaudois **Pflegezentrum Baar** kompetent. menschlich. nah. **GENERALI** **BEKB | BCBE** **KLINIKEN VALENS**  
**Gesundheitsdepartement des Kantons Basel-Stadt** **HIRSLANDEN** KLINIK STEPHANSHORN **swisscom** **VIVIVA** BAAR **BOUYGUES ENERGIES & SERVICES** **INTEC** **WISECA** **hilcona** FÜR BESSERES.  
**svhotel** **svgroup** **HARTMANN** **FROHLICH ARCHITEKTUR** **Psychiatrie-Dienste Süd** **achermann** ict-services **suva** Mehr als eine Versicherung **B** Berner Fachhochschule Gesundheit  
**zb Die Zentralbahn.** **PAUL SCHERRER INSTITUT** **PSI** **GEISER** **Bell** **Stadt Zürich Pflegezentren** **iv|ai be** **CREDIT SUISSE** **helvetia**  
**Kanton Bern Canton de Berne** **Zürcher Kantonalbank** **COMPASS GROUP** **Qualität und Genuss** **HÖRMANN** **camiontransport.ch** **Alterszentrum am Buechberg** **Blumenrain** **VISANA**  
**Helsana** **VBZ** **Züri Linie** **Opacc** Extended Enterprise Software **Seniozentrum Naters** **WÜRTH** **CSS** Versicherung **SBB CFF FFS** **GENÈVE AÉROPORT** **zhaw** Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften **Gesundheit**  
**SWICA** **KUHN RIKON SWITZERLAND** **MIGROS** **MPK** MIGROS-PENSIONS KASSE **MVN** Migros-Verteilbetrieb Neudorf AG **Basler Versicherungen** **Kambly** **AXA** **Schweizer Paraplegiker Stiftung** **Eidgenössisches Departement des Innern EDI** **Confédération suisse** **Confederazione Svizzera** **Confederaziun svizra** **Departement fédéral de l'intérieur DFI** **Departamento federale dell'interio DFI**

# BGM-System

25 Qualitätskriterien in 6 Themenfeldern

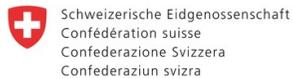


## DIE SECHS BGM-THEMENFELDER



- 1 BGM und Unternehmenspolitik
- 2 Aspekte des Personalwesens und der Arbeitsorganisation
- 3 Planung von BGM
- 4 Soziale Verantwortung
- 5 Umsetzung von BGM
- 6 Gesamtevaluation von BGM

## Unterstützt von



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

Eidgenössisches Departement für  
Wirtschaft, Bildung und Forschung WBF  
Staatssekretariat für Wirtschaft SECO



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

Eidgenössisches Departement des Innern EDI  
Bundesamt für Gesundheit BAG

>> BGM-Kriterien & Wegleitung

# Self-Assessment



## Reifegrad

1	Keine oder nur anekdotische Nachweise der Umsetzung
2	Bewusstsein und punktuelle Umsetzung
3	Integrierte und systematische Umsetzung
4	Systematische Umsetzung mit Bewertung und Überprüfung
5	Optimierte Umsetzung nach Bewertung und Überprüfung

	1	2	3	4	5
<b>1. Betriebliches Gesundheitsmanagement und Unternehmenspolitik</b>	Keine oder nur anekdotische Nachweise	Bewusstsein und punktuelle Umsetzung	Integrierte und systematische Umsetzung	Systematische Umsetzung mit Bewertung und Überprüfung	Umsetzung nach Bewertung und Überprüfung optimiert
<b>1a Unternehmensstrategien</b>	Keine Erwähnung von BGM, Werten und Inhalten in Unternehmensstrategien oder in ähnlichen Dokumenten.	BGM-Werte und -inhalte sind Bestandteil der Unternehmensstrategien oder ähnlicher Dokumente. Diese sind mit Mitarbeiter*innen kommuniziert.	Führungsaufträge, Visionen, BGM-Werte und -inhalte werden in wichtigen Entscheidungsdokumenten berücksichtigt und werden aktiv umgesetzt.	Die entsprechenden Dokumente und deren Umsetzung werden regelmäßig durch die oberste Leitung bewertet und überprüft.	Leitlinien oder ähnliche Dokumente und deren Anwendung sind aufgrund der Bewertung und Überprüfung optimiert.
<b>1b Ressourcen</b>	Keine Bereitstellung von Ressourcen für BGM.	Budget und personale Ressourcen...			



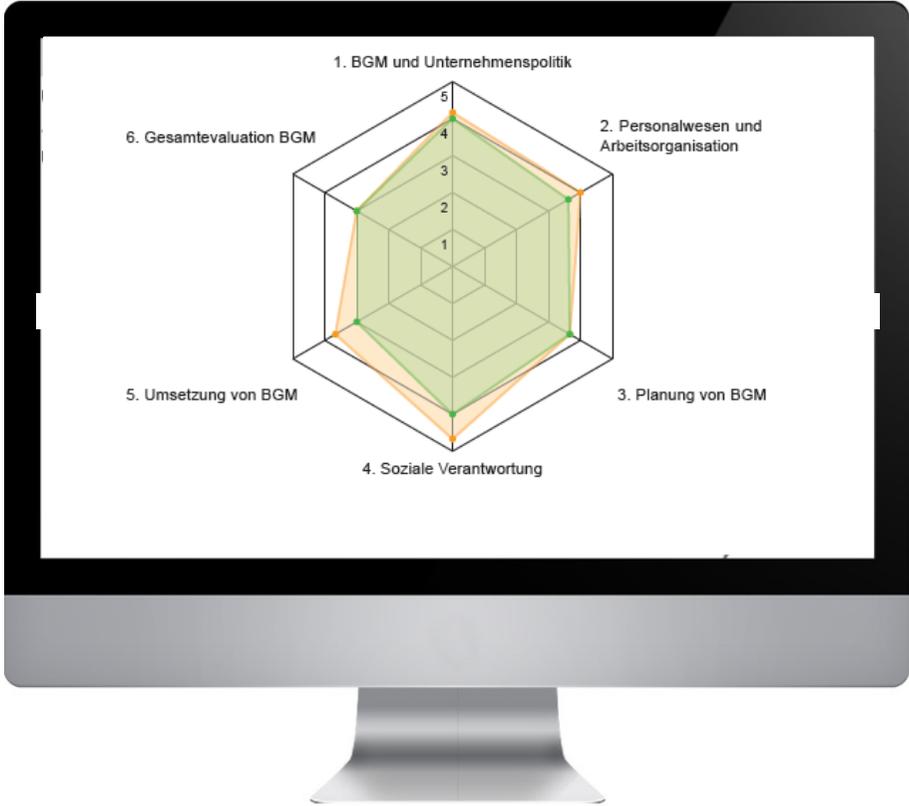
>> [Bewertungsmatrix](#)

# Standortbestimmung



**BGM-Check**

Kurzanalyse  
des IST-Zustands



>> [Kostenloser Zugang zum Selbstcheck](#)

# Systematisches BGM

Ziele, Massnahmen, Evaluation



# Top-Down



**«Wo drückt der Schuh?»**  
Zielsetzung/ Problemstellung  
und deren Lösungsansatz

Produktivität

Absenzen

Fluktuation

Sicherheit

Innovation

Kundenzufriedenheit

Image

# Bottom-Up



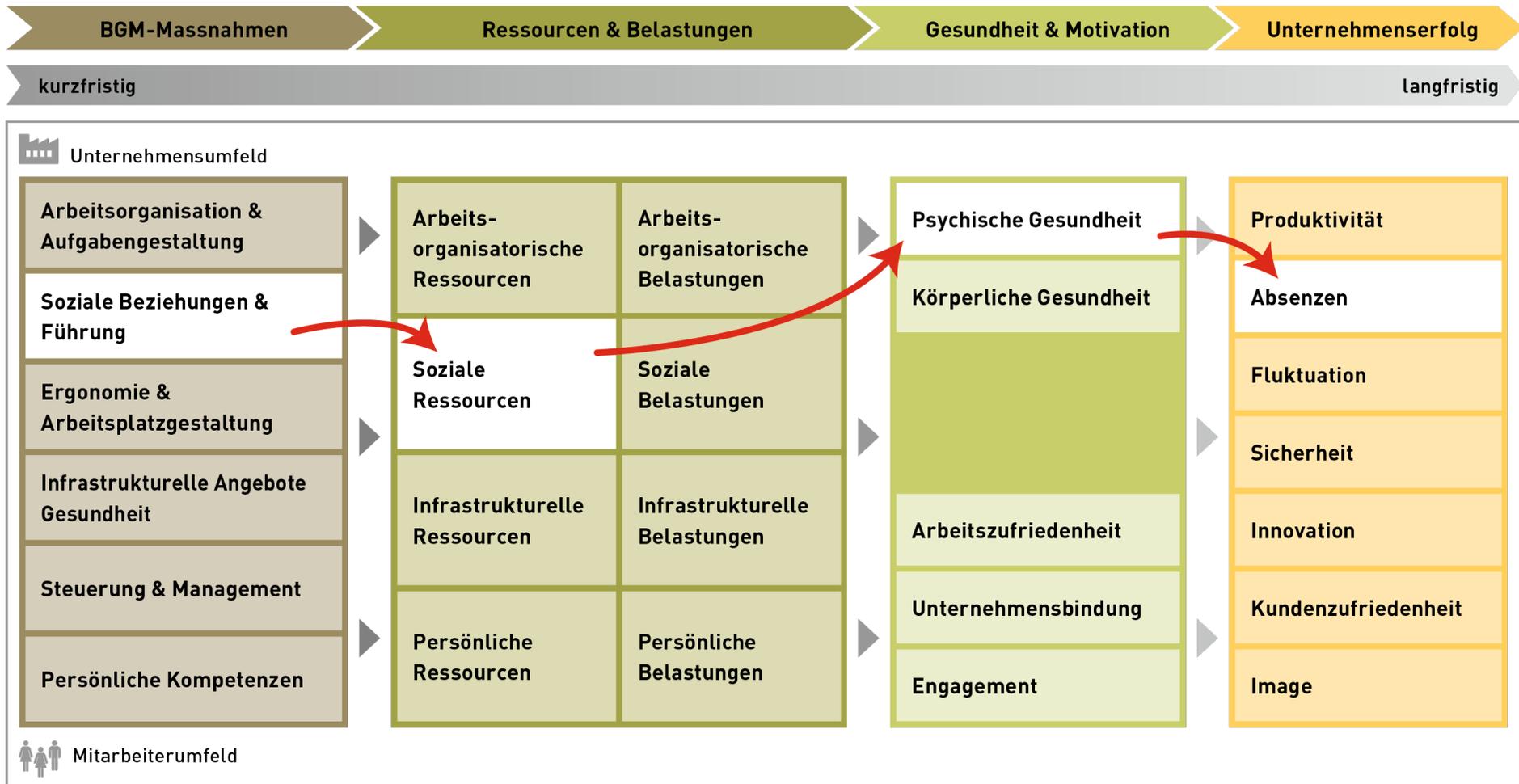
# BGM Wirkungsmodell

## Wissen was wirkt – plausibel argumentieren



Gesundheitsförderung Schweiz  
 Promotion Santé Suisse  
 Promozione Salute Svizzera

Das Wirkungsmodell BGM von Gesundheitsförderung Schweiz



>> Kostenloser Leitfaden und Checkliste



Gesundheitsförderung Schweiz  
Promotion Santé Suisse  
Promozione Salute Svizzera

# Welche BGM-Tools gibt es?

# Ziel: Systematisches & nachhaltiges BGM



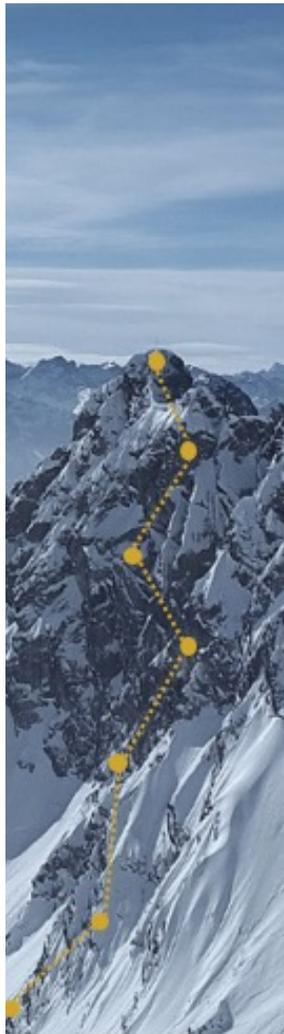
Gesundheitsförderung Schweiz  
Promotion Santé Suisse  
Promozione Salute Svizzera



## Tools/ Angebote



## Hilfsmittel



**Label (optional)**  
Assessment durch Externe BGM-Experten

**Kostenpflichtig**

**BGM Wirkungsmodell**  
Übersichtsinstrument  
Planungsvorlage  
Argumentationshilfe

**Kostenlos**

**BGM Check**  
Kurze Selbsteinschätzung zum BGM-Stand im Betrieb

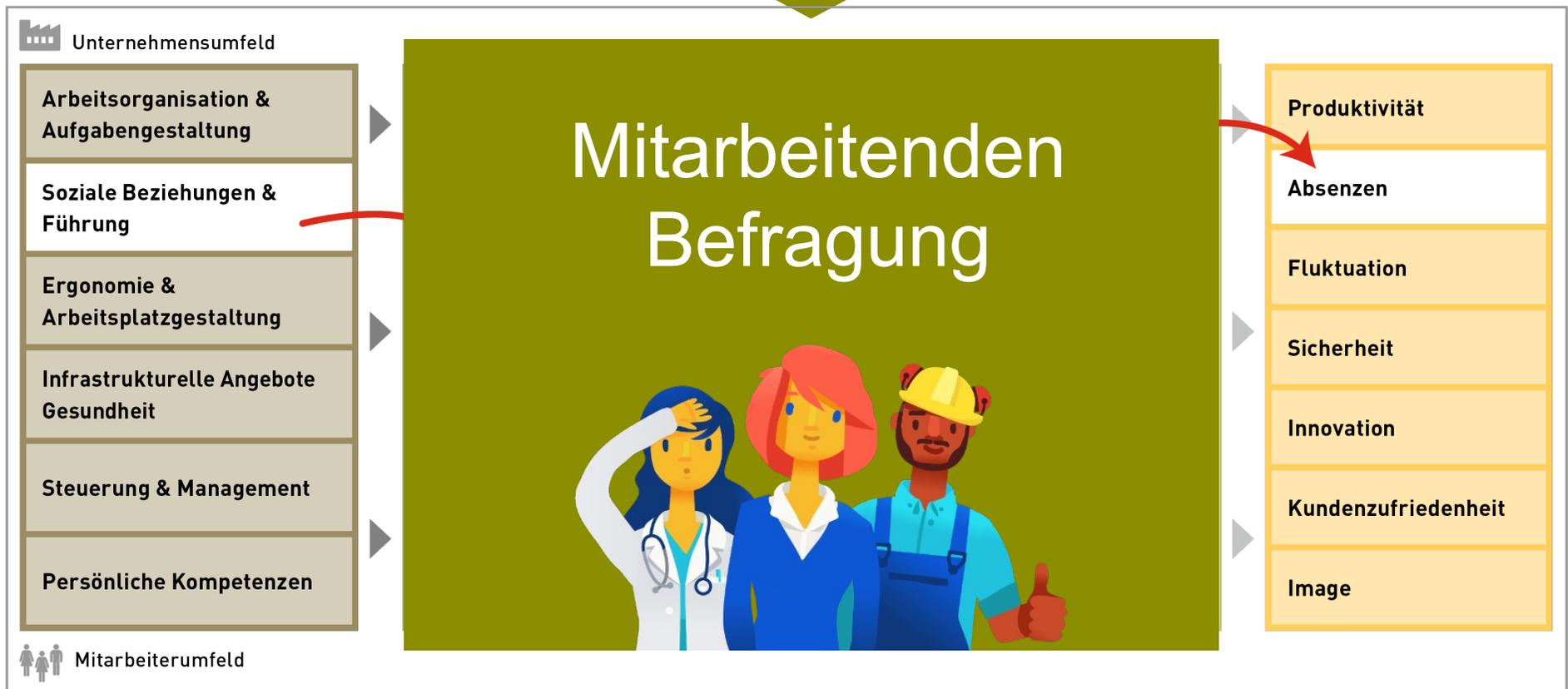
**Kostenlos**

**BGM-System**  
Wegleitung und Bewertungsmatrix

**Kostenlos**



## Das Wirkungsmodell BGM von Gesundheitsförderung Schweiz





## Job-Stress-Analysis Online-Tool



### Fokus psychische Gesundheit

- Persönliches Gesundheitsprofil im praktischen Ampelsystem
- Vergleich zum Schweizer-Benchmark (Job-Stress-Analysis)
- Auswertung für Teams ab 10 Personen möglich (Anonymität gewährleistet)

>> Kostenloser Testzugang für Einzelpersonen

>> Kostenlose Pilotierung eines Teams 10-29 Personen

# Anteilsfinanzierung für KMU



Gesundheitsförderung Schweiz  
Promotion Santé Suisse  
Promozione Salute Svizzera



## Standortbestimmung Friendly Work Space



Anteilsfinanzierung: Jetzt als KMU von CHF 1500  
für eine Standortbestimmung profitieren!

Zertifizierte Beratende auf der Webseite  
von Gesundheitsförderung Schweiz

Beratendenprofil lifetime health

## I JOB-STRESS-ANALYSIS

### Job-Stress-Analysis



Anteilsfinanzierung: Jetzt als KMU von CHF 3000  
für Mitarbeitenden-Befragung profitieren!



lifetime health

[www.lifetimehealth.ch](http://www.lifetimehealth.ch)

Wir beraten mit den Angeboten  
Friendly Work Space von:



Gesundheitsförderung Schweiz  
Promotion Santé Suisse  
Promozione Salute Svizzera

GESUNDE  
LERNENDE

FRIENDLY  
WORK  
SPACE | APPRENTICE



## Friendly Work Space Apprentice

Unser Gesamtpaket für Berufsbildungsverantwortliche

- Kostenloser Werkzeugkasten und ERFA-Treffen
- Themen: Psychische Gesundheit, Arbeits- und Freizeitsicherheit

>> [Informationen und Tools](#)

# Neue KMU-Instrumente ab 2023



Gesundheitsförderung Schweiz  
Promotion Santé Suisse  
Promozione Salute Svizzera

## Neue BGM-Angebote für kleinere Betriebe – ab Frühjahr 2023: Melden Sie sich heute an!



Gesundheitsförderung Schweiz  
Promotion Santé Suisse  
Promozione Salute Svizzera

**In Entwicklung**

Produktblatt  
**Leadership-Kit**  
Speziell für Entscheidungsträger und Führungskräfte  
in KMUs konzipiert

*Sie wollen, dass sich Ihre Mitarbeitenden bei der  
Arbeit wohlfühlen?  
Wir geben Ihnen dazu alltagstaugliche Hilfestellung.*

Gesundheitsförderung Schweiz  
Promotion Santé Suisse  
Promozione Salute Svizzera

**In Entwicklung**

Produktblatt  
**HR-Toolbox**  
Speziell konzipiert für HR- Personal- oder  
Gesundheitsverantwortliche in KMU

*Ihnen brennen Personalthemen unter den Nägeln?  
Machen Sie Ihr KMU fit für die Zukunft!*

[>> Für News anmelden](#)

# Case Studies 2022

## Gelingendes BGM



Gesundheitsförderung Schweiz  
Promotion Santé Suisse  
Promozione Salute Svizzera



[>> Case-Studies](#)

# BGM & NEW WORK



Gesundheitsförderung Schweiz  
Promotion Santé Suisse  
Promozione Salute Svizzera



**Die Arbeitswelt wandelt sich. Wir begleiten Sie dabei.**

>> Informationen und Tools



# BGM für KMU



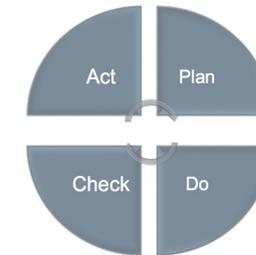
**THE SOKRATES MAP CONCEPT**  
Die Mitarbeitenden arbeiten engagiert und produktiv. Sie sorgen selbstverantwortlich für Ihre Gesundheit. Der Arbeitgeber bietet dazu effektive Unterstützung und Gesundheitsförderung.

OK, stabil gut und positiver Trend  
 Probleme, Trend unklar, Monitoring nötig  
 Grosse Probleme, Verbesserung dringend  
 Gefährlich für das System, sofort eingreifen

WP2  
 WP4  
 WP5

**Färben Sie die einzelnen Felder entsprechend der nebenstehenden Legende ein. Lassen Sie sich von Ihrem Bauchgefühl leiten!**

Welche Ziele sollen erreicht werden?	Leistungsfähige Mitarbeitende	Fehlzeiten	Produktivität	Gesundheitsförderndes Arbeitsumfeld	Attraktive Arbeitsplätze (Image als Arbeitgeber)	Image als Unternehmen	Fluktuation		
Welche Unternehmensbereiche sind betroffen?	Arbeitsplätze	Aussendienst	Arbeitsprozesse	Arbeitsicherheit	Führungsarbeit	Strategische Prozesse			
Welche Personen/Instanzen sind beteiligt/betroffen?	Unternehmen	Führungskräfte	Teams	Mitarbeitende	Kunden	Versicherungen			
Wie sind die Bedingungen im Unternehmen?	Technisch-räumliche Bedingungen	Raum	Licht	Luft	Akustik	Möbiliar	Geräte, Maschinen		
	Soziale und organisationale Bedingungen	Umgang mit Absenzen (Kurzzeit)	Umgang mit Absenzen (Langzeit)	Mittlungsfähigkeit (sich aussern)	Wertschätzung zeigen	Führung	Zusammenarbeit	Weiterbildung	Präsentismus (krank zur Arbeit)
	Körperliche Bedingungen der Mitarbeitenden	Bewegungsapparat (Gelenke, Muskeln)	Körperhaltung/Arbeitshaltung	Herz-Kreislaufsystem	Stoffwechsel, Ernährung	Substanzen (Alkohol, Tabak, Drogen)	Resistenz gegen Infektionskrankheiten	Private Einflüsse, Freizeitverhalten	
	Neuropsychologische Bedingungen der Mitarbeitenden	Wahrnehmungsfähigkeit (Merken was sich was)	Verstehen komplexer Zusammenhänge	Selbstführung (z.B. Zeitmanagement)	Selbstwirksamkeitsvertrauen ("Ich traue mir das zuzugucken")	Belastbarkeit	Psychohygiene	Private Einflüsse, Temperament	
Welche Ressourcen sind vorhanden?	Investitionen (Finanziell, Arbeitszeit)	Wissen (Schulung)	Erfahrung (Training)	Loyalität ("Mitmachen")	Betriebsklima (Stimmung)				
Massnahmen zur Verbesserung	?								



- Cockpit als Steuerungsinstrument: Überblick über den Gesundheitszustand der Organisation



- Massnahmen werden soweit als möglich mit unternehmensinternen Ressourcen umgesetzt



Gesundheitsförderung Schweiz  
Promotion Santé Suisse  
Promozione Salute Svizzera

# Welche Anregungen gibt es für den Einstieg ins BGM?

# Wie kann der Einstieg ins BGM erfolgreich gestaltet werden?



Gesundheitsförderung Schweiz  
Promotion Santé Suisse  
Promozione Salute Svizzera



## Die wichtigsten BGM-Voraussetzungen für einen hohen BGM-Umsetzungsgrad

- Bewusstsein und die Unterstützung seitens der Geschäftsleitung
- strategische Anbindung des Themas an die HR-/Unternehmensstrategie
- Bereitschaft im Betrieb, offen über Arbeit und Gesundheit zu sprechen
- Fachwissen über die Wirkung und den Nutzen von Massnahmen
- Motivation und Einbezug der Mitarbeitenden für Massnahmen
- Fachwissen oder fachliche Unterstützung zur Umsetzung von Massnahmen
  
- Plus: Systematik in der Umsetzung!

# Wie kann der Einstieg ins BGM erfolgreich gestaltet werden?



Gesundheitsförderung Schweiz  
Promotion Santé Suisse  
Promozione Salute Svizzera



## Wie geht das in einem KMU?

- Entscheidungsträger\*innen bekennen sich zu BGM
- Sich austauschen über Gesundheit und gemeinsames Verständnis fördern
- Mitarbeitende ins Boot holen und pragmatische Schritte gehen
- Kollektives Wissen und interne Ressourcen nutzen

# Für weitere Auskünfte

Samuel Maurer

Akkreditierter Berater Gesundheitsförderung Schweiz

[samuel.maurer@lifetimehealth.ch](mailto:samuel.maurer@lifetimehealth.ch)

<https://www.linkedin.com/in/samuel-maurer-b80b24168/>

078 657 61 80

044 251 51 71

Hofstrasse 94c  
8620 Wetzikon

 lifetime health

[www.lifetimehealth.ch](http://www.lifetimehealth.ch)

Wir beraten mit den Angeboten  
Friendly Work Space von:



Gesundheitsförderung Schweiz  
Promotion Santé Suisse  
Promozione Salute Svizzera