



Gesundheitsförderung Schweiz
Promotion Santé Suisse
Promozione Salute Svizzera

Betriebliches Gesundheitsmanagement BGM – Ein Konzept

Was steckt dahinter? Was bringt's?

Reto Kälin
Teamleiter Partner Relations

Gesundheitsförderung Schweiz



Gesundheitsförderung Schweiz
Promotion Santé Suisse
Promozione Salute Svizzera

	Ernährung und Bewegung	Psychische Gesundheit	Nichtübertragbare Krankheiten (NCD)
 Kinder und Jugendliche	Kantonales Aktionsprogramm	Kantonales Aktionsprogramm	Prävention in der Gesundheitsversorgung
 Erwerbstätige		BGM	
 Ältere Menschen (65+)	Kantonales Aktionsprogramm	Kantonales Aktionsprogramm	

 Neue KAP

 Neues Förderprojekt



Warm-up

Warum BGM?

Was ist BGM?

Was kann man tun?

Was bringt's?

Gründe für BGM



Gesundheitsförderung Schweiz
Promotion Santé Suisse
Promozione Salute Svizzera

25% Prozent der Erwerbstätigen fühlen sich ziemlich oder sehr erschöpft ¹⁾

46% Prozent der Erwerbstätigen verfügen über ein fragiles Gleichgewicht von Ressourcen und Belastungen ¹⁾

43% Prozent der IV-Neurenten in Folge psychischer Erkrankung ²⁾

5,7 Milliarden Franken pro Jahr kostet der Stress die Arbeitgeber pro Jahr ¹⁾

Quellen:

¹⁾ Gesundheitsförderung Schweiz, Job Stress Index 2016

²⁾ OBSAN, Psychische Gesundheit in der Schweiz, Monitoring 2012

Was ist Stress?



Gesundheitsförderung Schweiz
Promotion Santé Suisse
Promozione Salute Svizzera

Stressoren (psychisch)

Zeitdruck

Unklare Vorgaben / Ziele

Schlechte Arbeitsorganisation

Überforderung

Soziale Belastungen

Ressourcen

Handlungsspielraum

Ganzheitliche Tätigkeiten

Unterstützung durch Vorgesetzte/n

Wertschätzung

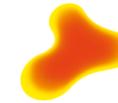
Erholung



Befinden



Phänomen „Burnout“



Gesundheitsförderung Schweiz
Promotion Santé Suisse
Promozione Salute Svizzera



der Erwerbstätigen
sind
ziemlich bis stark
erschöpft



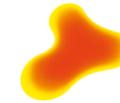
Depressionen werden zum Dauerproblem

Berlin. Depressionen und andere psychische Erkrankungen haben nach einer Analyse der Krankenkasse DAK-Gesundheit auch 2012 zugenommen. Dies werde für die Arbeitswelt „zunehmend zum Problem“, heißt es. Psychische Erkrankungen rückten danach mit einem Plus von vier Prozent erstmals auf Platz zwei aller Krankheitsereignisse. Mehr Ausfalltage hätten nur Muskel- und Skeletterkrankungen verursacht. Für ihre Untersuchung wertete die DAK-Gesundheit die Daten von 2,7 Millionen Beschäftigten aus. Ein DAK-Versicherter war 2012 durchschnittlich 14 Kalendertage arbeitsunfähig. Immerhin meldete sich gut die Hälfte aller erwerbstätigen Versicherten (52,1 Prozent) nicht ein einziges Mal krank. *Red*

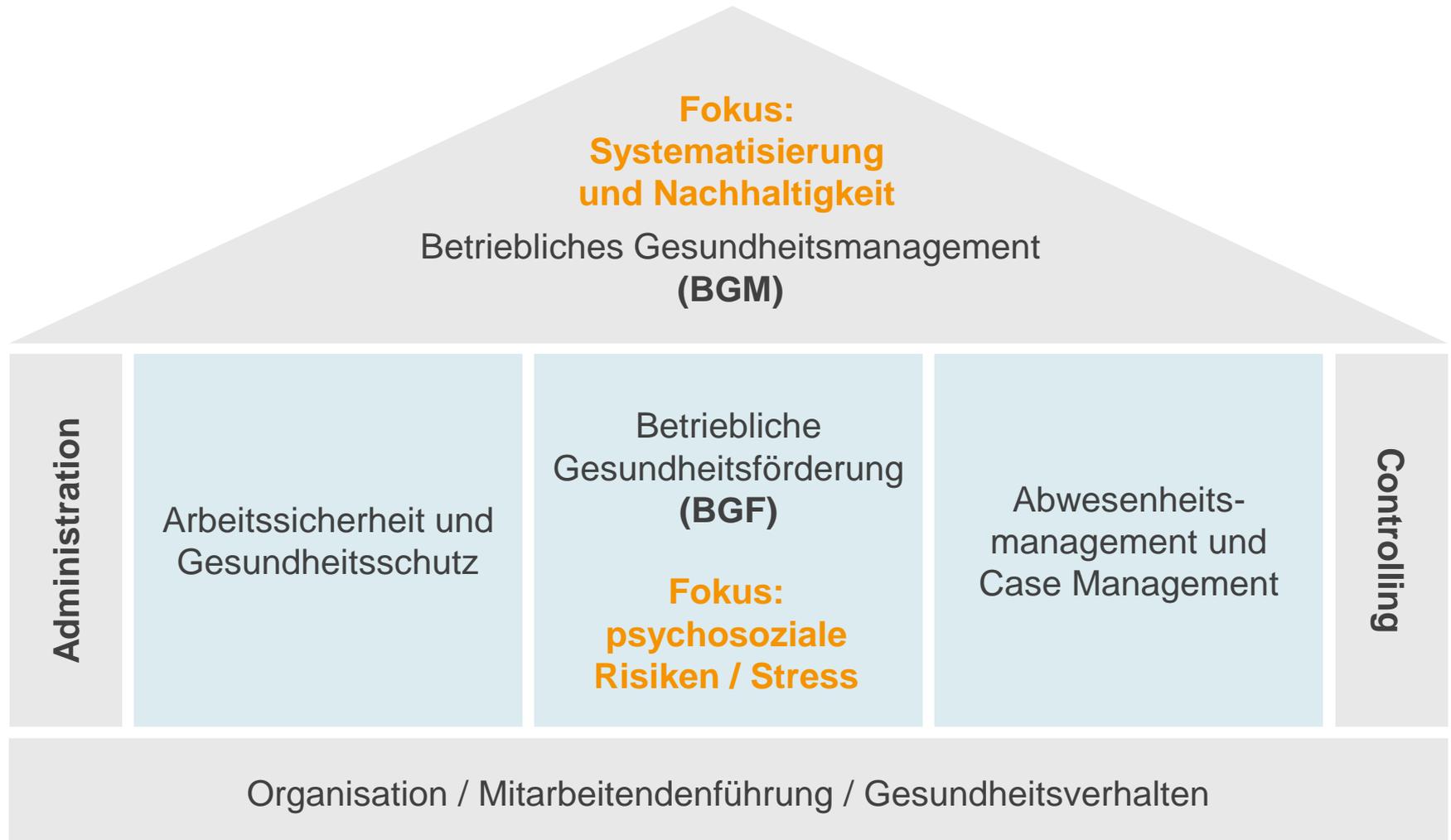
Erschöpfung nach Alter



Was ist BGM?

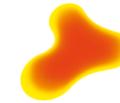


Gesundheitsförderung Schweiz
Promotion Santé Suisse
Promozione Salute Svizzera



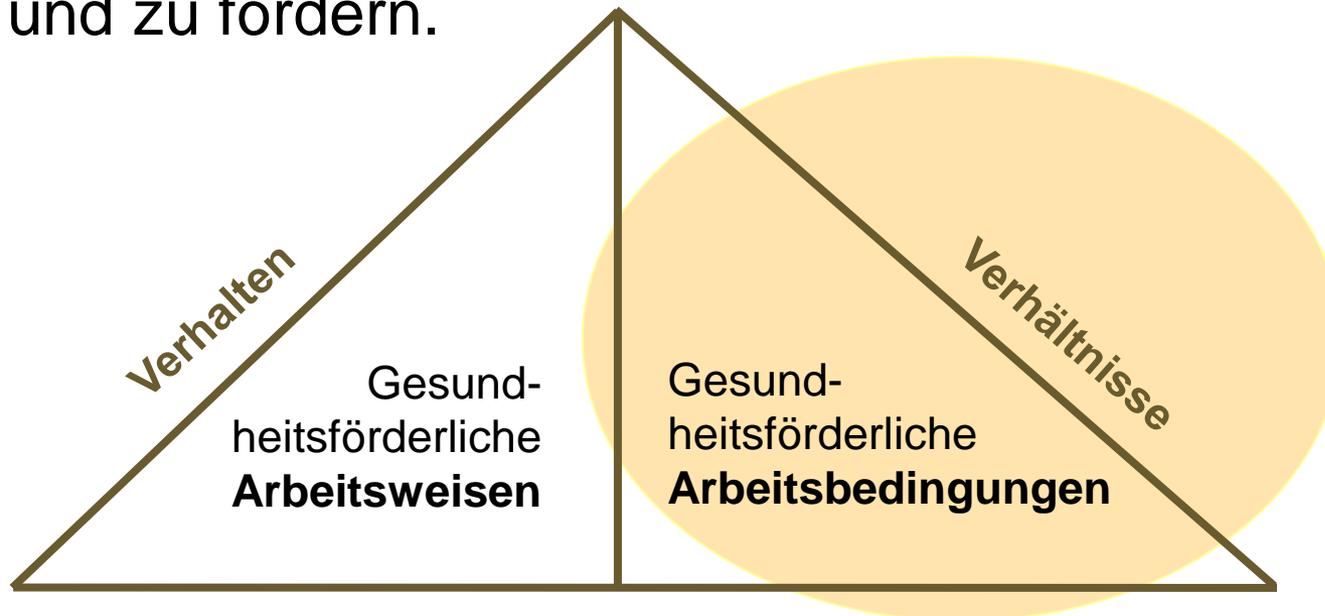
Fokus: Arbeitswelt

Betriebliche Gesundheitsförderung



Gesundheitsförderung Schweiz
Promotion Santé Suisse
Promozione Salute Svizzera

- Möglichkeiten schaffen, damit Mitarbeitende Ressourcen entwickeln können, um ihre Gesundheit zu erhalten und zu fördern.



Warum fällt gesunde Ernährung oft schwer?



Gesundheitsförderung Schweiz
Promotion Santé Suisse
Promozione Salute Svizzera

- Zeitmangel (31 %)
=> **genügend Zeit zum Essen**
=> **gemeinsam Essen, Kultur**
- fehlende Kontrolle eigene Ernährung (27 %)
=> **Ernährungs-Training bei Arbeit**
- Reizlosigkeit gesunder Lebensmittel (23 %)
=> **schöne Früchte-/Gemüsekörbe aufstellen**

Warum fällt gesunde Ernährung oft schwer?



Gesundheitsförderung Schweiz
Promotion Santé Suisse
Promozione Salute Svizzera

- fehlende Ruhe in Arbeitspausen
=> Pausenraum, Kochmöglichkeiten
- Kantinen-Klassiker (fettig, zu teuer, verkocht)
=> Kantine finanziell unterstützen



«Gesundheitsrelevante Infrastruktur und Angebote und ergonomische Arbeitsbedingungen

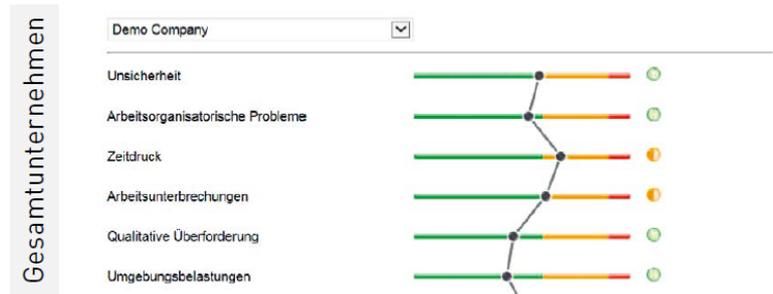
Wie unterstützt Sie Gesundheitsförderung CH?



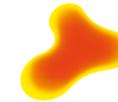
Gesundheitsförderung Schweiz
Promotion Santé Suisse
Promozione Salute Svizzera

- **Weiterbildungen und Trainings**
- **Instrumente und Dienstleistungen**
- **Informationen und Studien**
- **Veranstaltungen**

AUSWERTUNGEN AUF VERSCHIEDENEN EBENEN



Weiterbildungen und Trainings



Gesundheitsförderung Schweiz
Promotion Santé Suisse
Promozione Salute Svizzera

BGM-Kurse für Unternehmen

Wettbewerbsvorteil

Gesundheitsmanagement

Sie erarbeiten konkrete Lösungsansätze für den Aufbau und die weitere Optimierung Ihres BGM. Dabei werden Sie von unseren Spezialistinnen und Spezialisten angeleitet. Ziel ist, dass Sie Lösungsansätze erarbeiten, wie...

Erfolgreich zum Label Friendly Work Space

Sie erarbeiten mit Hilfe von konkreten Beispielen, Übungen und Tools, wie Sie Ihr Unternehmen erfolgreich zum Label Friendly Work Space führen. Dabei werden Sie von unseren Spezialistinnen und Spezialisten...

Führung in neuen Arbeitswelten

In unserer eintägigen Weiterbildung zum Thema Führungskompetenzen für neue Arbeitswelten erarbeiten Sie mit Hilfe von Tools und Analysen Lösungsansätze für Ihr an die neue Arbeitswelt angepasstes Führungsverhalten. ...

Gesundheitsförderliche Bürowelten und Workplace Change Management

In unserer zweitägigen Weiterbildung zum Thema Gesundheitsförderliche Bürowelten und Workplace Change Management erarbeiten und analysieren Sie mit Hilfe von konkreten Beispielen, Übungen und Tools gelingende...

Stress/Burnout:

Personalausfälle frühzeitig erkennen

Wie erkennen Sie frühzeitig drohende Personalausfälle, um den Teufelskreis von steigenden Ausfallkosten und Personalverknappung zu durchbrechen? Wie können Sie zielführende Massnahmen nachhaltig in den bestehenden...

Psychische Gesundheit von Jugendlichen in Unternehmen

Wie stark darf man Lernende fordern ohne sie zu überfordern? Wie lernen diese besser mit Belastungen umzugehen? Welche Entwicklungsschritte gilt es als Arbeitgeber zu berücksichtigen? Wie lassen sich Probleme...

Kurs für BGM-Beratende

AKKREDITIERUNG Label Friendly Work Space



Investition für Akkreditierung:
• 3 Tage, CHF 1000.00 (inkl. MWST)

AKKREDITIERUNG FWS Job-Stress-Analysis



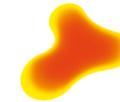
Investition für Akkreditierung:
• 2,5 Tage, CHF 850.00 (inkl. MWST)
• 3 Tage mit optionalem Ergänzungsmodul, CHF 1000.00 (inkl. MWST)



Instrumente und Dienstleistungen



Beispiel Job-Stress-Analyse



Gesundheitsförderung Schweiz
Promotion Santé Suisse
Promozione Salute Svizzera

Belastungen

- 90% Soziale Stressoren (Arbeitskollegen/-innen)
- 86% Unsicherheit
- 85% Soziale Stressoren (Vorgesetzte)
- 73% Beeinträchtigung Arbeit - Privatleben
- 71% Arbeitsorganisatorische Probleme
- 63% Beeinträchtigung Privatleben - Arbeit
- 60% Ungleichgewicht zwischen Anstrengung und Belohnung
- 60% Arbeitsplatzunsicherheit
- 54% Arbeitsunterbrechungen
- 39% Qualitative Überforderung
- 39% Umgebungsbelastungen
- 70% Unangenehme Temperatur
- 52% Trockene Luft
- 50% Blendung
- 41% Lärm
- 34% Zugluft
- 28% Ungünstige Beleuchtung
- 24% Räumliche Enge
- 15% Zeitdruck

Ressourcen / Stressbewältigung

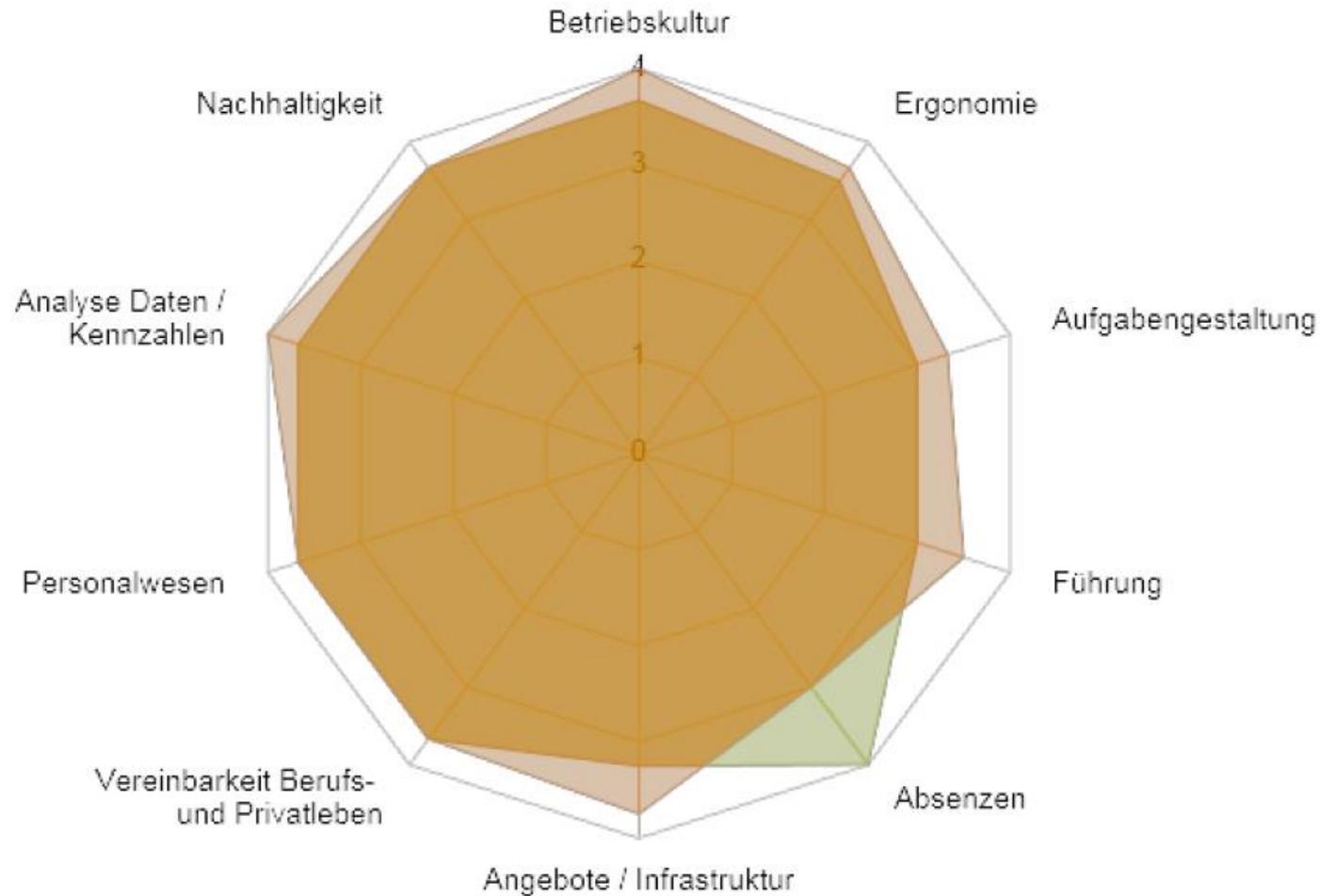
- 79% Partizipation
- 73% Allgemeine Wertschätzung
- 65% Handlungsspielraum
- 65% Unterstützendes Vorgesetztenverhalten
- 46% Ganzheitlichkeit der Arbeitsaufgabe
- 22% Selbstwirksamkeitserwartung

BGM-Check



Gesundheitsförderung Schweiz
Promotion Santé Suisse
Promozione Salute Svizzera

■ Abdeckung ■ Bedeutung



Veranstaltungen



Gesundheitsförderung Schweiz
Promotion Santé Suisse
Promozione Salute Svizzera



Nationale Tagung für betriebliches Gesundheitsmanagement 2018
BGM: Was bringt's? – Mit den richtigen Aktivitäten
Mittwoch, 22. August 2018 | **Universität Zürich Zentrum** | **Save the date!**

Frühstückstreffen Betriebliches Gesundheitsmanagement (BGM)



Thema **Selbstorganisation versus Hierarchie – Ressourcenmessung mit Job-Stress-Analysis**

Programm **Frühstückstreffen «Selbstorganisation versus Hierarchie – Ressourcenmessung mit Job-Stress-Analysis»**

Was bringt BGM?



Gesundheitsförderung Schweiz
Promotion Santé Suisse
Promozione Salute Svizzera

Gesunde Mitarbeitende

- MA sind 25 % weniger gestresst¹
- Höhere Mitarbeiterzufriedenheit
- Tiefere Fluktuationen



¹ Studie SWiNG (2011)

Was bringt BGM?



Gesundheitsförderung Schweiz
Promotion Santé Suisse
Promozione Salute Svizzera

Gesundes Unternehmen

- Human Capital Management
- Arbeitgeberattraktivität
- Corporate Social Responsibility



¹ Studie SWiNG (2011)

Was bringt BGM?



Gesundheitsförderung Schweiz
Promotion Santé Suisse
Promozione Salute Svizzera

Gesunde Finanzen

- 2.6 Tage weniger Absenzen/Jahr¹
- 10 % Produktivitätssteigerung¹
- Produktivitätsunterschied kostet bis zu CHF 8'000 (pro Jahr/MA)¹



¹ Studie SWiNG (2011)

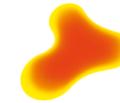
Was nehme ich mit?



Gesundheitsförderung Schweiz
Promotion Santé Suisse
Promozione Salute Svizzera



...und auf ein Wiedersehen



Gesundheitsförderung Schweiz
Promotion Santé Suisse
Promozione Salute Svizzera

Nationale Tagung für betriebliches Gesundheitsmanagement 2019

www.gesundheitsfoerderung.ch/bgm-tagung

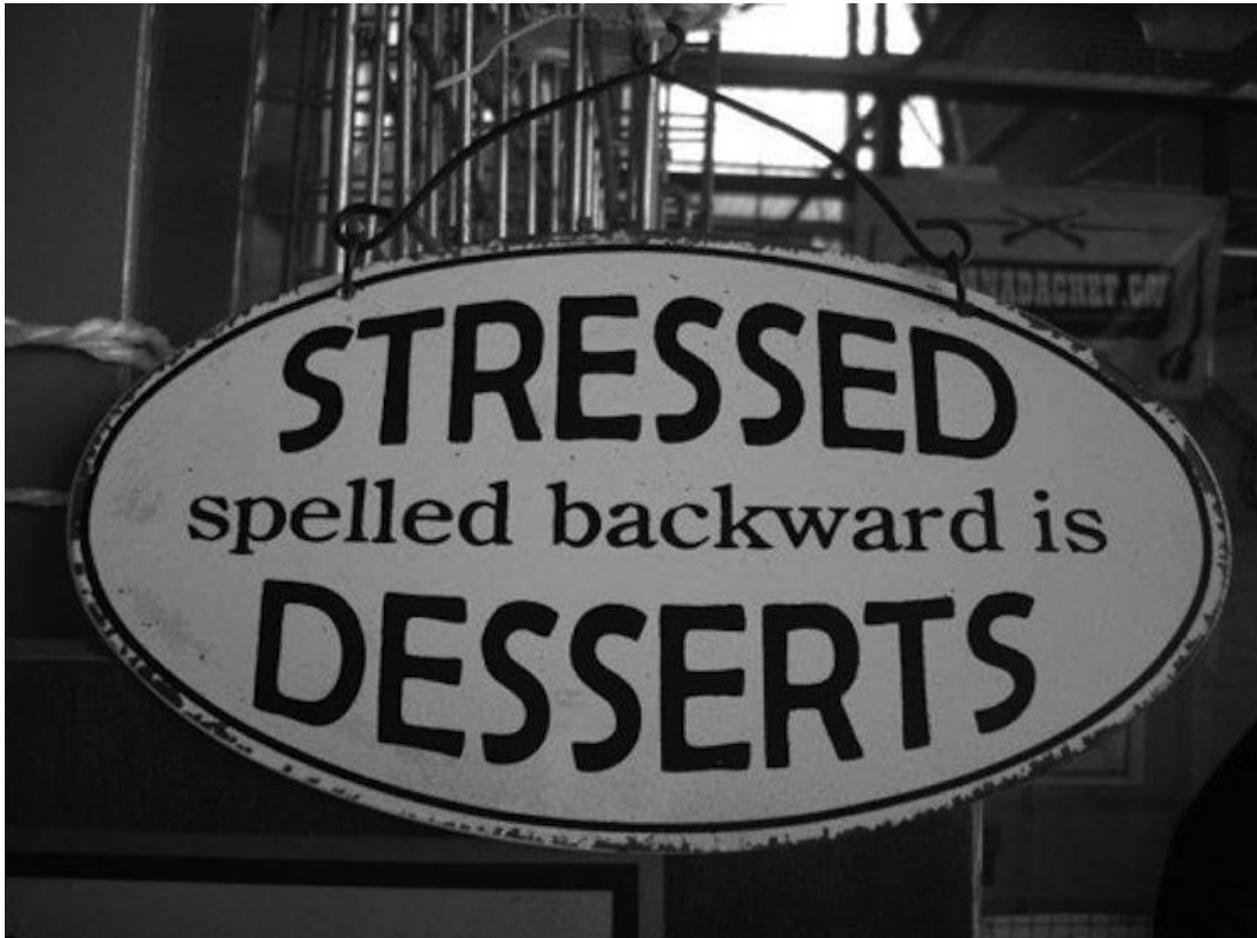
**BGM für Körper und Geist: Physische und psychische Gesundheit
gemeinsam fördern**

Mittwoch, 28. August 2019, Seedamm Plaza, Pfäffikon SZ

Herzlichen Dank...



Gesundheitsförderung Schweiz
Promotion Santé Suisse
Promozione Salute Svizzera





Gesundheitsförderung Schweiz
Promotion Santé Suisse
Promozione Salute Svizzera

Ihr Ansprechpartner

Reto Kälin

Leiter Partner Relations

Tel. +41 31 350 04 20

reto.kaelin@promotionsante.ch

Gesundheitsförderung Schweiz

Wankdorfallee 5, CH-3014 Bern

Tel. +41 31 350 04 04

office.bern@promotionsante.ch