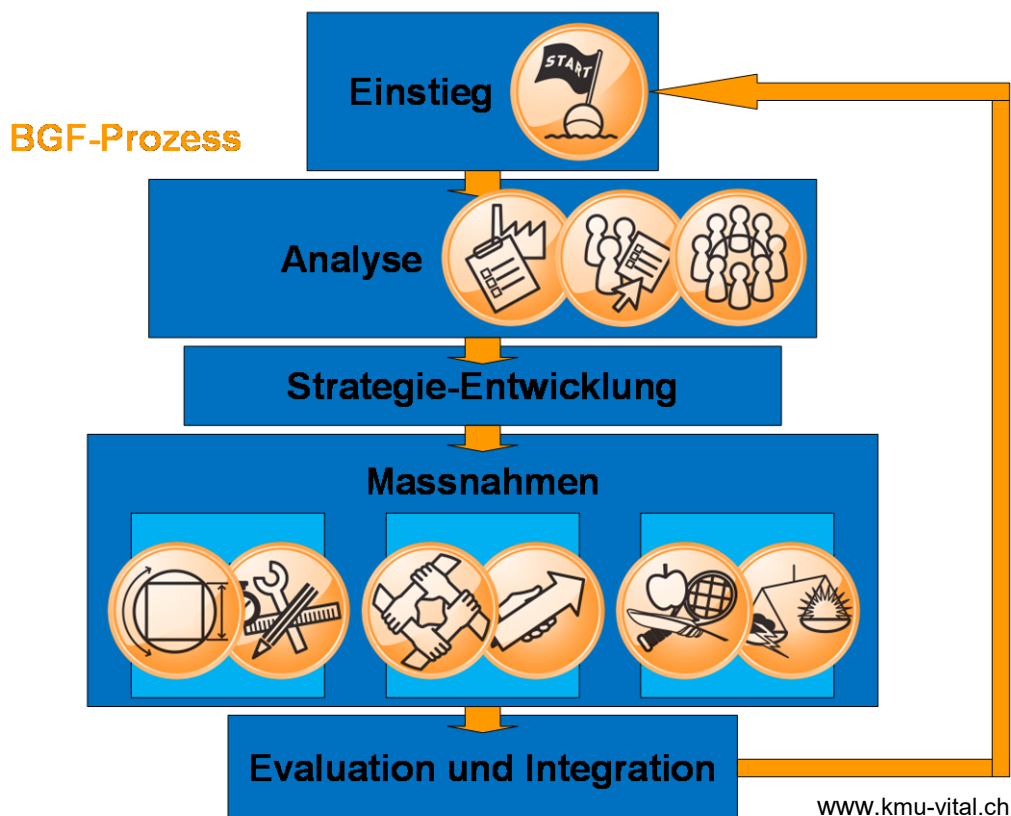


## Wie sollen wir die betriebliche Gesundheitsförderung angehen?

Jedes Unternehmen, jede Organisation – ob klein, mittel oder gross – hat eine eigene Identität mit Werten, Strukturen und Organisationsabläufen. Diese gilt es bei der Einführung und Umsetzung von betrieblicher Gesundheitsförderung zu berücksichtigen. Deshalb ist es wichtig, in einem ersten Schritt herauszufinden, wo der Betrieb im Bereich Gesundheitsförderung steht und was er genau braucht, um mit möglichst wenigen Mitteln eine möglichst grosse Wirkung auf die Gesundheit der Mitarbeitenden zu haben.

Um BGF möglichst nachhaltig und wirkungsvoll im Betrieb zu verankern, empfiehlt sich ein systematisches, kontinuierliches Vorgehen, bei welchem gemäss unten abgebildeten Kreislauf verschiedene Phasen durchlaufen werden.



Gesundheitsförderung muss unbedingt mit einem Einstieg in der Geschäftsleitung begonnen werden. Danach folgen die Module der Analysephase und erst dann macht die Umsetzung von einzelnen Themenschwerpunkten Sinn.

### **Analyse/Bestandesaufnahme**

Mögliche Instrumente zur Bestandesaufnahme sind die Befragung von Mitarbeitenden und Führungskräften.

### **Massnahmen**

Nachdem realistische Ziele gesetzt wurden, die zur Verfügung stehenden Ressourcen geklärt sind, können entsprechende Massnahmen geplant werden. Diese können in folgenden Bereichen angesiedelt werden:

Arbeitsgestaltung (Aspekte der Ergonomie), Zusammenarbeit im Team (BGF als Führungsaufgabe), Wellness (Ernährung, Bewegung, Entspannung, Stressmanagement).

### **Evaluation**

Nur durch die kontinuierliche Zielvereinbarung und Evaluation kann die betriebliche Gesundheitsförderung zu einem festen Bestandteil der Unternehmenspolitik werden.

Besuchen Sie die Webseite [www.kmu-vital.ch](http://www.kmu-vital.ch). Sie erhalten hier wertvolle Informationen, Tipps, praxiserprobte Instrumente und anschauliche Erfahrungsberichte anderer KMU.