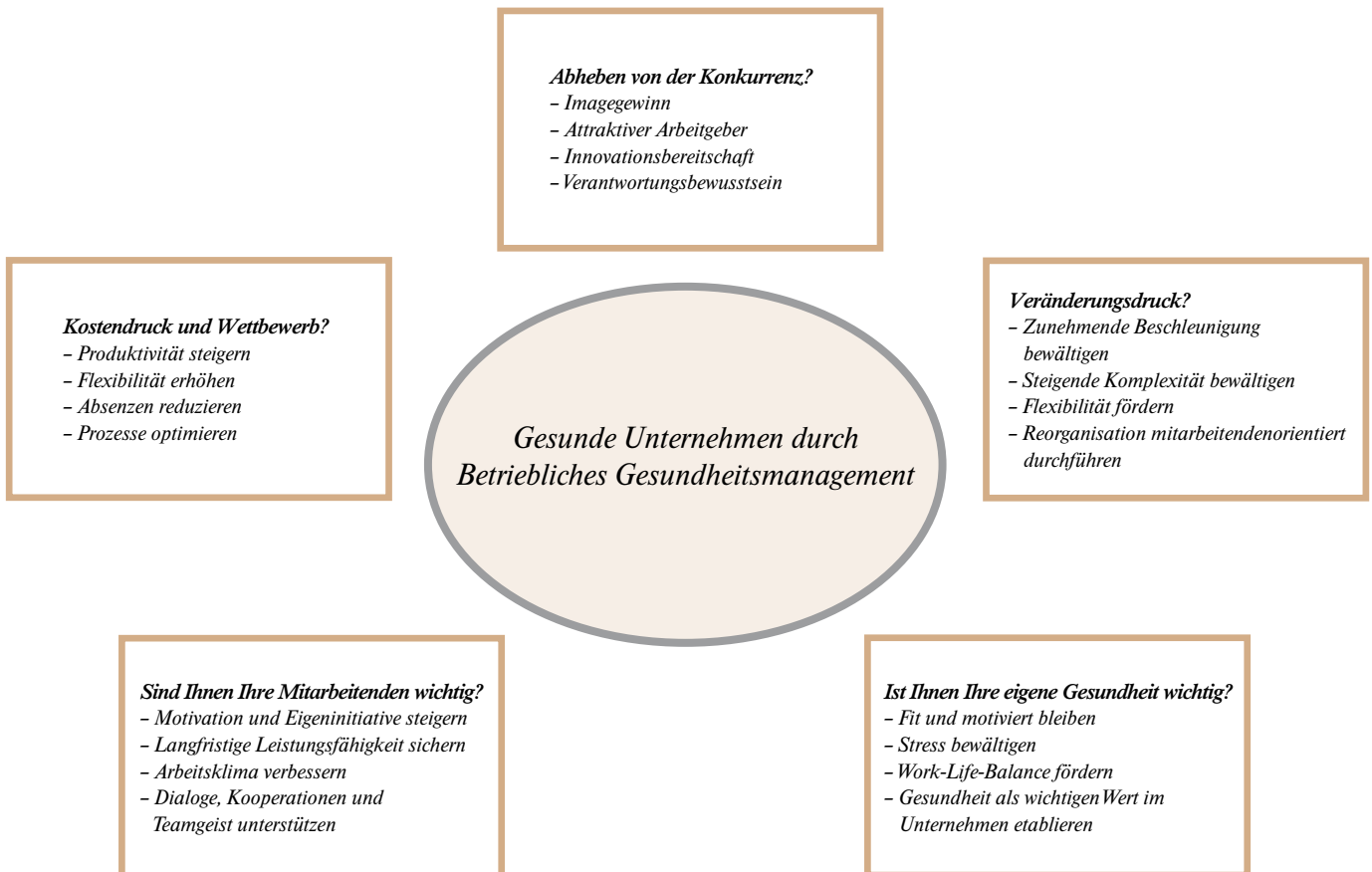


# BETRIEBLICHES GESUNDHEITSMANAGEMENT: INFORMATION UND BERATUNG FÜR BETRIEBE IM KANTON ZÜRICH

VERSION 2008

## IST IHR UNTERNEHMEN GESUND?

Unternehmen müssen heute eine Vielzahl von Herausforderungen bewältigen. Diese Broschüre zeigt Ihnen wie. Ganz nach dem Motto: «Was man ohnehin schon tut, noch gezielter und besser tun.» Für ein betriebliches Gesundheitsmanagement gibt es verschiedene Gründe:



© ISPMZ

### **Betriebliches Gesundheitsmanagement (BGM), eine Investition, die sich lohnt**

Massnahmen zu BGM motivieren die Mitarbeitenden und fördern ihre Eigeninitiative. Die Identifikation mit dem Unternehmen steigt und die Arbeitszufriedenheit sowie die Leistungsbereitschaft nehmen zu.

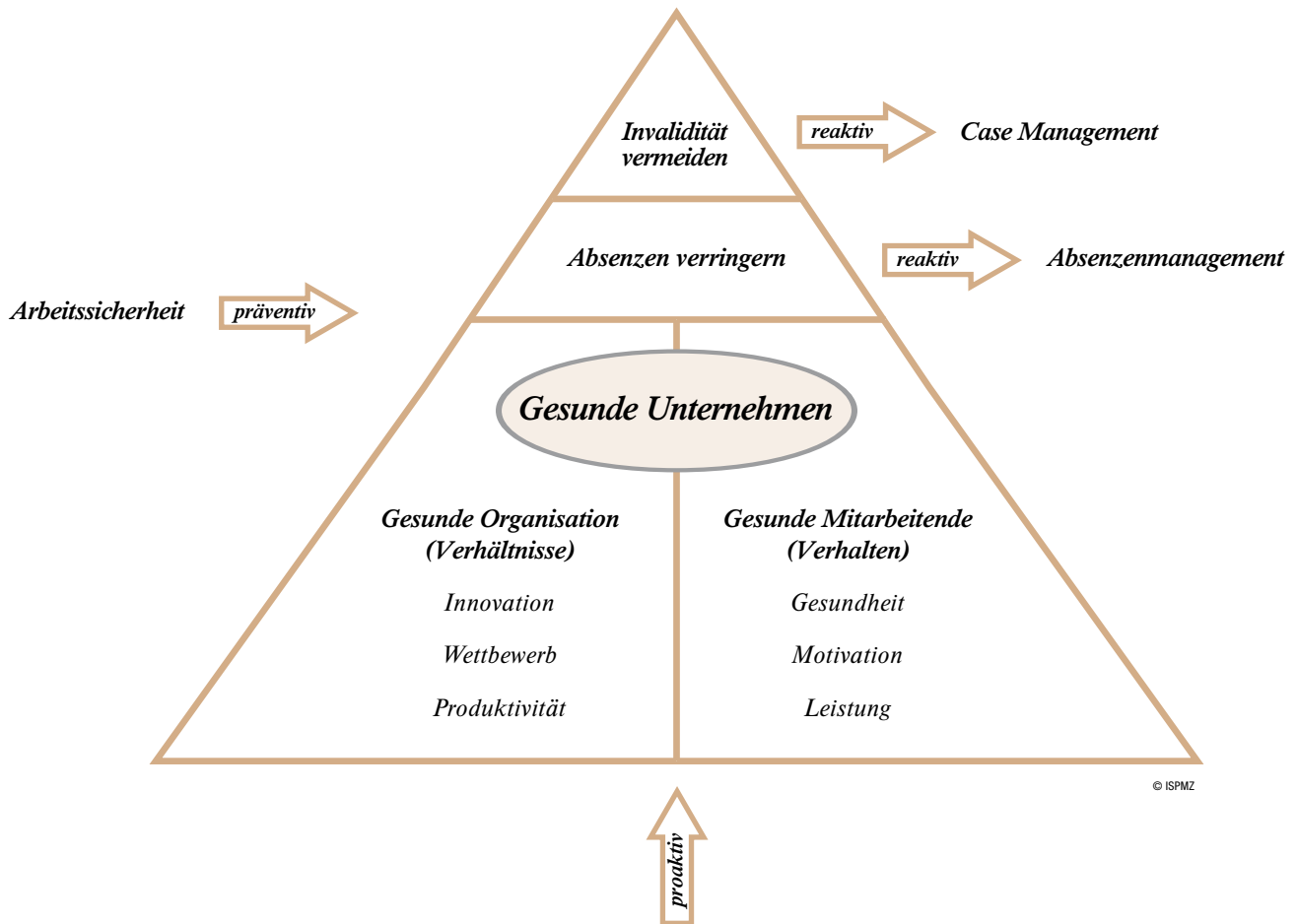
Gesunde und zufriedene Mitarbeitende sind eine tragende Säule, um die Innovations- und Wettbewerbsfähigkeit sowie die Produktivität und somit den Erfolg eines Unternehmens zu sichern.

BGM zeichnet Unternehmen als verantwortungsbewusst und gleichzeitig als innovativ aus. Dadurch präsentieren Sie sich auf dem Markt als attraktiver Arbeitgeber und erfahren einen Imagegewinn.

# BETRIEBLICHES GESUNDHEITSMANAGEMENT: DER WEG ZUM GESUNDEN UNTERNEHMEN

Case Management und Absenzenmanagement befassen sich nur mit den ca. 4% der Mitarbeitenden, die durchschnittlich in Schweizer Unternehmen fehlen. Setzen Sie zusätzlich bei den 96% der anwesenden Mitarbeitenden an! Deren optimale Gesundheit, Motivation und Leistung sichern Ihren Unternehmenserfolg. Betriebliche Gesundheitsförderung liefert die Instrumente dazu.

## Betriebliches Gesundheitsmanagement: Ziele und Strategien



## Betriebliche Gesundheitsförderung

- **Arbeitssicherheit:** Risikoanalyse und Massnahmen zur Verringerung von krankheits- und unfallbedingten Absenzen sowie Invalidität.



➔ Richtet sich präventiv an alle Mitarbeitenden
- **Case Management:** Ganzheitliche Betreuung und Wiedereingliederung von Mitarbeitenden mit Langzeitabsenzen, um Invalidisierung zu vermeiden.

– **Absenzenmanagement:** Systematische Bewirtschaftung von Absenzen und Rückkehrgespräche zur Reduktion von Absenzen.



➔ Reagieren systematisch auf Kurz- und Langzeitabsenzen
- **Betriebliche Gesundheitsförderung:** Ressourcenförderung auf den Ebenen Organisation (Verhältnisse) und Mitarbeitende (Verhalten). Ressourcen fördern sowohl die Gesundheit, Motivation und Leistung der Mitarbeitenden als auch die Produktivität, Innovations- und Wettbewerbsfähigkeit des Unternehmens.



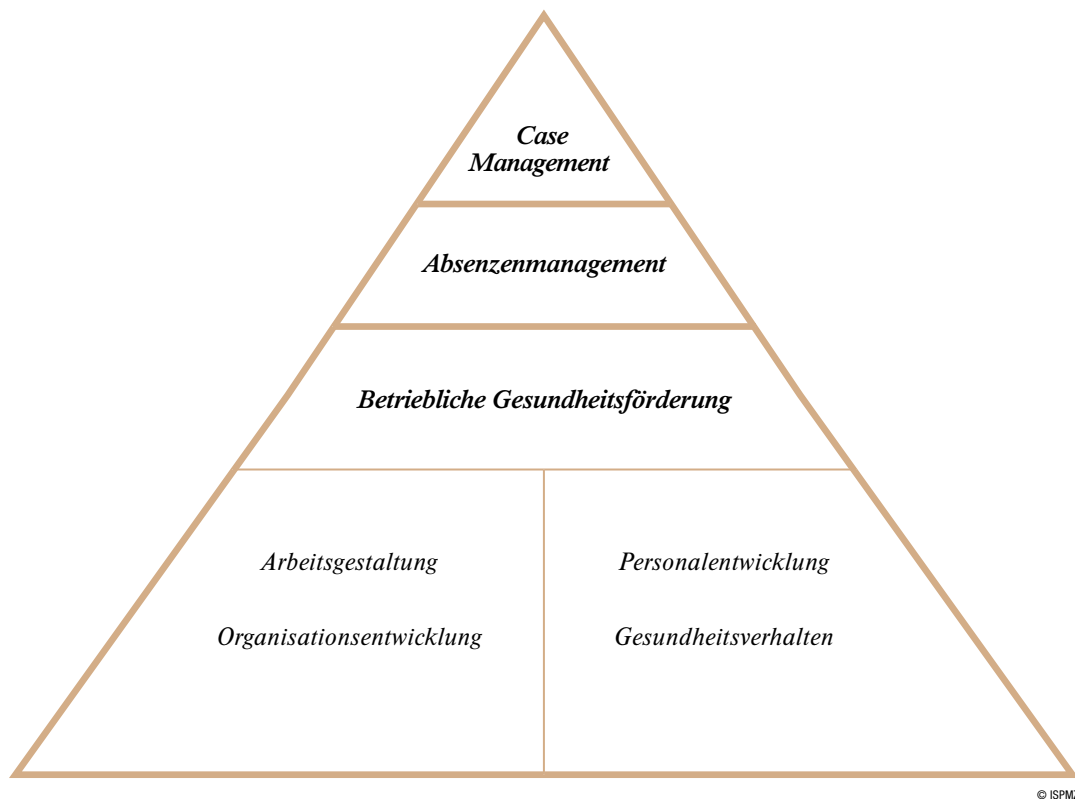
➔ Richtet sich proaktiv an alle Mitarbeitenden und die Organisation

# BETRIEBLICHES GESUNDHEITSMANAGEMENT: POTENTIAL FÜR DAS UNTERNEHMEN

## **Optimierung vorhandener Unternehmensstrategien und gezielter Mitteleinsatz**

BGM beleuchtet verschiedene Unternehmensstrategien wie die Arbeits- und Organisationsgestaltung, die Personalentwicklung und -führung sowie die individuelle Förderung des Gesundheitsverhaltens. Auf der Grundlage einer Ist-Analyse lassen sich diese Bereiche häufig ohne grosse Neuinvestitionen systematisch optimieren und vorhandene Mittel gezielter einsetzen, ganz nach dem Motto: «Was man ohnehin schon tut, noch gezielter und besser tun.» BGM fördert den Perspektivenwechsel zwischen Mitarbeitenden und Management. Der mitarbeitendenorientierte Ansatz führt häufig zu einer Prozessoptimierung.

## **Betriebliches Gesundheitsmanagement: Strategien und Massnahmen**



## **Betriebswirtschaftlicher Nutzen**

Durch eine Vielzahl von Studien ist die betriebswirtschaftliche Effizienz nachgewiesen:

- **Arbeitsgestaltung:** Massnahmen, die bei der Gestaltung der Aufgaben, Arbeitsmittel und Umgebungsbedingungen ansetzen. Das Ziel der Arbeitsgestaltung ist es, die Aufgabenerfüllung zu verbessern und gleichzeitig humanen Ansprüchen gerecht zu werden.
- **Organisationsentwicklung:** Durch einen partizipativ durchgeführten Veränderungsprozess wird die Arbeit humanisiert und konkrete Schwierigkeiten werden angegangen. Für die Organisation bedeutet dies eine Erhöhung der Flexibilität, was ein Anpassen an die sich ständig verändernde Umwelt ermöglicht und so die Innovations- und Leistungsfähigkeit des Unternehmens sichert.
- **Personalentwicklung:** Weiterqualifizierung von Mitarbeitenden, von der sowohl Mitarbeitende als auch die Organisation profitieren: Mitarbeitende lernen mit der sich ständig verändernden Arbeitsumwelt und den somit wechselnden Problemen und Aufgaben besser umzugehen. Die Organisation erreicht durch ihre gut ausgebildeten Mitarbeitenden ihre Ziele besser.
- **Gesundheitsverhalten:** Entwicklung von gesundheitsförderlichen Lebensweisen mit dem Ziel, die körperliche, psychische und soziale Gesundheit zu erhalten oder zu verbessern. Die Gesundheit von Mitarbeitenden ist Voraussetzung für ihre Anwesenheit und volle Leistungsfähigkeit.

# KMU-vital: PROGRAMM FÜR BETRIEBLICHE GESUNDHEITSFÖRDERUNG

Arbeitssicherheit sowie Absenzenmanagement und Case Management werden in vielen Betrieben bereits praktiziert. Im Umgang mit Betrieblicher Gesundheitsförderung (BGF) besteht jedoch weitgehend noch Entwicklungsbedarf. Das Institut für Sozial- und Präventivmedizin der Universität Zürich (ISPMZ) und das Institut für Arbeitsmedizin Baden haben mit anderen Partnern zusammen im Auftrag der Stiftung Gesundheitsförderung Schweiz ein Programm für BGF entwickelt, das eine stufenweise Umsetzung von BGF mit überschaubarem Aufwand ermöglicht. Das praxiserprobte Programm KMU-vital umfasst zehn Module zu Themen, die von den Pilot-Unternehmen als für die Praxis relevant ausgewählt wurden.



## Module von KMU-vital: ein Programm von Gesundheitsförderung Schweiz



Die **Sensibilisierung** der Geschäftsleitung und des Kaders erfolgt über den Einstiegsworkshop, welcher das Potential für das eigene Unternehmen aufzeigt. Hier werden auch die unternehmensspezifischen Ziele gesetzt. Das Commitment der Geschäftsleitung und des Kaders ist für den Erfolg von BGF ausschlaggebend.

Eine systematische **Analyse und Strategieentwicklung** ist die Voraussetzung, um zielgerichtete Massnahmen zu entwickeln. Als Analyse-Instrumente stehen die Mitarbeiter- und Managementbefragungen zur Verfügung, welche ein Ressourcen-/Belastungsprofil aus Sicht der Mitarbeitenden und des Managements aufzeigen. Im Gesundheitszirkel werden Betroffene zu Beteiligten gemacht: Belastungen, aber auch Ressourcen werden auf der Basis von Alltagserfahrungen vertieft analysiert und Massnahmen daraus abgeleitet.

Für die **Umsetzungsmassnahmen** stehen praxiserprobte Module in den Bereichen Organisationsentwicklung, Personalentwicklung und Gesundheitsverhalten zur Verfügung. Diese können firmenspezifisch angepasst werden und ermöglichen so massgeschneiderte Optimierungen.

Die **Evaluation** überprüft die beim Einstieg gesetzten Ziele und gibt Hinweise auf weitere Aktionsfelder.

Die **Integration** von BGM in bestehende Firmenstrukturen sichert deren Nachhaltigkeit.

Genauere Informationen zu KMU-vital und den Modulen finden Sie unter [www.kmu-vital.ch](http://www.kmu-vital.ch). Für weitere Fragen oder Unterstützung bei der Durchführung des Programms wenden Sie sich an das Beratungszentrum BGM-Zürich ([www.bgm-zh.ch](http://www.bgm-zh.ch), [katharina.lehmann@ifspm.uzh.ch](mailto:katharina.lehmann@ifspm.uzh.ch) oder 044 634 46 23).

### Die Gewinner des Zürcher Preises für Gesundheitsförderung im Betrieb

Der Zürcher Preis für Gesundheitsförderung im Betrieb wird alle zwei Jahre vom Institut für Sozial- und Präventivmedizin der Universität Zürich verliehen und durch den/die Vorsteher/in der Gesundheitsdirektion des Kantons Zürich übergeben.

#### Kleine und mittlere Unternehmen

**Die Preisträger 1999** Belvoirpark, Hotelfachschule Zürich  
**Die Preisträger 2000** 3M (Schweiz) AG Zürich  
**Die Preisträger 2002** Zentralwäscherei Zürich  
**Die Preisträger 2004** Krankenhaus Bächli, Bassersdorf  
**Die Preisträger 2006** Max Schweizer AG, Zürich

#### Grossunternehmen

ABB Schweiz/ABB Lernzentren Zürich  
 Stadtspital Waid Zürich  
 Schweizerische Rückversicherungs-Gesellschaft, Zürich  
 IBM, Forschungslabor Rüslikon  
 Migros Genossenschaftsbund Zürich

# BERATUNGSZENTRUM BETRIEBLICHES GESUNDHEITSMANAGEMENT ZÜRICH

Das Beratungszentrum Betriebliches Gesundheitsmanagement Zürich (BGM-Zürich) ist Teil der Abteilung Gesundheitsforschung und Betriebliches Gesundheitsmanagement der Universität (Institut für Sozial- und Präventivmedizin) und der ETH (Zentrum für Organisations- und Arbeitswissenschaften) Zürich.

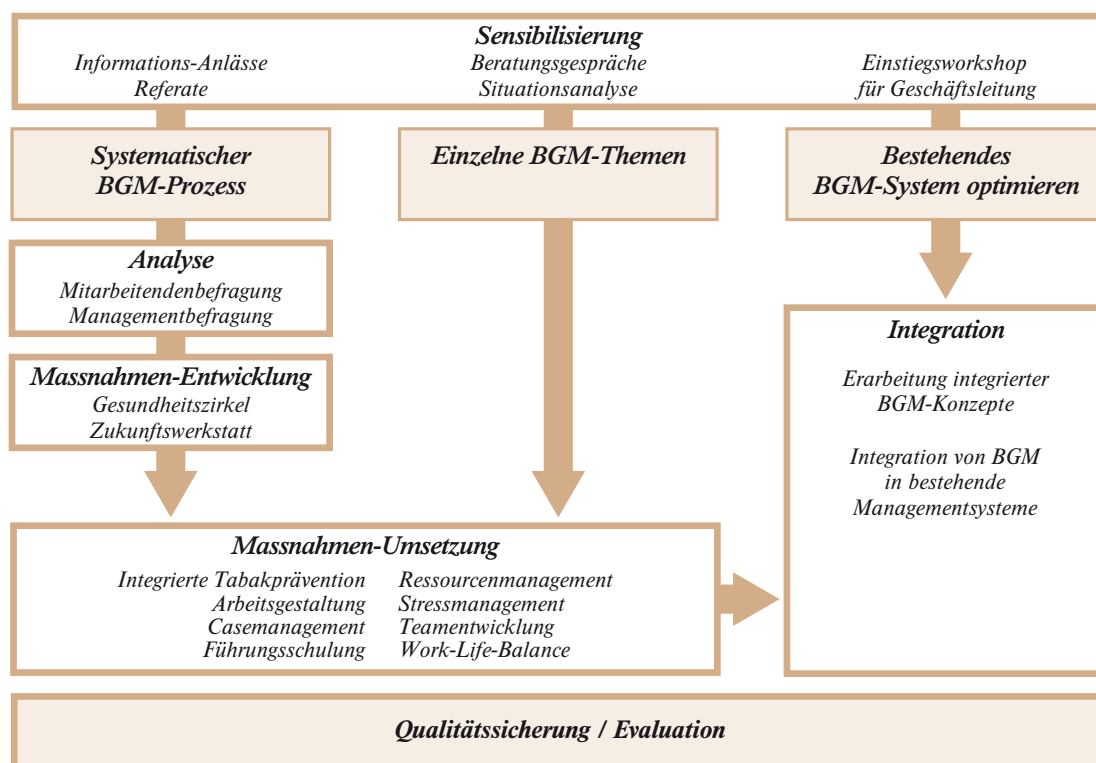
Die enge Vernetzung von Forschung, Entwicklung und Beratung ermöglicht den Transfer von aktuellen Forschungsergebnissen in die Praxis und somit in unser Angebot. Umgekehrt fliessen Erfahrungen und Fragestellungen unseres Beratungszentrums zurück in die Forschung, wo sie mit wissenschaftlichen Instrumenten untersucht werden, was eine Qualitätssicherung erlaubt, die auch Ihrem Betrieb zugute kommt.

## Unser Angebot

BGM-Zürich unterstützt Unternehmen und Verwaltungen bei der Einführung und Optimierung von BGM durch

- Beratung
- Arbeits- und Organisationsanalysen
- Umsetzung von Massnahmen des BGM
- Controlling und Evaluation
- Integration des BGM in bestehende Strukturen

Ein Erfolg versprechendes Vorgehen richtet sich nach dem Bedürfnis und dem aktuellen Stand Ihres Unternehmens. Welches Vorgehen sich für Ihren Betrieb eignet, klären wir gerne mit Ihnen gemeinsam in einem kostenlosen Beratungsgespräch.



## Das Team

Das interdisziplinäre Team des BGM-Zürich verfügt über langjährige, breite Erfahrung bei der Einführung, Umsetzung und Evaluation von BGM in Grossunternehmen, KMU, Verwaltungen und Gesundheitswesen.

## Tabakprävention

Wir setzen Schwerpunkte! Zurzeit liegt unser Fokus auf dem Thema Tabakprävention am Arbeitsplatz. Die Praxis zeigt, dass Tabakpräventions-Massnahmen erfolgreich umgesetzt werden können, wenn sie in ein BGM eingebunden werden. Deshalb haben wir uns darauf spezialisiert, Tabakprävention in unser BGM-Angebot zu integrieren, was eine ganzheitliche Lösung gewährleistet. Die integrierte Tabakprävention erlaubt durch ihren umfassenden Ansatz (im Gegensatz zu einer gesonderten Einzelmassnahme) den Abbau der suchtauslösenden und suchterhaltenden Faktoren und somit eine ursachenorientierte Herangehensweise.

## Weitere Informationen

[www.bgm-zh.ch](http://www.bgm-zh.ch)

Dr. Katharina Lehmann, BGM-Zürich, [katharina.lehmann@ifspm.uzh.ch](mailto:katharina.lehmann@ifspm.uzh.ch), 044 634 46 23

# BETRIEBLICHE SUCHTPRÄVENTION

Engagierte Mitarbeitende sind die Basis für den Erfolg eines Unternehmens. Ein gutes Arbeitsklima und motivierende Rahmenbedingungen tragen wesentlich zur Prävention des problematischen Konsums von Alkohol, Medikamenten oder anderen psychoaktiven Substanzen bei. Vorbeugende Massnahmen können als Investition in die Leistungsfähigkeit und das Wohlbefinden der Mitarbeitenden betrachtet werden, wie die an der Universität Zürich erstellte Studie «Effizienz und Effektivität betrieblicher Alkoholprävention» belegt. Wenn Sucht in Ihrem Unternehmen ein Thema ist, kann Prävention Unfälle verhüten, Kosten senken und die Gesundheit Ihrer Mitarbeitenden schützen – ein Gewinn für alle Beteiligten. Die Stellen für Suchtprävention im Kanton (acht regionale Stellen und acht kantonsweit tätige, spezialisierte Fachstellen) begleiten Sie bei der Entwicklung einzelner Massnahmen oder eines Programmes für Ihr Unternehmen. Je nach Betriebsgrösse, Betriebsform und Mitarbeiterstruktur finden Sie bei den Stellen für Suchtprävention Unterstützung für Massnahmen wie:

- Vorkehrungen zur Sensibilisierung (Informationsveranstaltungen zur Wirkung von Substanzen und zur Selbsteinschätzung des Konsums)
- Schaffung von rauchfreien Zonen
- Früherkennung von Suchtmittelabhängigkeiten durch Vorgesetzte
- Erstellung eines Ablaufplanes bei Auffälligkeiten
- Professionelle Gesprächsführung mit Betroffenen
- Vernetzung mit externen Fachleuten und Stellen
- Ausarbeitung von Vereinbarungen für Mitarbeitende
- Erarbeitung und Umsetzung eines umfassenden Suchtpräventionsprogrammes
- Anpassung der Dienstordnung / des Betriebsreglementes
- Evaluation, Qualitätssicherung und angemessene Öffentlichkeitsarbeit.

Die Stellen für Suchtprävention erarbeiten gerne zusammen mit Ihnen massgeschneiderte Präventionsangebote für Ihren Betrieb, unter anderem in Form von Vorträgen, Impulsveranstaltungen, Beratung/Coaching, Konzeptentwicklungen usw.

## Die Stellen für Suchtprävention im Kanton Zürich – Ihre Partner für Suchtprävention

Sie haben Fragen zur Suchtprävention, interessieren sich für ein konkretes Angebot oder möchten Ihren Mitarbeitenden eine Weiterbildung ermöglichen. Was auch immer Ihr Anliegen ist: Wenden Sie sich an die

### - Suchtpräventionsstelle in Ihrer Region

Die Adresse finden Sie unter [www.suchtpraevention-zh.ch](http://www.suchtpraevention-zh.ch) oder an die

### - Zürcher Fachstelle zur Prävention des Alkohol- und Medikamentenmissbrauchs, ZüFAM

Langstr. 229, Postfach, 8031 Zürich, Tel. 044 271 87 23, [info@zuefam.ch](mailto:info@zuefam.ch), [www.zuefam.ch](http://www.zuefam.ch)

# WEITERFÜHRENDE INFORMATIONEN

## Betriebliche Gesundheitsförderung als europäische Unternehmensstrategie

Das Potential von BGF wurde von allen Ländern Europas erkannt, die sich zu einem Netzwerk für BGF zusammengeschlossen und im November 1997 die Luxemburger Deklaration unterzeichnet haben. [www.enwhp.org](http://www.enwhp.org)

### Luxemburger Deklaration, 1997 (Auszüge)

Betriebliche Gesundheitsförderung ist eine Unternehmensstrategie, die darauf abzielt, Gesundheitspotentiale zu stärken, Krankheiten am Arbeitsplatz vorzubeugen (einschliesslich arbeitsbedingter Erkrankungen, Arbeitsunfälle, Berufskrankheiten und Stress) und das Wohlbefinden am Arbeitsplatz zu verbessern.

Betriebliche Gesundheitsförderung orientiert sich an folgenden Leitsätzen:

- Einbezug der gesamten Belegschaft (Partizipation)
  - Integration der Thematik in sämtliche wichtigen Entscheidungen sowie in alle Unternehmensbereiche
  - Gezieltes Projektmanagement: Bedarfsanalyse, Prioritätensetzung, Planung, Umsetzung, kontinuierliches Controlling
  - Der ganzheitliche Ansatz berücksichtigt sowohl verhaltens- wie auch verhältnisorientierte Massnahmen.
- Unternehmen, die Gesundheit am Arbeitsplatz fördern, steigern die Produktivität und senken zudem krankheitsbedingte Kosten.

## Schweizerischer Verband für Betriebliche Gesundheitsförderung (SVBGF)

Der SVBGF bezweckt den Erfahrungsaustausch unter seinen Mitgliedern. Auf der Internetseite des SVBGF sind Anbietende von BGF und BGF-aktive Unternehmen aufgelistet und Links zu weiterführenden Informationen zu finden. [www.svbgf.ch](http://www.svbgf.ch)