



santé
en entreprise
Gesundheit
im Betrieb

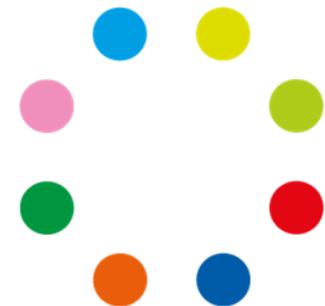
«Gesundheit im Betrieb» In die Gesundheit der Mitarbeitenden investieren

France Cadieux

Grangeneuve – 4. November 2019



- Vorteile einer gesunden Arbeitsumgebung
 - Vorteile für die Mitarbeitenden
 - Vorteile für das Unternehmen
- Projekt *Gesundheit im Betrieb*
 - Ziele
- Beispiele möglicher Massnahmen
 - Spezifische Aufträge
 - Umfassender, themenübergreifender Ansatz
 - Langzeitbetreuung





- Sich um die Gesundheit der Mitarbeitenden kümmern
 - ... bedeutet: in die wertvollste Ressource investieren
- Gesunde Verhaltensweisen und eine gesundheitsförderliche Arbeitsumgebung
 - mit Stresssituationen besser umgehen
 - das Risiko reduzieren, dass sich eine chronische Erkrankung entwickelt

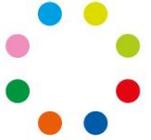




- Vorteile für die Mitarbeitenden
 - die Gesundheit als persönliche Ressource pflegen und erhalten
 - eigene Gesundheitskompetenzen festigen
 - höhere Arbeitszufriedenheit und Arbeitsmotivation
 - Firmentreue
 - weniger Absenzen wegen Krankheit
- Vorteile für das Unternehmen
 - Verbesserung der Lebensqualität am Arbeitsplatz
 - Verbesserung der Arbeitsatmosphäre
 - Stärkung von Teamgeist und Zusammenhalt
 - Firmentreue
 - Verbreitung eines positiven und innovativen Bildes des Betriebs
 - Abnahme von langfristigen Absenzen und von Personalfluktuation
 - Produktivität bleibt erhalten



- **Ziele**
 - Nichtübertragbaren Krankheiten vorbeugen
 - Gesunde Verhaltensweisen fördern
 - Bessere Rahmenbedingungen umsetzen
- Dem Betrieb angepasste Dienstleistungen, die einfach umsetzbar sind
 - «À la carte», je nach den spezifischen Bedürfnissen des Unternehmens
 - ✦ kombinierbar
 - ✦ können in Modulen organisiert werden
- An den Bedürfnissen der Zielgruppe orientiert
 - **Entwicklung neuer Dienstleistungen**
 - ✦ Einführung in das betriebliche Gesundheitsmanagement
 - ✦ Workshops zur Prävention von psychosozialen Risiken am Arbeitsplatz



- **Betrieb A**

- Workshop zur Sensibilisierung für die Themen Schlaf und Schlafstörungen
- Wanderausstellung zum Thema Tabak
- Gruppencoaching für den Rauchstopp



- **Betrieb B**

- **Gesundheitstest für Mitarbeitende**
 - ✦ Chronische Krankheiten frühzeitig erkennen
 - ✦ Betroffene Personen und Risikogruppen nach Testergebnis für die weiteren Schritte beraten





• Betrieb C

« Gesundheitstests »	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Identifizierung der vorrangigen Gesundheitsbereiche im Unternehmen und der Bedürfnisse der Mitarbeitenden (Januar 2016 und Januar 2018)
Ernährung und Bewegung	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Wanderausstellung über Ernährung (September 2016) ➤ Workshop und Sensibilisierung zum Thema Ernährung (Februar 2017) ➤ Einzelberatung mit einer Ernährungsberaterin (im 2017)
Rauchen	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Unterstützung beim Rauchstopp: Gruppenkurs (von Mai bis Juni 2017) ➤ Unterstützung beim Rauchstopp: individuelles Rauchstopp-Coaching (von Oktober bis Dezember 2016)
Rückenschmerzen	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Anpassungen von Arbeitsplätzen
Schlaf	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Schlaf und Schlafstörungen, Workshop (Januar 2017)
Stressbewältigung	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Evaluation von Stressniveau und Lebensqualität am Arbeitsplatz (von August bis September 2016) ➤ Workshop zur Sensibilisierung für Stress und Burn-out (Oktober 2016)



• Betrieb D

1. «Evaluation von Stressniveau und Lebensqualität am Arbeitsplatz»

- Anonymer Fragebogen für Mitarbeitende
 - Identifizieren von Einschränkungen und Ressourcen bei der Arbeit
 - Messung von Stress und Erschöpfung

2. Konkrete Aktionspläne

- Veranstaltungen zur Sensibilisierung der Mitarbeitenden
 - Stressbewältigung am Arbeitsplatz
 - Schlaf, Schicht- und Nachtarbeit, Schlafhygiene
 - Ausgewogene Ernährung

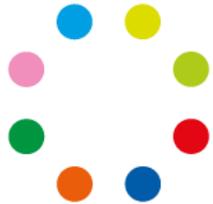
3. Entwicklung von weiteren Dienstleistungen

- Pilotprojekt Workshops zur Prävention psychosozialer Risiken am Arbeitsplatz
 - Für Führungskräfte und Manager
 - Für Mitarbeitende



- Eine gesundheitsförderliche Arbeitsumgebung
 - wirkt sich positiv auf die Mitarbeitenden und den Betrieb aus
- Verantwortung der Unternehmen
 - genaues Hinhören bei Anliegen der Mitarbeitenden
 - Umsetzen von gesundheitsförderlichen Aktionen und Präventionsmassnahmen
- Verantwortung der Mitarbeitenden
 - gute Gewohnheiten pflegen
 - an der Lösungsfindung mitarbeiten





santé
en entreprise
Gesundheit
im Betrieb

Vielen Dank für Ihre
Aufmerksamkeit

