

Sie sind ein erfolgreiches Unternehmen – und wollen das weiter bleiben? Dann wissen Sie, dass sich unternehmerischer Erfolg nur mit motivierten und gesunden Mitarbeitern erzielen lässt.

Motivation und Gesundheit sind weder selbstverständlich, noch sollten sie dem Zufall überlassen werden.

**Krankheit**

**Gesundheit**

Die Folgen psychischer und physischer Beschwerden sind neben Fehlzeiten oft ein langfristiger Rückgang von Leistungsfähigkeit und Motivation.

Deshalb hat das Betriebliche Gesundheitsmanagement (BGM) in der Arbeitswelt eine wichtige Bedeutung. Dabei ist es in Unternehmen oft sinnvoll, mit externer Unterstützung geeignete Maßnahmen zu entwickeln und umzusetzen.



**präventic**  
ARBEITSSCHUTZ- UND GESUNDHEITSSERVICE

Dr. Olaf Otto  
Großholzer Weg 27 - 72181 Starzach  
Servicetelefon: 0711 - 252957-10  
Fax: : 0711-252957-39  
Mail: info@praeventic.de  
www.praeventic.de

Die Präventic GmbH kooperiert beim BGM mit



- Betriebliches Gesundheitsmanagement und Gesundheitsförderung seit über 10 Jahren
- Interdisziplinäres Team aus den Fachbereichen: Ergonomie, Arbeitspsychologie, Bewegung, Ernährung, Entspannung und Physiotherapie

Senefelderstr. 67 - 70176 Stuttgart  
Telefon: 0711-658613-0  
Fax: 0711-658613-1  
Mail: mail@matthias-thoni.de  
www.matthias-thoni.de

**Gesundheit mit System**  
in 5 Schritten zum Erfolg



Leitfaden für das Betriebliche  
Gesundheitsmanagement

**präventic**  
ARBEITSSCHUTZ- UND GESUNDHEITSSERVICE

Die folgenden 5 Schritte helfen Ihnen, eine auf Ihr Unternehmen zugeschnittene Vorgehensweise umzusetzen.



Ziel der Phase 1 ist es, herauszufinden, „wo der Schuh drückt“. Erst wenn Sie das für Ihr Unternehmen oder Ihre Abteilung wissen, können eine Strategie (Phase 2) und Maßnahmen (Phase 3) entwickelt werden. Sind die Maßnahmen abgeschlossen, sollte sich eine Erfolgsbewertung (Phase 4) anschließen, um Optimierungspotentiale zu erkennen. Damit das ganze Engagement nachhaltig bleibt, ist eine langfristige Einbindung in Unternehmensabläufe und -strukturen (Phase 5) wichtig.

Ergebnis der Analyse können unterschiedliche Themenfelder und Prioritäten sein. Häufig ergeben sich folgende Handlungsfelder und Maßnahmen:

### Führungskräfte:

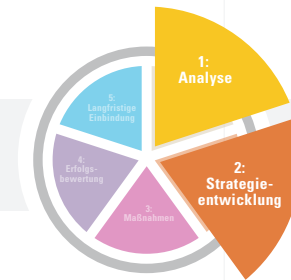
- Persönliche Gesundheit: Stressmanagement / Burnout Prophylaxe / Work-Life-Balance
- Führungsfunktion: Gesundes Führen Feedbackkultur, Burnout bei Mitarbeitern frühzeitig erkennen etc.

### Mitarbeiter:

- Ergonomie: Arbeitsplatzanalysen und -optimierungen, Arbeitsplatzprogramme etc.
- Umgang mit Stress: Training, Seminare, Gesundheitszirkel etc.
- Programme für spezielle Zielgruppen wie z.B.: "Azubi-Prävention von Anfang an", "50plus" etc.
- Gesundheitstage/-aktionen: Bewegung, Ernährung, Ausgleich etc.

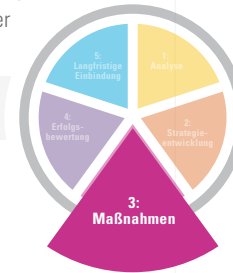
### Organisation:

- Optimierung der Arbeitsorganisation/ -abläufe: Gesundheitszirkel, effizientere Zusammenarbeit von Abteilungen, Schichtarbeit etc.
- Kommunikation, Betriebsklima, „das Miteinander“: Gesundheitszirkel, Feedbackkultur etc.
- Genussvolle Kantine



## Phase 1: Analyse und Phase 2: Strategieentwicklung

- Beratung beim Aufbau eines Betrieblichen Gesundheitsmanagements
- Einführung eines Steuerungskreises
- IST-Analyse im Hinblick auf gesundheitsbezogene Daten und Bedarfsermittlung der Mitarbeiter (incl. Mitarbeiterbefragungen/ -interviews und Arbeitsplatzbegutachtungen)



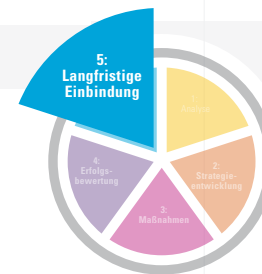
## Phase 3: Maßnahmen

- Unternehmens- und zielgruppenspezifische Konzeption der Maßnahmen
- Berücksichtigung von Verhaltens- und Verhältnisprävention
- Umsetzung von Pilotprojekten



## Phase 4: Erfolgsbewertung

- Definition regelmäßig zu überprüfender Kennzahlen/ Indikatoren auf Basis der im Vorfeld gesteckten Ziele
- Erfolgsüberprüfung und Sicherung der Nachhaltigkeit anhand entsprechender Kennzahlensysteme
- Auswahl der Evaluationsinstrumente



## Phase 5: Langfristige Einbindung in das Unternehmen

- Steuerungskreis Gesundheit ist fester Bestandteil der Unternehmenskultur
- Erarbeitung von Gesundheits"qualitäts"standards sowie langfristiger Ziele und Maßnahmen

Für einen nachhaltigen Erfolg ist es sinnvoll, den Prozess von Phase 1 bis 5 zu durchlaufen. **Es können aber auch einzelne Module selbständig durchgeführt werden.**