

CHECKLISTE: MAßNAHMEN IM BETRIEBLICHEN GESUNDHEITSMANAGEMENT

Hier erfahren Sie, welche Maßnahmen der betrieblichen Gesundheitsförderung Sie Ihren Mitarbeitern anbieten können und für welche Unternehmensgröße diese geeignet sind.

Haben Sie bereits folgende gesundheitsförderliche Maßnahmen bei sich im Unternehmen integriert?	ja	nein	Für wen ist diese Maßnahmen geeignet ? ...		
			Klein- unternehmen	Mittel- ständige Unternehmen	Groß- unternehmen
Obstteller?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Mobile Massage?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Kostenlose Getränke?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Eine feste Routine des Arbeits- & Gesundheitsschutzes?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Betriebsarzt/ Werksarzt/ betriebsärztlicher Dienst	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Betriebliche Vorsorgeuntersuchungen (z.B. Hautkrebsscreenings, Darmkrebsvorsorge- untersuchungen, Blutwerte- Check)?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Arbeitsplatzbesichtigungen?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Arbeitsergonomische Arbeitsplatzanalysen?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>

Belastungsanalysen „Psychische Gesundheit“?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Sozialbetreuung/ Sozialberatung?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Arbeitspsychologischer Dienst?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
EAP – employee assistance program (externe Mitarbeiterberatung)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Aktive Pausen (z.B. Rückenschule, Fit am Arbeitsplatz, Entspannungsgruppen, Businessyoga, Walking- oder Laufgruppen)?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Präventionskursangebote der gesetzlichen Krankenkassen?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Gesundheitsorientierte Kantinenverpflegung?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Schulungsmaßnahmen Ihrer Führungskräfte (z.B. „Gesund Führen“)?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Stressmanagement-Coachings für Mitarbeiter und Führungskräfte?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Mediation zur Konfliktlösung?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Mitarbeiter-Schulungen zu Gesundheitsthemen (z.B. Work-Life-Balance, Mehr Resilienz durch Gesundheitsmanagement, Fit & gesund in der Schichtarbeit, Die gesunde Mischung – Ernährung im Arbeitsalltag)?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>

Arbeitskreis „Gesundheit“?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Gesundheitszirkel?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Gesundheitstage?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Firmen-Fitness-Events?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Familien-Events?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Firmen-Wettkämpfe – oder Olympiaden (z.B. Firmen-Läufe, Schrittzähler-Aktionen, Mit-dem-Rad-zur-Arbeit-Aktionen)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Firmeneigenes Fitness-Studio?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Kooperationen mit Fitness-Studios?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Kooperationen mit Dienstleistern für Wellness-Angebote?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Ruheraum?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Flexible Arbeitszeiten? (z.B. Gleitzeit, Arbeitszeitkonten)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Regelmäßige Mitarbeiterbefragungen zum Thema „Gesundheit“?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Krankenrückkehrgespräche/ Fürsorgegespräche	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Betriebliches Eingliederungsmanagement?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Betriebliches Stressmanagement?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Betriebliches Gesundheitsmanagement-System?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>

Auswertung der Checkliste

0 – 5 Maßnahmen vorhanden

Da ist nicht viel. Sie sollten möglichst zeitnah beginnen zu analysieren, wie der aktuelle Status Quo der Gesundheit in Ihrem Unternehmen ist (z.B. durch eine Analyse der Fehlzeiten oder eine Mitarbeiterbefragung zum Thema „Gesundheit“) und dann mit ersten Maßnahmen (z.B. Obstteller, kostenlose Getränke) beginnen. Damit kann man noch nicht groß in eine Marketing-Offensive zum Thema Gesundheitsförderung gehen, aber es ist ein Anfang.

6 – 15 Maßnahmen vorhanden

Sie haben bereits ein gute bis solide Basis an Maßnahmen der betrieblichen Gesundheitsförderung. Optimieren Sie diese und bauen Sie diese weitere aus. Vergessen Sie aber über den Ausbau der Maßnahmen nicht, diese auch gut an Ihre Mitarbeiter und auch in die Öffentlichkeit zu kommunizieren. Denn was nützt das tollste BGM-Maßnahmen-Paket wenn keiner weiß, dass es dieses gibt. Getreu nach dem Motto: „Tue Gutes und rede darüber.“.

mehr als 15 Maßnahmen vorhanden

Sie machen sich als Unternehmen bereits seit vielen Jahren Gedanken um die Gesundheit Ihrer Mitarbeiter und sind in der betrieblichen Gesundheitsförderung aktiv. Das ist beispielhaft! Achten Sie jedoch darauf, dass Sie Maßnahmen nicht am Bedarf vorbei anbieten und auch die Wirksamkeit Ihrer Maßnahmen evaluieren und diese in der Belegschaft kommunizieren. Für die Gewinnung neuer Mitarbeiter und die Bindung Ihrer Mitarbeiter an das Unternehmen sollten Sie Ihr Angebot an gesundheitsförderlichen Maßnahmen als einen große „Gesundheits-Toolbox“ präsentieren. Wie wäre es mit einer „Gesundheitsclub-Card“ für jeden Mitarbeiter? Machen Sie weiter so.

Fazit

Egal wie viele oder wie wenig Sie bereits in Ihrem Unternehmen zur Förderung der Gesundheit Ihrer Mitarbeiter tun, die Gesunderhaltung und Unterstützung bei einer gesunden Lebensführung spielt für immer mehr Mitarbeiter bei der Auswahl Ihres Arbeitsplatzes eine wichtige Rolle. Nutzen Sie die Chance Ihr Unternehmen durch betriebliche Gesundheitsförderung zu einem attraktiven Arbeitgeber zu machen, zu stärken und fit für die Herausforderungen des demografischen Wandels zu machen.

Autor: Stefan Buchner, MPH

Geschäftsführer, UBGM – Unternehmensberatung für Betriebliches Gesundheitsmanagement

Kurfürstendamm 21

10719 Berlin

Internet: www.gesundheitsmanagement24.de