

# Betriebliche Gesundheitsförderung



**einssein**

# Verhältnis- und Verhaltensprävention

## Verhältnisprävention

Hilfsmittel Arbeitsplatz

Strukturen  
und Abläufe

Pausen

Mitverantwortung leben



## Verhaltensprävention

Workshops Fortbildung

Anleitung

Coaching

Vorbildwirkung

Eigenverantwortung stärken

als Arbeitgeber:in



einssein

# Stufen der betrieblichen Gesundheitsförderung

## Einzelmaßnahmen der Gesundheitsförderung

zB Workshops, Seminare zu relevanten Themen, gesundes Essen in der Kantine, Bewegungsimpulse in der Pause

## Betriebliche Gesundheitsförderung

Projekt inkl. Analyse/ Diagnose (Erhebung der Arbeitsbelastungen, Maßnahmenplanung, Umsetzung und Evaluierung

## Betriebliches Gesundheitsmanagement

Gesundheitsförderung nachhaltig als Teil der Unternehmensstrategie verankert



# Einzelmaßnahmen der Gesundheitsförderung

- ▶ Der Betrieb bietet seinen Arbeitnehmer:innen Fortbildungen und Workshops an.
- ▶ Der Betrieb stellt eine gesunde Bürojause zur Verfügung.
- ▶ Die Arbeitnehmer:innen haben die Möglichkeit, in der Kantine ein gesundes Menü zu wählen.
- ▶ Die Arbeitnehmer:innen können nach der Arbeit vor Ort an einer Yoga-Einheit teilnehmen.
- ▶ usw.
  
- ▶ Die Ideen und Initiative können von der Unternehmensleitung, von den Führungskräften oder aus dem Team kommen.



# Betriebliche Gesundheitsförderung

- ▶ Systematische Erhebung der Arbeitsbelastungen
  - ▶ Methode abhängig von Unternehmensgröße und vorhandenen Kommunikationsschienen
  - ▶ zB Befragung, Interviews
- ▶ Analyse der Erhebungsergebnisse
- ▶ Ableitung von Maßnahmen zur Verringerung der Arbeitsbelastung und zur Förderung der Gesundheit
  - ▶ zB im Rahmen von Gesundheitszirkeln -> „bottom up“, Mitarbeiter:innenbeteiligung
  - ▶ Maßnahmen können aus der Verhaltensprävention und der Verhältnisprävention kommen
- ▶ Evaluierung der Wirkung
  - ▶ Neuerliche Erhebung der Arbeitsbelastungen
  - ▶ Stichprobenerhebung
  - ▶ Kreative Methoden
- ▶ Projektabschluss



# Betriebliches Gesundheitsmanagement

- ▶ Betriebliche Gesundheitsförderung ist nachhaltig implementiert
- ▶ und wird ein Teil der Unternehmensstrategie
- ▶ Arbeitsbelastungen werden regelmäßig erhoben, Maßnahmen abgeleitet und umgesetzt
- ▶ Eine Steuerungsgruppe/ BGF-Gruppe ist implementiert
- ▶ Strategische Entscheidungen und Ziele werden auch aus der Perspektive der Gesundheitsförderung beleuchtet.
- ▶ „Die Königsdisziplin“



# Das Besondere an BGF mit EINSSEIN

- ▶ „klassische“ Prozessbegleitung bei der Implementierung von betrieblicher Gesundheitsförderung
  - ▶ (abhängig von der Unternehmensgröße) Erhebung der Arbeitsbelastungen
  - ▶ Erhebung psychischer Arbeitsbelastungen lt. ASchG
  - ▶ Begleitung und Beratung in der Projektphase

UND

- ▶ inhaltliche betrieblichen Gesundheitsförderung
  - ▶ Workshops und Fortbildungen zu psychosozialen Themen
  - ▶ Coaching, Supervision
  - ▶ Workshops und Fortbildungen zu Themen der körperlichen Gesundheitsförderung  
Inhouse und am Praxis-Standort



einssein



# Kontakt

Claudia Hofmann, M.A.

Dipl. Lebens- und Sozialberaterin  
Dipl. Gesundheitsförderin/ Salutogogin®  
Zertifizierte betriebliche Gesundheitsförderin

[www.einssein.co.at](http://www.einssein.co.at)

[info@einssein.co.at](mailto:info@einssein.co.at)

+43 660 149 17 31