

# MIT BEGRENZTEN RESSOURCEN UND KLEINEM BUDGET NACHHALTIG VIEL ERREICHEN



## EINLADUNG GESUNDHEITSTAG 11. OKTOBER 2021

Liebe Arbeitskolleginnen, liebe Arbeitskollegen  
Wir freuen uns sehr, euch zum ersten Kuhn Rikon **Gesundheitstag** vom  
11. Oktober 2021 von 9.00 - 12.00 und von 13.00 - 16.00 Uhr in Rikon einzuladen.  
Euch erwartet ein umfangreiches und abwechslungsreiches **Programm**:

- Messung des Augen drucks (auf Voranmeldung)
- Messung der Vitalparameter Blutdruck, Herz und Blutsauerstoffsättigung (auf Voranmeldung)
- Vortrag Felix Lösch über Grundsätze der Ernährung (auf Voranmeldung)
- Alltagsnahe Übungen für den Arbeitsplatz (sitzend und stehend) mit Patricia Kohre (auf Voranmeldung, bis 15.00 Uhr)
- Wanderung mit Elisabeth (auf Voranmeldung)
- Fahrradtour mit Paul (auf Voranmeldung)
- Informationssecke mit verschiedenen Broschüren zum Thema Gesundheit
- Bei Santos in besten Händen und individuell beraten (2 Santos Mitarbeitende stehen euch gerne für eure Fragen bis ca. 15.00 Uhr zur Verfügung)
- Schmackhafte und gesunde Zwischenverpflegung

Für die Teilnahme am Gesundheitstag in Rikon stellt euch Kuhn Rikon **90 Minuten** während eurer Arbeitszeit zur Verfügung. Die Wanderung sowie die Fahrradtour finden ab 16.00 Uhr statt und ausserhalb der Arbeitszeit. Bitte sprecht eure Absenzen beim vom Arbeitsplatz mit eurem Vorgesetzten ab.

Eure **Anmeldungen** für die verschiedenen Aktivitäten könnt ihr bis zum **30. September 2021** in dieser Liste vornehmen: [Transfer/vital@kuhnrikon.com](mailto:Transfer/vital@kuhnrikon.com)

Detaillierte Infos zu den Aktivitäten könnt ihr ebenfalls dieser Liste entnehmen.  
**Info für Mitarbeitende, welche nicht teilnehmen können:**  
Die Informationsunterlagen und Übungen wie auch der Ernährungsvortrag werden euch elektronisch zur Verfügung gestellt. Ihr erhaltet dazu nach dem Gesundheitstag eine E-Mail.

Wir freuen uns auf eure Teilnahme und stehen euch bei Fragen gerne zur Verfügung.

Im Namen des Gesundheitszirkels  
Andrea B., Patricia und Désirée



## Was ist betriebliches Gesundheitsmanagement?

# «BGM spart jährlich 50 000 Franken»

Von Bettina Kindl und  
Marcel Sturzenegger  
Experten BGM, AXA Winterthur

Es klingt fast zu schön, um wahr zu sein: Wenn ein Unternehmen ein betriebliches Gesundheitsmanagement – kurz BGM genannt – einführt, trägt es nicht nur zur Gesundheit seiner Mitarbeiter bei, sondern spart auch Geld.

«Wir haben – ehrlich gesagt – auch nicht erwartet, dass das BGM solche Auswirkungen haben würde», stellt Michael Karrer fest. Als Finanzchef der zwei Schwesterfirmen Kubo Tech und Kubo Form räumt er freimütig ein: «Zu Beginn war der finanzielle Anreiz eines der wichtigsten Argumenten-



Schon im ersten Jahr mehr als zufrieden mit den Auswirkungen des Gesundheitsmanagements: Thomas Raible (links), Geschäftsführer von Kubo Tech und Kubo Form, und Michael Karrer, Leiter der Finanzen.

ter beim kranken Kollegen anruft und sich nach dessen Befinden erkundigt. «Allein solche kleinen Sachen können enorm viel bewirken», weiss Ivo Nater.

Warum aber, mag man sich fragen, soll das nicht genügen? Nun, ein ganzheitliches Gesundheitsmanagement kann noch viel mehr bewirken. Ivo Nater: «Wird die nächste BGM-Stufe »gezündet«, kann man zusammen mit den Mitarbeitenden noch viel mehr Geld sparen.» Als Betriebsökonom kennt er die entsprechenden Kennzahlen: «Der Return on Investment liegt bezüglich eingesparter Krankheitskosten gemäss internationalen Studien zwischen 230 und 590 Prozent.» Allerdings ist zu berücksichtigen, dass im ersten Jahr auch recht umfangreiche Investitionen zu tätigen sind. Im Idealfall können diese aber bereits durch das Eingesparte wieder kompensiert werden.

Wie sieht denn diese nächste BGM-Stufe aus? Kurz zusammengefasst: Man geht den Dingen auf den Grund, ermittelt, womit sich die Leute »schwerten«, und behebt gemeinsam die Ursachen. Konkret: In Workshops können die Mitarbeitenden über Abläufe und Umstände sprechen, die sie

# WAS BEDEUTET BGM BEI KUHN RIKON?

**Michael Karrer**  
CFO / Leiter Dienste

DIREKT +41 52 396 02 41 | KUHN RIKON AG Neschwilerstrasse 4, CH-8486 Rikon  
BÜRO +41 52 396 01 01 | Switzerland / [www.kuhnrikon.com](http://www.kuhnrikon.com)



## SOZIALE VERANTWORTUNG AUS TRADITION UND ÜBERZEUGUNG



Die Mitglieder des Gesundheitszirkels sind verantwortlich für die Umsetzung unseres vital@kuhnrikon. Mit verschiedenen Massnahmen pflegen wir unsere Unternehmenskultur, bringen unsere Wertschätzungen gegenüber unseren Mitarbeitenden zum Ausdruck. Wir sind überzeugt, dass ein guter Teamgeist und gesunde, engagierte Mitarbeitende entscheidend sind für die Gesamtleistung des Unternehmens.



« DAS LABEL IST EIN ZEICHEN UNSERER WERTSCHÄTZUNG GEGENÜBER UNSEREN MITARBEITENDEN. »

Tobias Gerfin - CEO Kuhn Rikon AG

### FREUDE AM KOCHEN UND AN EINEM KREATIVEN JOB

#### INDUSTRIAL DESIGNER (W/M)

Kuhn Rikon ist ein Schweizer Familienunternehmen in der vierten Generation mit Produktionsstandort im Tösstal und internationaler Ausrichtung. Wir begeistern unsere Kunden mit innovativen Produkten und ausgezeichneten Dienstleistungen und sind ein vertrauensvoller und zuverlässiger Partner.

Für unser Design-Team suchen wir einen kreativen, lösungsorientierten und begeisterungsfähigen Industrial Designer (w/m).

#### Reizt es Sie...

- » neue Produkte zu entwerfen, zu entwickeln und bis zur Serienreife zu begleiten?
- » einfache Arbeitsmodelle zu erstellen?
- » Ihre kreativen Entwürfe und Ideen im CAD umzusetzen?
- » verschiedene Projekte mit internen Abteilungen und externen Lieferanten zu betreuen?
- » das bestehende Sortiment zu optimieren?

#### Zu uns passt ein Designer (w/m), der...

- » Freude an der Arbeit hat, anpacken kann und etwas bewegen möchte,
- » Spass am Kochen hat und an anspruchsvollen Kundenwünschen und Projekten wächst,
- » Verantwortung übernimmt, ehrliche und offene Kommunikation schätzt,
- » nicht Status geprägt ist und auch über den „Tellerrand“ hinausschauen kann,
- » gerne im Team arbeitet und zusammen Ziele erreichen möchte,
- » dank seiner unkomplizierten Persönlichkeit und Kompetenz, seinem Verstand und Humor auch unter Zeitdruck die Übersicht behält.

#### Ihr Rucksack ist gefüllt mit...

- » einer abgeschlossenen Ausbildung als Industrial Designer
- » Erfahrung und Freude am 3D-CAD-Zeichnen
- » Affinität für Grafikdesign und Trends in der Küche
- » guten schriftlichen und mündlichen Englischkenntnissen

Sind Sie an dieser abwechslungsreichen und gestalterischen Aufgabe interessiert? Dann könnten Sie unser zukünftiger Industrial Designer sein. Bitte senden Sie uns Ihre vollständigen elektronischen Bewerbungsunterlagen (inkl. Ihren Lohnvorstellungen und möglichem Eintrittstermin) an Andrea Balint, Leiterin Personal ([andrea.balint@kuhnrikon.ch](mailto:andrea.balint@kuhnrikon.ch)). Wir freuen uns auf Ihre Bewerbung und melden uns schnellstmöglich bei Ihnen.



# WAS BEDEUTET BGM BEI KUHN RIKON?

## **Unternehmensgrundsätze:**

→ Die Gesundheit und Arbeitssicherheit unserer Mitarbeitenden ist uns wichtig

## **Führungsgrundsätze:**

- ... Wertschätzung zum Ausdruck bringen
- ... Umfeld schaffen für optimales Arbeiten
- ... Gesundheit nicht beeinträchtigt
- ... Gesundheit ist auch **Führungsaufgabe**

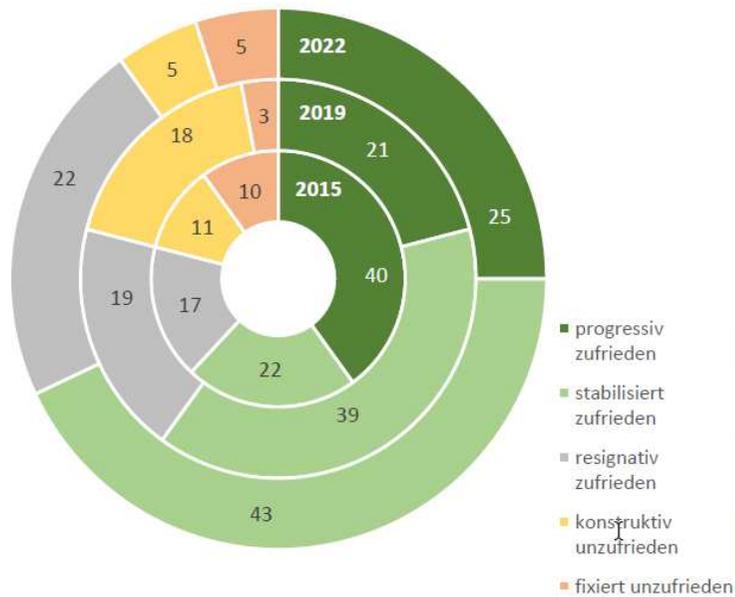
# WARUM VITAL@KUHNRIKON?

- Anerkennung und **Wertschätzung zum Ausdruck** bringen  
→ guter „Groove“ in der Firma + Leistungsbereitschaft fördern
- Gesundheitsförderung ist **Bestandteil unsere Unternehmenskultur**
- Interesse und **Verantwortung an der eigenen Gesundheit** soll gefördert werden
- **Belastungen** abbauen / **Ressourcen** aufbauen resp. mit Belastungen umgehen können / den Ressourcen Sorge geben
- **Soziale Verantwortung** als Arbeitgeber auch in Zukunft und in wirtschaftlich schwierigen Zeiten (z.B. Covid-19) **wahrnehmen**
- **Begleitete Absenzen** bei Krankheiten und Unfällen
  - ➔ **„Soft“-Faktoren**
  - ➔ **Ziele nur schwer „messbar“**

# ARBEITSZUFRIEDENHEIT



## Formen der Arbeitszufriedenheit Gesamt (2022, 2019, 2015)



	Benchmark Schweiz 2020
Ich bin mit meiner Arbeit wirklich zufrieden – gerade auch, weil ich es dabei noch weiter bringen kann.	16%
Ich bin mit meiner Arbeit wirklich zufrieden und wünsche mir für die nächste Zukunft nur, dass alles so gut bleibt.	36%
Ich bin mit meiner Arbeit zufrieden – ich sage mir, es könnte viel schlimmer sein.	28%
Ich bin mit meiner Arbeit nicht zufrieden, weil mich wichtige Punkte ärgern. Ich glaube aber, dass sich in Zukunft einige dieser Punkte ändern.	12%
Irgendwie bin ich mit meiner Arbeit unzufrieden, aber ich weiss auch nicht, was ich tun soll.	8%

Ergebnispräsentation (MAB 2022)

19

# ERFOLGSFAKTOREN FÜR EIN BGM?

BGM ist nur erfolgreich wenn.....

- 100% Unterstützung der Geschäftsleitung und des Kaders
- Unternehmenskultur muss stimmen
- Mitarbeiter eingebunden werden und Verantwortung übernehmen (Gesundheitszirkel)

# GESUNDHEIT IST (AUCH) FÜHRUNGSAUFGABE

- Wertschätzung
- Sinn der Arbeit
- keine Demotivation
- Anerkennung
- Gerechtigkeit
- Mitbestimmung
- Interesse an Mitarbeitenden
  - ➔ Gespräche:
    1. Rückkehrgespräche
    2. Unterstützungsgespräche
    3. Mitarbeitendengespräche



# HISTORISCHE BEISPIELE UNSERER UNTERNEHMENSKULTUR

## **1906**

- Gründung einer eigenen Betriebs-Krankenkasse

## **Nach dem 2. Weltkrieg:**

- Gründung einer eigenen Pensionskasse
- Einrichtung eines Wohlfahrtsfonds mit einem Startkapital von 1 Mio.

## **Anfang der 60er Jahre:**

- Arbeitsplätze / Wohnraum für Tibeter
- später Gründung Tibetinstitut

# BEISPIELE WIE WIR SONST NOCH UNSERE **INTERNE** KULTUR PFLEGEN.

- Transparente Kommunikation (Infomeetings, Jahresabschluss, News-Letter, Anschlagbretter)
- „Offene Türen“
- Znüni / Zvieri mit dem CEO
- Zusammenarbeit Arbeitnehmerkommission – GL (Beispiel Erhöhung Arbeitszeit)
- „Umgangston“
- Umgang mit Konflikten
- Traditionen am „Leben“ erhalten (Weihnachtsessen , Jubilaren Abend, Pfanni-Jassen, Tibeter Würfeltturnier)
- „Heisse Themen“ werden in Angriff genommen (Lohnzufriedenheit – MA-Gespräch 2022)
- Eigenes Personalrestaurant

# GESUNDHEITSZIRKEL (EINBIDUNG MITARBEITER)

- 7 Mitglieder
- aus unterschiedlichsten Bereichen (Verkauf, Fertigung, Einkauf, QM, Personal, Werkzeugbau etc.)
- 3 – 4 Meetings/Jahr
- analysiert Auswertung der MA-Befragungen
- identifiziert arbeitsplatzbedingte Belastungen / Ist am „Puls“
- nimmt Vorschläge aus der Belegschaft auf
- macht Vorschläge für Massnahmen / Aktionen
- setzt Massnahmen und Aktionen um
- „Gesundheits-Apostel“ der Firma
- Evaluiert die umgesetzten Massnahmen



# FESTLEGEN UND ÜBERPRÜFUNG DER MASSNAHMEN AUS BEFRAGUNG DER MA 2019

Massnahme/Aktion	Verantwortlich	Zeit	Bemerkung	Umsetzungsgrad
Externe Schulung Ergonomie-Verantwortliche Patricia	Andrea	bis 30.06.2020	Bei Suva	erledigt
Ergonomie Büro/Produktion	Patricia / Andrea	(bis 31.10.2020) fortlaufend	Siehe S20 2022+	Covid bedingt verschoben
Sport über Mittag reaktivieren (Jogging, Schwimmen)	Paul / Patricia	Ab 01.04.2020	Badikarten	erledigt
<b>Erfolge feiern</b>	Bereichsverantwortliche	Ab sofort	« <u>stop the bleeding</u> »	
Kommunikation MA-VG	Bereichsverantwortliche + Peter Waltenspühl	Ab sofort	INSIDE	erledigt
MA Produktion / VB bei Aktionen berücksichtigen	GZ	Ab sofort		erledigt
Home-Office auch für MA im individuellen Arbeitszeitmodell	Michael / Andrea	Mit der nächsten Anpassung des <u>Personalregle- ments</u>	1.1.2022	erledigt
Regelung Dienstaltersgeschenk auch bei 15/25/35 Jahren (Geld oder Ferien)	Michael	1.1.2022		erledigt
Neuer Standort für Fitness- Raum suchen	Michael / Marco	2021		erledigt

# FESTLEGEN UND ÜBERPRÜFUNG DER BGM MASSNAHMEN

## KRAG Personal

Author | Andrea Balint / Michi Karrer

### Actions

	Focus Topic	Topic	Action	Measure	Objective	Timing	Team / Responsible
1	Organization	Umfragen 2022	Rezertifizierung Friendly Works Space	Rezertifizierung	Bestanden	31.08.2022	Andrea
2			Mitarbeiterumfrage 2022 mit externem Partner inkl. Fragen zur Nachhaltigkeit	Umfrage Massnahmen für 2023	Durchgeführt Geplant und budgetiert	30.06.2022 31.12.2022	Andrea
3	Organization	Arbeitsbedingungen / Gesundheit	Vital@kuhnrikon aufrechterhalten. Massnahmen / Aktivitäten gem. Protokoll GHZ umsetzen	Anzahl Massnahmen / Aktivitäten	mind. 3 Aktivitäten	31.12.2022	Andrea / GHZ
4	Organization	Schulungen	Führungsschulung mit externem Partner unter Berücksichtigung unserer Unternehmenswerte	Teilnehmer	80% der eingeladenen haben daran teilgenommen	30.06.2022	Michi
5	Organization		Informationsveranstaltung für MA 50+ mit Unterstützung von Swissbroke inkl. Diskussion von individuellen Fragestellungen	Teilnehmer	mind. 20 Personen	30.09.2022	Andrea
6	Organization		S20-Schulung lesen PK-Ausweis	Teilnehmer	mind. 20 Personen	31.12.2022	Andrea
7	Organization	KVP / Verbesserungspotentiale	Entscheidungsgrundlagen erstellen für zukunftsgerichtete, gelenkte HR-Prozesse (standardisieren, optimieren, digitalisieren), so dass Budget 2023 freigegeben werden könnte	Schriftliches Konzept	erstellt	30.09.2022	Andrea
8	Organization		Umsetzen von KVP-Massnahmen im Bereich Personal. Nutzen (weniger Ressourcen, Finanzen, Zeit) vorhanden, erfasst in KVP Liste	Anzahl	mind. 4	31.12.2022	Andrea
9	Organization	Lernende	Besetzung der zwei offenen Stellen (KV & Detailhandelsangestellte)	Stellen	besetzt	15.08.2022	Andrea
10	Organization	Interne Kommunikation	HR Informationen auf dem neuen MS365	Anzahl Posts	> 3	31.12.2022	Andrea
11	Organization	Administration	AHV-Abstimmung 2021 zwischen ABACUS und TOSCA	AHV-Abstimmung	durchgeführt	28.02.2022	Simon / Andrea
12	Beyond 2023	Personalentwicklung	Workshops zur Frage: Wie sichern wir unseren HR Bedarf in der Zukunft?	Workshop	durchgeführt	31.12.2022	Michi / Tobias

# VERGANGENE MASSNAHMEN

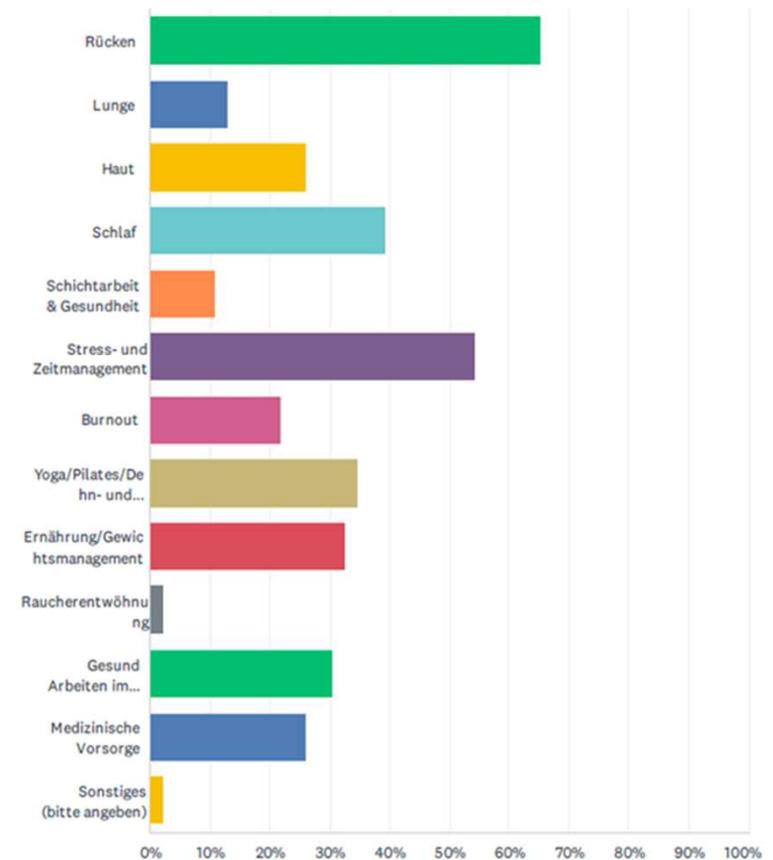
- Schadstoff-/Elektrosmogmessungen in der Produktion
- Vereinbarkeit Familie - Beruf
- Neues Personalreglement mit neuen Arbeitszeitmodellen
- Gehöruntersuchung Audiomobile SUVA
- Sportliche Aktivitäten (Badminton, Curling, Sport über Mittag, Skiweekend)
- Gesundheit ist (auch) Führungsaufgabe
- Strukturiertes Absenzenmanagement
- Gesundheit ist Thema beim jährlichen Mitarbeitendengespräch
- Informationskampagnen (Zecken, Grippe, Sonnenschutz, 5 am Tag)
- Workshop Teamentwicklung (Kooperation – Kommunikation – Konflikte)
- u.v.a.

# AKTUELLE PROJEKTE UND GESETZTE SCHWERPUNKTE

- Ergonomie (S20, Überprüfung der Arbeitsplätze)
- Rücken- Nackenbelastungen (Ausgleichsbewegung am Arbeitsplatz, auch Fertigung)
- Stress- und Zeitmanagement
- Schlaf
- Halbjährliche Aktivitätenpläne
- Stehtische (Infrastruktur) mit dem Umbau 2. Stock
- Umsetzung Ruheraum Oktober 2022
- HR Workshop «Generationenwechsel»
- Unfallprävention
- Gesundheitstag 2023

F5 Zu welchen Themen würdest Du Dir weitere Aktivitäten oder Informationen wünschen?

Beantwortet: 46 Übersprungen: 1

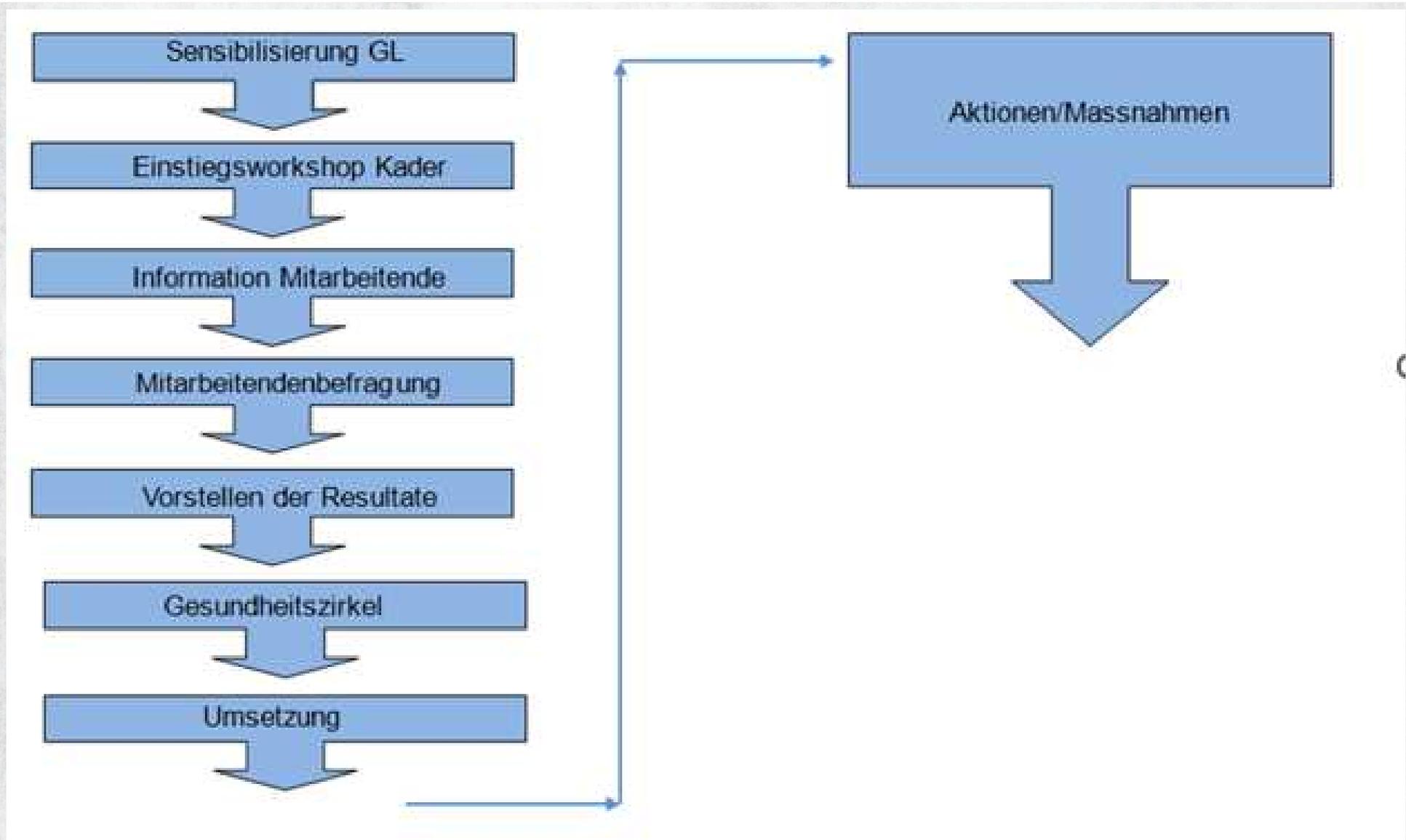


# ERFASSEN BELASTUNGEN / RESSOURCEN



- Unternehmenskultur
  - Infomeeting und offene Ohren, Augen, Türen - Kultur
  - Berufsalltag - Führungsaufgabe
  - Arbeitnehmerkommission
  - Arbeitssicherheits - Team
  - Znüni / Zvieri / Dessert mit dem CEO
  - Gesundheitszirkel
- Jährliche Mitarbeitenden-, Gesundheits- und Befindlichkeitsgespräche
- Befragung der Mitarbeitenden (2006 / 2008 / 2011 / 2015 / 2019 / 2022)
- Gesundheitstag

# EMPFEHLUNG / VORGHENSWEISE EINFÜHRUNG BGM



# ERFAHRUNGEN – STOLPERSTEINE

- Vital@kuhnrikon ist Bestandteil unserer Firma geworden und hat breite Akzeptanz
  - gehört zur Unternehmenskultur
  - wird teilweise nicht mehr «wahrgenommen» und ist für viele selbstverständlich
- „Commitment“ der Geschäftsleitung und des VR
- Engagement von Firma wird geschätzt und anerkannt
- Mitmachen an Aktivitäten ist unterschiedlich
- Einzelne Berufsgruppen sind schwieriger zu motivieren (Sprachproblem)
- Aktiv teilnehmende Mitarbeitende äussern sich sehr positiv
- Finanzielles Engagement ist verkraftbar (10‘ – 25‘)

# ERFAHRUNGEN – STOLPERSTEINE

- Die Absenzen können nur marginal durch ein BGM beeinflusst werden -> -Covid 19
- Die Führungsverantwortlichen sind stark gefordert – eigene „Balance“
- Wir können noch besser werden – wir machen immer wieder (Führungs)-Fehler im Berufsalltag
- Steter Tropfen höhlt den Stein - Ausdauer
- Zusammenarbeit mit externen Experten und Versicherungen (KT, IV, SUVA, PK, Gesundheitsförderung Schweiz, Conaptis)
- **Unternehmenskultur** muss stimmen – Wie gehen wir im Alltag miteinander um?

# ERFAHRUNGEN – STOLPERSTEINE

- **Messbarkeit des Erfolgs** ist nur ansatzweise quantifizierbar (Evaluation in Teilbereichen – Wirkungsmodell für KMU)
- **Kritische Haltung / Berührungsängste von Mitarbeitern**
- **Informationsfluss bei einer Absenkmeldung**
- Vertrauen der Mitarbeiter
- Mit anderen Unternehmen austauschen

# FAZIT

Wer sich um die Mitarbeiter kümmert, erhält mehr als das eingesetzte Kapital wieder zurück!

## Schöpfen Sie Leistungspotenziale besser aus und senken Sie Kosten

Verschiedene Untersuchungen zeigen, dass dank BGM Leistungspotenziale besser ausgeschöpft und Kosten gesenkt werden können:



