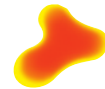




BGM-Frühstückstreffen Zürich 29. Februar 2024

## **BGM wirkungsvoll einsetzen: Spannende Inputs aus der Praxis**

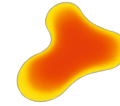


Gesundheitsförderung Schweiz  
Promotion Santé Suisse  
Promozione Salute Svizzera

**FORUM**  
**BGM**zürich

# Programm

- **Begrüssung**
- **Praxisbeispiel Klinik Lengg**  
BGM in der Klinik Lengg – wirkungsvolle Massnahmen und und Empfehlungen  
Barbara Moll, Chief Nursing Officer (CNO)
- **Networking-Pause**
- **Praxisbeispiel FRÖHLICH ARCHITEKTUR AG**  
BGM zielgerichtet, effektiv & nachhaltig umsetzen in einem KMU  
Mathias Fröhlich, Geschäftsführer/Inhaber



Gesundheitsförderung Schweiz  
Promotion Santé Suisse  
Promozione Salute Svizzera

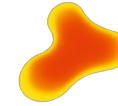


Gesundheitsförderung Schweiz

## **Praktische BGM-Hilfsmittel für KMU**

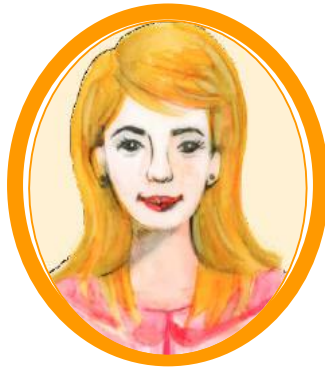
BGM-Frühstückstreffen Zürich, 29. Februar 2024

# Für WEN entwickelten wir WELCHE Angebote ?



Gesundheitsförderung Schweiz  
Promotion Santé Suisse  
Promozione Salute Svizzera

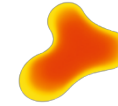
## | LEADERSHIP-KIT



## | HR-TOOLBOX



# HR-Toolbox VERSTEHEN



Gesundheitsförderung Schweiz  
Promotion Santé Suisse  
Promozione Salute Svizzera



**Stress und Burnout** →

**Absenzen und Krankheitsausfälle** →

**Kündigungen** →

**Motivation der Mitarbeitenden** →

**Produktivität und Qualität** →

**Arbeitgeberattraktivität** →

# HR-Toolbox VERSTEHEN



## Stress und Burnout

Stress ist ein subjektiv wahrgenommenes Ungleichgewicht zwischen Anforderungen und Handlungsmöglichkeiten. Verstehe die Auswirkungen von Stress in deinem Betrieb. Ergreife gezielte Massnahmen, um die Arbeitsqualität sowie die -zufriedenheit zu steigern und Burn-out zu vermeiden.



Inhalte:

Fakten ▾

Argumente ▾

Rechtliches ▾

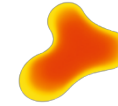
Handeln ▾

Weiterführende Links ▾



# HR-Toolbox

## HANDELN



Gesundheitsförderung Schweiz  
Promotion Santé Suisse  
Promozione Salute Svizzera



**Pausen und Erholungsmöglichkeiten** →

**Konflikte und Mobbing** →

**Mitarbeitendengespräche** →

**Entwicklung der Mitarbeitenden** →

**Teamentwicklung** →

**Flexible Arbeitszeitmodelle** →

**Über- oder Unterforderung und Zeitdruck** →

**Wertschätzung** →

**Homeoffice** →

**Gesunde Führung** →

Leadership-Kit

Aktionsfelder

Alle Hilfsmittel

Über das Angebot

TEAMBEZIEHUNGEN | VERTRAUEN

# Trust Map

Reflektiere mit dem Team, wie es um das Team-Vertrauen steht.

Schwierigkeitsgrad **Mittel**  
Dauer **20 Minuten**





# Trust Map



Anleitung

Tool-Vorlage

## Klarheit

- Wo wünsche ich mir im Team mehr Klarheit?
- Wie können wir Unklarheiten im Team verringern?

## Werte

- Wofür stehe ich im Team ein?
- Welche Werte sind mir wichtig?
- Welche Werte leben wir als Team?

## Verantwortung/ Verbindlichkeit

- Wo und wie übernehme ich Verantwortung im Team?
- Wo werden Versprechen eingehalten und wo nicht?
- Wo fällt es mir/uns im Team schwer, Verantwortung zu übernehmen oder Verbindlichkeiten einzuhalten?

## Beziehung

- Was brauche ich, um mich in der Zusammenarbeit wohlfühlen?
- Wie können wir unsere Teambeziehungen stärken?

## Offenheit

- Wie zugänglich zeige ich mich im Team?
- Wie offen thematisieren wir Unsicherheiten, Irritationen?
- Wie gehen wir mit Unbekanntem/Neuem um?

WERTSCHÄTZUNG

# Komplimente to go: Mitnehmen und Freude schenken

Auswahl an verschiedenen Komplimenten in Form von «Abreisszetteln» oder «elektronischen Botschaften», die für das Wertschätzen von Arbeitskolleginnen und -kollegen beliebig eingesetzt werden können.

Schwierigkeitsgrad **Leicht**



# Komplimente to go: Abreissen und Wertschätzung schenken



Wie du heute vor allen das Projekt/unsere Vorhaben verteidigt hast, hat mir sehr imponiert.

Ich schätze deinen Humor sehr, er gibt mir viel Energie für den Tag. Danke.

Ganz ehrlich: Anfangs war ich mir nicht sicher, was dabei herauskommt. Aber du hast alle Erwartungen weit übertroffen

Ich schätze es sehr, mit was für einer Gelassenheit du diese anspruchsvolle Zeit meisterst. Das tut uns allen gut.

Ich finde die Zusammenarbeit mit dir sehr angenehm. Danke!

Phantastische Arbeit!

Dein kritisches Denken hilft mir, Dinge zu hinterfragen und besser zu machen, auch wenn es etwas mehr Zeit kostet. Danke für deine Offenheit.

Danke, dass du auch unbeliebte und kleine Dinge erledigst, welche im Arbeitsalltag anfallen!

Cool, dass ich so viel von dir lernen kann.

Auf dich kann man zählen – immer und immer wieder!

Dank dir kommen wir in den Sitzungen immer ordentlich voran, danke!

Ich schätze deine kreativen Ideen sehr, sie inspirieren und motivieren mich!

Ich weiss es wirklich zu schätzen, dass du spontan eingespungen bist. Danke für deine Flexibilität.

Wunderbar, genau das habe ich mir als Ergebnis gewünscht!

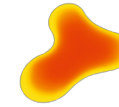
Von dir nehme ich immer einen wertvollen Gedankensatz mit, danke!

Du hast immer ein offenes Ohr und kannst sehr aufmerksam zuhören. Danke dafür!

Danke für deine Hilfe!

# Leadership Kit

## 5 Aktionsfelder für ein starkes Teamklima

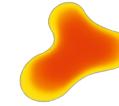


Gesundheitsförderung Schweiz  
Promotion Santé Suisse  
Promozione Salute Svizzera



Gesundes Führen nach  
Seligmans PERMA Modell

# Inhalte Leadership-Kit



Gesundheitsförderung Schweiz  
Promotion Santé Suisse  
Promozione Salute Svizzera



Verschafe dir mit den  
**Informationen**  
rund um die  
5 Führungs-Aktionsfelder  
rasch einen Überblick  
über das, was das  
Wohlbefinden deiner  
Mitarbeitenden  
beeinflusst.

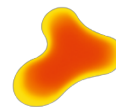


Lerne im  
**Führungs-  
Check,**  
wie gut du als  
Führungskraft unterwegs  
bist und was du zusätzlich  
tun kannst, damit deine  
Mitarbeitenden gerne zur  
Arbeit kommen.



Setze die einfachen aber  
wirksamen  
**25  
Werkzeuge**  
mit deinem Team im  
Arbeitsalltag ein - einzeln  
oder monatlich als  
Jahreskalender.

# Spannende Fragen für wegweisende Diskussionen



Gesundheitsförderung Schweiz  
Promotion Santé Suisse  
Promozione Salute Svizzera



## INSPIRATION:

Was ist deine grösste Inspirationsquelle?

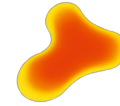
Positive Emotionen

## FLOW:

Bei welcher Tätigkeit vergisst du Raum und Zeit und gehst so richtig in ihr auf?

Engagement





Gesundheitsförderung Schweiz  
Promotion Santé Suisse  
Promozione Salute Svizzera

Zum neuen Angebot

CLICK HERE



Kostenlos  
registrieren &  
Tools nutzen



# Das Forum BGM Zürich

## Unsere Ziele:

- **Wissen** vermitteln unter anderem über die Wissensplattform [bgm-zh.ch](https://www.bgm-zh.ch)
- **Veranstaltungen** zur Sensibilisierung für das Thema «Gesundheit im Betrieb» durchführen
- **Zugänge & Möglichkeiten** für Vernetzung schaffen
- **Erstberatungen** durchführen
- **Projekte** entwickeln & koordinieren



Wir ...



... und Sie!

FORUM  
BGM Zürich

# Trägerorganisationen Forum BGM Zürich

**kaufmännischer  
verband**

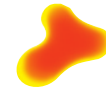
*mehr wirtschaftl. für mich.  
in zürich.*

**SVA Zürich**

Unterstützt durch:

**Arbeitgeber  
Zürich** **vzh**

**suva**



Gesundheitsförderung Schweiz  
Promotion Santé Suisse  
Promozione Salute Svizzera



Kanton Zürich  
Gesundheitsdirektion

▀ **Prävention und  
Gesundheitsförderung**

# Prävention und Gesundheitsförderung



# IV: Ihre Partnerin für Prävention und Eingliederung

Ob Ihre Mitarbeiterin, Ihr Mitarbeiter physisch oder psychisch erkrankt – **Reagieren Sie frühzeitig** und **kontaktieren Sie uns...**

## Einreichung Präventionsmeldung

- Ab 30 Tagen ununterbrochener Absenz
- Bei wiederkehrenden Kurzabsenzen

## Was passiert nach der Präventionsmeldung?

- Klärung Notwendigkeit IV-Anmeldung
- Beratungsgespräche mit allen Beteiligten

IV-Anmeldung



Prävention

Frühintervention

Präventionsberatung

Job Coaching

Beratungs- und  
Bildungsangebot

Ergonomische  
Arbeitsmittel

Initial-Job Coaching

Aus- und  
Weiterbildungskurse

← Arbeitsplatzerhalt →

## Prävention bei der Suva

- Unfälle reduzieren und Gesundheit fördern
- Ganzheitlicher und systematischer Ansatz
- Voraussetzungen für erfolgreiche Präventionsarbeit schaffen



### **Absenzenmanagement:**

- Kurzanalyse mit Empfehlung
- Prozesse optimieren
- Führung stärken
- Früherkennung & Prävention



### **Ergonomie:**

- Gesund arbeiten am Bildschirm
- Lasten clever anpacken



### **Lehrzeit:**

- 10 Schritte für eine sichere Lehrzeit
- Danger Zone / Safety Flash
- Erlebnis-Parcours
- Fit for work & life



### **Fitness:**

- move@work
- Fit werden - Workshop



### **Psychische Gesundheit:**

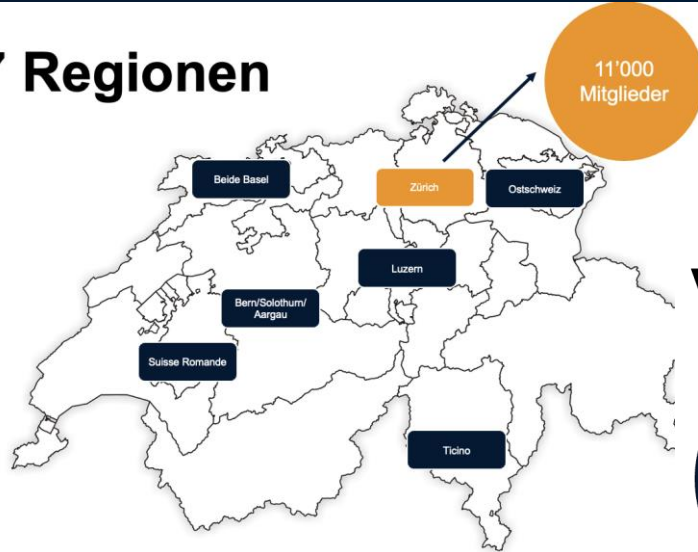
- Anti-Stress-Workshop
- Gesunde Führung
- Gut schlafen – sicherer und gesünder leben
- Ressourcen und Stress – Workshops für Vorgesetzte und Mitarbeitende
- Schichtarbeit – sicherer und gesünder gestalten



## Arbeitgeber Zürich VZH: Der Arbeitgeberverband mit über 2'200 Mitgliedsfirmen aus allen Branchen

- Kostenlose Rechtsberatung im Arbeits- und Sozialversicherungsrecht
- Aktuelle Informationen für Arbeitgebende:  
Mitteilungsblatt / Seminare / Informationen
- Optional: GAV und Arbeitszeit-GAV
- Attraktive Ausgleichskasse
- Wahrnehmung von Arbeitgeberinteressen

## 7 Regionen



## Viele Vorteile für unsere Mitglieder

Rechtsberatung  
& Rechtsschutz

Laufbahn- &  
Karriereberatung

Lohnberatung

Bildungs- und  
berufspolitische  
Interessen-  
vertretung

Jugendberatung

Communities,  
Events &  
Netzwerk

Vergünstigungen  
für Bildung &  
Freizeit

Melden Sie sich für den  
Newsletter an:



Folgen Sie uns  
auf LinkedIn:



**bleiben Sie auf  
dem Laufenden!**