



Forum BGM Zürich

Jahresbericht 2025

FORUM
BGM Zürich

Inhalt

1

Editorial

2

Kommunikation, Website und
Medienarbeit

3

Podcast «BGM-Impuls» und
Praxisbeispiele

4

Veranstaltungen, Schulungen
und Erstgespräche

5

Planung und Ausblick 2026

Editorial

2025 verfolgten wir weiterhin konsequent unser Ziel, Betriebe für die Gesundheit am Arbeitsplatz zu sensibilisieren. Führungskräfte spielen dabei eine zentrale Rolle. Daher unterstützen wir sie in Webinaren und Vor-Ort-Events mit Know-how und praxisnahen Tools, mit den Informationen und Inputs auf unserer Website sowie mit kostenlosen Erstgesprächen rund um die Mitarbeitendengesundheit.

Für eine erfolgreiche Reintegration

Einen Fokus legten wir auf das betriebliche Eingliederungsmanagement. In unterschiedlichen Veranstaltungsformaten und praxisnahen Projekten förderten wir den Dialog zwischen Fachpersonen, Führungskräften und Betrieben und gaben Impulse für nachhaltige Lösungen. In der Fokusveranstaltung «Zurück ins Team: Herausforderungen und Lösungen» setzten wir uns beispielsweise mit den Fragen auseinander, wie Betriebe Mitarbeitende während einer Abwesenheit erfolgreich begleiten, und wo sie Unterstützung

erhalten können. Speziell hervorzuheben ist das vom Forum BGM Zürich initiierte Projekt «Arbeitsplatzerhalt und Reintegration Kanton Zürich», in dem Fachpersonen verschiedener Organisationen darauf hinarbeiten, arbeitsunfähigen Menschen eine erfolgreiche Rückkehr in die Arbeit zu ermöglichen.

Bedürfnisse ermitteln – Angebote schärfen

Damit wir unsere Angebote noch besser auf die Bedürfnisse der Betriebe abstimmen können, tauschten wir uns mit unseren Partnern aus. Das BGM-Monitoring von Gesundheitsförderung Schweiz zeigte uns ebenfalls, bei welchen Themen Betriebe aus dem Kanton Zürich Handlungsbedarf sehen. Durch diesen Erkenntnisgewinn konnten wir unsere Angebote weiter schärfen.

Für das Forum BGM Zürich,
Eva Hunkeler, Leiterin

FORUM
BGM Zürich

Kommunikation

- Versand von **5** Newslettern (Vorjahr: 9). Insgesamt **747** Abonnentinnen und Abonnenten (Vorjahr: 660).
- **58** LinkedIn-Posts (Vorjahr: 63). Insgesamt **2156** Followerinnen und Follower (Vorjahr: 1767), **79 276** Impressions (Vorjahr: 95 290), **6749** Klicks (Vorjahr: 11 523), **1872** Reaktionen (Vorjahr: 2123)




Mit BGM Fachkräfte gewinnen und halten

Fachkräfte im Bereich Informatik sind äusserst begehrt. Das hat auch die achermann ict-services ag zu spüren bekommen und darauf reagiert: Seit 2016 setzt sie erfolgreich ein systematisches betriebliches Gesundheitsmanagement um. Wie das IT-Unternehmen die Gesundheit der Mitarbeitenden konkret stärkt, erfahren Sie im neuen Film.

[Zum Praxisbeispiel](#)

Absenzen vorbeugen

Lernen Sie praxisnahe Ansätze kennen, mit denen Sie im Betriebsalltag Stress begegnen und Absenzen vorbeugen können. Nehmen Sie teil an der Fokusveranstaltung vom 24. September um 16 Uhr bei der Suva Wetzikon.



[Infos und Anmeldung](#)



Lernende unterstützen

Eine repräsentative Befragung der WorkMed AG ergab: Über 80 Prozent der jungen Personen geht es in der Ausbildung gut bis sehr gut. Gleichzeitig sind 61 Prozent der Befragten von psychischen Problemen betroffen. Informieren Sie sich, wie Sie die (psychische) Gesundheit Ihrer Lernenden stärken und eine sichere Lehrzeit ermöglichen können. Lernen Sie Unterstützungsangebote kennen.

[Infos für Berufsbildende](#)

**FORUM
BGM**zürich

Website: Zahlen zur Nutzung



bgm-zh.ch:
die Wissensplattform
rund ums BGM

- **4342** Nutzerinnen und Nutzer (Vorjahr: 6117)
- **34 762** Seitenaufrufe (Vorjahr: 26 881)
- Durchschnittliche Interaktionsdauer pro aktivem Nutzenden: **2.48 Minuten** (Vorjahr: 1.44)
- **ca. 43 %** der Nutzerinnen und Nutzer stammen aus dem Kanton Zürich (Vorjahr: 45%)

Medienarbeit: publizierte Artikel

- 23.01.2025, Zürcher Wirtschaft, «Mitarbeitende in Krisen unterstützen» (Auflage: 26 943)
- 24.4.2025, Blogbeitrag HANDELSVERBAND.swiss «Die psychische Gesundheit von Mitarbeitenden stärken»
- 9.12.2025, Magazin P&G, «Mobbing in Betrieben» (Auflage: 5300)
- 12.12.2025, Wir Kaufleute, «Die psychische Gesundheit von Mitarbeitenden stärken» (Auflage: 10 000)

Mitarbeitende in Krisen unterstützen

Wie spricht man eine Mitarbeiterin oder einen Mitarbeiter an, wenn man vermutet, dass etwas nicht stimmt? Was soll man tun, wenn die betroffene Person Suizidgedanken äussert? Romana Feldmann unterstützt als Projektleiterin Suizidprävention Führungskräfte und HR-Fachpersonen bei diesen wichtigen Fragen.

Manchmal ahnt man als Führungskraft oder als HR-Fachperson, dass eine Mitarbeiterin oder ein Mitarbeiter stark belastet ist. So bemerken Vorgesetzte beispielsweise, dass sich Fehler häufen, die Qualität der Arbeit abnimmt und Absenzen zunehmen. Oder die Person reagiert häufiger gereizt, zieht sich vermehrt zurück oder erscheint weniger gepflegt zur Arbeit.

Früh das Gespräch suchen

Führungspersonen oder HR-Fachkräfte zögern manchmal, zeitnah auf erste Anzeichen zu reagieren und die eigenen Beobachtungen anzusprechen. «Ich empfehle, immer so früh wie möglich das Gespräch zu suchen, wenn man ein ungutes Gefühl hat», betont Romana Feldmann. Sie führt im Rahmen des kantonalen Schwerpunktprogramms Suizidprävention Fortbildungen «Mitarbeitende in Krisen» durch. «Je früher man eine Krise anspricht, desto Erfolg versprechender sind mögliche Massnahmen», ergänzt Feldmann.

Sorge um die Person äussern

Wenn man als Führungs- oder HR-Fachperson erst mal nur ein ungutes Bauchgefühl hat, dann sind Ich-Botschaften hilfreich, wie: «Ich mache mir Sorgen. Ich



INFO

Forum für betriebliches Gesundheitsmanagement

Das Forum BGM Zürich bietet Betrieben im Kanton Zürich:

- Events mit Austauschmöglichkeiten rund um das Thema «Gesundheit am Arbeitsplatz»
- kostenlose Erstgespräche
- eine Wissensplattform mit Infos, Tipps und guten Beispielen aus der Praxis: bgm-zh.ch

Die Broschüre «Krisen von Mitarbeitenden» zeigt auf, wie Vorgesetzte und HR-Fachpersonen auf Krisen reagieren können – gerade auch, wenn Suizidalität ein Thema ist. Kostenlose Bestellung: gesundheitsfoerderung.zh.ch/krisen Bild zvg

möchte dir beschreiben, was ich wahrgenommen habe, und deine Einschätzung hören.» Das Wahrgenommene sollte offen und wertschätzend mitgeteilt werden.

Über Suizidgedanken sprechen

Wenn die Situation akuter ist und die Mitarbeiterin oder der Mitarbeiter von Suizidgedanken berichtet, ist es wichtig, klare Worte zu wählen. «Ich empfehle Führungs- und HR-Fachperso-

nen, in solchen Situationen authentisch zu sein und eigene Unsicherheiten zuzulassen, statt den Anspruch zu haben, alles richtig zu machen», rät Feldmann. Es ist wichtig, Suizidgedanken und -absichten ernst zu nehmen, sie anzusprechen und Unterstützung anzubieten. Das offene Ansprechen ist eines der wirkungsvollsten Mittel, um Suizide zu verhindern. Denn dies entlastet die betroffene Person und macht Hilfe möglich. So

INFO

Kostenlose Fortbildung «Mitarbeitende in Krisen»

Prävention und Gesundheitsförderung Kanton Zürich bietet Führungskräften und HR-Fachpersonen dreistündige Fortbildungen an, in denen sie Sicherheit im Umgang mit suizidalen Mitarbeitenden gewinnen können. Die Teilnehmenden erfahren, wie sie psychische Belastungen frühzeitig erkennen und diese ansprechen können.

Nächste Termine

Die nächsten Fortbildungen finden am 10. März, 21. Mai und 1. Oktober 2025 von 9 bis 12 Uhr online statt. Sie sind für Personen aus dem Kanton Zürich kostenlos. Die Teilnehmendenzahl ist beschränkt.

Eine Anmeldung ist erforderlich: gesundheitsfoerderung.zh.ch/fb-hr



kann man etwa fragen: «Hast du Suizidgedanken?»

Handeln statt zuwarten

Wenn man als Führungsperson den Zeitpunkt für ein solches Gespräch wählen kann, sollte dieses vorzugsweise tagüber und nicht zu nahe am Wochenende festgelegt werden. So hat man genügend Zeit, um Sofortmassnahmen aufzulegen – falls solche notwendig sind. Führungspersonen können Mitarbeitenden in Krisen bei Bedarf den Flyer «Adressen für den Notfall» abgeben, der eine Karte mit den wichtigsten Notfalladressen im Kanton Zürich enthält.

Kostenlose Bestellung: gesundheitsfoerderung.zh.ch/notfallkarte

Gastbeiträge im Newsletter vom VZH

- 3.9.2025: Lernende gut begleiten
- 1.10.2025: Erste Schritte ins BGM machen
- 5.11.2025: Welchen Einfluss hat der Arbeitsdruck auf das Unfallrisiko auf der Strasse?
- 3.12.2025: «Wer das Potenzial älterer Mitarbeitender nutzt, kann dem Fachkräftemangel besser begegnen»

[Kontakt](#) [Suche](#)

Arbeitgeber
Zürich **vzh**

[Über uns](#) [Themen](#) [Angebote](#) [Veranstaltungen](#) [Aktuell](#)



Partnerangebot des Forum BGM Zürich

Im Kanton Zürich ist wiederum eine grosse Zahl von Jugendlichen in die Lehre gestartet. Eine [repräsentative Befragung](#) Ende 2024 durch die WorkMed AG mit rund 45 000 Lernenden in der Schweiz ergab:

- Mehr als 80 Prozent der Lernenden freuen sich darauf, Geld zu verdienen, einer interessanten Arbeit nachzugehen, Selbständigkeit und Selbstverantwortung zu haben, etwas Sinnvolles zu tun und in ihrem Beruf kompetent zu werden.
- Rund 60 Prozent machten sich Sorgen wegen möglicher Überforderung, langer Arbeitszeiten und weniger Ferien oder dass man kein Verständnis für ihre persönlichen Schwierigkeiten haben könnte.
- 80 bis 90 Prozent der Lernenden berichten, dass es ihnen in der Lehre eher gut bis sehr gut geht.
- Rund 80 Prozent erleben im Lehrbetrieb und in der Berufsschule ein Klima von Respekt, Freundlichkeit, vorgelebter Disziplin, Förderung, offener Fehlerkultur sowie Kommunikation auf Augenhöhe.
- Gleichzeitig erleiden 61 Prozent der Lernenden in der Lehre «psychische Probleme» im weitesten Sinn (von negativen Gedanken und Gefühlen bis hin zu psychischen Krisen und Krankheiten). Auch Symptome (nicht Diagnosen) von Depressionen, Angststörungen oder ADHS sind häufig.
- Die Hälfte dieser Lernenden wird durch die Probleme in der Lehre eingeschränkt. Diese werden etwa zu gleichen Teilen mitausgelöst durch private Belastungen (Familie, Freunde etc.) und Belastungen in der Lehre (Betrieb, Berufsschule).

Die intensive Phase gut meistern

«Zum Zeitpunkt der Lehre stecken die Jugendlichen in der intensiven Phase der Pubertät. Die grossen Veränderungen im beruflichen und persönlichen Kontext können belasten und überfordern», erklärt Eva Hunkeler, Leiterin des Forum BGM Zürich. «Gerade in der Adoleszenz nehmen psychische Erkrankungen häufig ihren Anfang. Es ist daher wichtig, hinzuschauen und zu reagieren.»

FORUM
BGM Zürich

Podcast «BGM-Impuls» und Praxisbeispiele

Produktion von zwei Podcast-Folgen «BGM-Impuls»:

- **«Mit Crafting das Sinnerleben am Arbeitsplatz fördern»**, publiziert am 5.3.2025
- **«Mobbing keine Chance geben»**, publiziert am 18.8.2025

Produktion von zwei Praxisbeispielen:

- **Marti Tunnel AG: «Die Gesundheit unserer Mitarbeitenden hat oberste Priorität»**, publiziert am 14.4.2025
- **achermann ict-services ag : «Mit BGM konnten wir unsere Attraktivität als Arbeitgeber massiv steigern»**, publiziert am 16.7.2025



BGM-Impuls:
der Podcast zu
Themen und Trends

Veranstaltungen vor Ort

- **Frühstückstreffen**, 25.2.2025 im Volkshaus Zürich mit Best-Practice-Beispielen der Spitex Kempt und der GENERALI, **213 Teilnehmende**
- **Netzwerk-Abend**, 3.4.2025 bei der Suva Zürich, «In die Zukunft reisen und BGM neu entdecken», **73 Teilnehmende**
- **Austauschtreffen**, 8.7.2025 beim Spitex Verband Kanton Zürich, «Betriebliches Gesundheitsmanagement in der Spitex», **22 Teilnehmende**
- **Fokusveranstaltung**, 4.6.2025 bei lifetime health GmbH, «Zurück ins Team: Herausforderungen und Lösungen», **77 Teilnehmende**
- **Fokusveranstaltung**, 24.9.2025 bei der Suva Wetzikon «Absenzen gemeinsam vorbeugen: Fachkräfte im Dialog», **84 Teilnehmende**



Webinare

- **3 Intro-Sessions** in Zusammenarbeit mit Gesundheitsförderung Schweiz, insgesamt **149 Teilnehmende**
- **Online-Austauschtreffen**, 28.8.2025, «Betriebliches Gesundheitsmanagement im Gastgewerbe» **21 Teilnehmende**

Webinar-Reihe: Früherkennung und Umgang mit psychischen Belastungen bei Mitarbeitenden

- «Mitarbeitende in Krisen begleiten», 4.9.2025, **50 Teilnehmende**
- «Psychisch belastete Lernende begleiten», 11.9.2025, **33 Teilnehmende**
- «Mitarbeitende 50+ unterstützen», 13.11.2025, **52 Teilnehmende**

Webinar-Reihe

Früherkennung und Umgang mit psychischen Belastungen bei Mitarbeitenden



Psychische Erkrankungen oder Krisen bei Mitarbeitenden sind herausfordernd – sowohl für die Betroffenen selbst als auch für deren Vorgesetzte. Am Arbeitsplatz haben noch immer viele Menschen Hemmungen, über psychische Belastungen oder Erkrankungen zu sprechen.

Dies verschlimmert häufig das Problem. Denn je früher reagiert wird, desto erfolgsversprechender sind mögliche Interventionen. In der Webinar-Serie erfahren Sie, wie Sie früh auf Krisen von Mitarbeitenden reagieren können und erhalten konkrete Gesprächstipps.

Schulungen, Referate & Erstgespräche

Das Forum BGM Zürich:

- führte **38 Erstgespräche und Kurzberatungen** durch,
- hielt **12 Schulungen & Referate** an Veranstaltungen von anderen Anbietern oder in Zusammenarbeit mit anderen Institutionen mit insgesamt **342 Teilnehmenden**.



Vielen Dank für Ihre Teilnahme!

Melden Sie sich für den
Newsletter an:



Folgen Sie uns
auf **LinkedIn**:



**Bleiben Sie auf
dem Laufenden!**