

Betriebliches Gesundheitsmanagement

Unsere Unterstützung für
gesunde Mitarbeitende

Ein massgeschneidertes Angebot für Firmenkunden.

Mit System zu dauerhaftem Erfolg

Für ein nachhaltiges Betriebliches Gesundheitsmanagement ist es wichtig, systematisch vorzugehen. Nur so erreichen Sie, dass Sie und Ihre Mitarbeitenden langfristig gesünder werden und es auch bleiben.





Gesund zu mehr Effizienz.

Auf den folgenden Seiten erhalten Sie
Einblick in unsere Kernkompetenzen:

4 **Beratung**

6 **Analyse**

8 **Sensibilisierung**

10 **Ausbildung /
Seminare /
Workshops**

12 **Nachhaltigkeit**

14 **Unfallprävention**

Wir legen Wert darauf, Ihrem Unternehmen nicht nur eine erstklassige Versicherung anzubieten, sondern Sie auch im Betrieblichen Gesundheitsmanagement (BGM) kompetent zu unterstützen. Unsere Fachspezialisten zeigen Ihnen auf, wie sich BGM in Ihrem Unternehmen umsetzen lässt. Dabei greifen wir auf bewährte Analysetools und unsere langjährige Erfahrung zurück.

Wir bieten Ihnen massgeschneiderte und innovative Lösungen

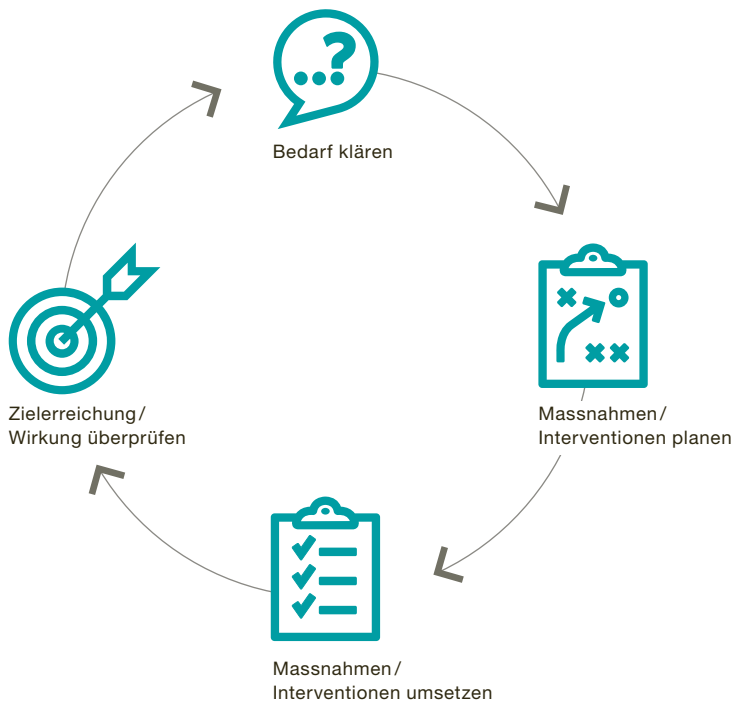
In persönlichen Beratungsgesprächen analysieren wir Ihre individuelle Situation, um Sie optimal bei der Umsetzung Ihrer gesundheitlichen Ziele in Ihrem Unternehmen zu unterstützen.

Dank unserer langjährigen Erfahrung und mit unserem systematischen Vorgehen können wir Sie in Ihrem Vorhaben zum Betrieblichen Gesundheitsmanagement begleiten und unterstützen. Streben Sie das Label Friendly Work Space an, möchten Sie das Stressniveau in Ihrer Unternehmung messen oder planen Sie eine Mitarbeitendenbefragung? Wir stellen für Sie das passende Programm zusammen.

In Kombination mit Beratung bieten wir Ihnen durch unser breites Seminar- und Workshopangebot die Möglichkeit, gezielt bestimmte Themen in Ihrer Unternehmung zu fokussieren und zu thematisieren. Dies ermöglicht es Ihnen, Handlungsfelder unternehmensspezifisch zu entwickeln.

Unsere Stärken

- Beratung von Entscheidungsträgern und Führungspersonen sowie Unterstützung bei der Einführung eines Betrieblichen Gesundheitsmanagements
- Strukturiertes und nachhaltiges Absenzenmanagement
- Themenspezifische Angebote und Beratung (gesund führen, Stressmanagement, Resilienzentwicklung, psychische Gesundheit u.a.)
- Ein aktuelles Angebot an innovativen, modularen Dienstleistungen, welche den aktuellen Herausforderungen an ein wirksames BGM entsprechen



Unser Versprechen

- Kompetente Beratung und massgeschneiderte Begleitung durch ausgewiesene Fachspezialisten
- Ausgewiesene Praxistauglichkeit unserer Dienstleistungen dank langjähriger Praxiserfahrung und Einbezug von Firmenkunden bei der Entwicklung
- Qualitativ hochstehende und nachhaltige Ergebnisse dank enger Partnerschaft mit Gesundheitsförderung Schweiz
- Nähe zur Wissenschaft dank Zusammenarbeit mit Hochschulen
- Anerkennung unserer Seminare durch die Schweizerische Gesellschaft für Arbeitssicherheit (SGAS)
- Stop Risk – Events mit stets aktuellen Erkenntnissen aus der Unfallprävention durch Zusammenarbeit mit der bfu, der Beratungsstelle für Unfallverhütung

Wir unterstützen die Gesundheit Ihres Unternehmens

Dabei greifen wir auf einen umfassenden Katalog an Analyseinstrumenten zurück. Dadurch können wir ein strukturiertes und für Sie massgeschneidertes Angebot zusammenstellen und Sie nachhaltig auf Ihrem Weg zu einem gesunden Unternehmen begleiten.

Unsere Instrumente

Friendly Work Space Check

Schaffen Sie sich einen Überblick, wie es um das BGM in Ihrem Unternehmen steht, in Anlehnung an die Kriterien des Labels Friendly Work Space.



visana
business

visana.ch

Wir unterstützen das Betriebliche
Gesundheitsmanagement
mit bewährten Instrumenten von:



Gesundheitsförderung
Schweiz

Friendly Work Space Job-Stress-Analysis

Die FWS Job-Stress-Analysis ist ein Befragungsinstrument mit Fokus auf Ressourcen und Belastungen, mit welchem Sie einen detaillierten Überblick über die Faktoren mit Einfluss auf die Gesundheit Ihrer Mitarbeitenden erhalten.

Absenzenradar

Gemeinsam decken wir mit Ihnen und Ihren Mitarbeitenden die Ursachen der Absenzen auf und erarbeiten gemeinsam Massnahmen zu deren Senkung.

Absenzkostenrechner

Berechnen Sie die Kosten, welche die Absenzen in Ihrer Unternehmung verursachen.

BGM-Wirkungsüberprüfung

In fünf Schritten beraten wir Sie zur Wirkungsüberprüfung Ihres BGM-Projekts. Von der Auftragsklärung bis zur Aufbereitung der Ergebnisse und zur erfolgreichen Präsentation in der Geschäftsleitung.

Weitere Analyseinstrumente

Je nach Bedarf setzen wir weitere spezifische Analyseinstrumente bei Ihnen ein, um Ihre BGM-Ziele zu erreichen.

Am Anfang eines nachhaltigen und strukturierten BGM steht **die Sensibilisierung**

Das ist der erste Schritt zu einem gesunden Unternehmen mit motivierten und leistungsfähigen Mitarbeitenden. Wir unterstützen Sie dabei und zeigen Ihnen auf, wie Sie BGM in Ihrem Unternehmen einbringen und Schritt für Schritt in die Unternehmenskultur einfliessen lassen können. Dabei greifen wir auf unsere langjährige Erfahrung zurück und stellen für Sie ein individuelles Programm zusammen.

Impulsreferate und -workshops

Wünschen Sie sich einen Input in Form eines Referats oder Kurzworkshops zu einem Thema rund ums BGM? Unsere Fachspezialisten stellen nach Ihren Bedürfnissen einen Fachinput zusammen und liefern dadurch einen wichtigen Beitrag zur Sensibilisierung in Ihrer Unternehmung. Themenauswahl (nicht abschliessend):

- Gesund arbeiten am Arbeitsplatz
- Mindpower
- Psychosoziale Risikofaktoren
- Gesunde Ernährung am Arbeitsplatz
- Führung und Gesundheit
- Teamworkshop zu Ressourcen und Belastungen
- Burnoutprävention
- Gesunder Schlaf – gesundes Business

Weitere Details zu den Impulsreferaten und -workshops finden Sie auf **[visana.ch/business](https://www.visana.ch/business)**



Feierabend-Austausch

Unser kostenloses Forum zum Betrieblichen Gesundheitsmanagement, der Feierabend-Austausch, bietet Ihnen die Möglichkeit, mehr zu Arbeit und Gesundheit zu erfahren. Der Feierabend-Austausch liefert Ihnen an verschiedenen Standorten in der Schweiz Inputs zu aktuellen Themen im Bereich des Betrieblichen Gesundheitsmanagements und Sie können sich mit Fachpersonen und anderen Unternehmensvertretern austauschen.

Weitere Details zu den Impulsreferaten und dem Feierabend-Austausch finden Sie auf [visana.ch/business](https://www.visana.ch/business)

Unsere Seminare und Workshops: individuell und massgeschneidert

Die Seminare sind modular aufgebaut und vermitteln Ihnen ein breites Wissen rund um das Thema Gesundheit und Absenzen. Alle Inhalte der Seminare können beliebig angepasst, erweitert und/oder vertieft werden. Oder Sie wählen ein standardisiertes Seminar aus unserem Katalog für Ihr internes Aus- und Weiterbildungsprogramm aus. Sämtliche Seminare sind von der Schweizerischen Gesellschaft für Arbeitssicherheit (SGAS) anerkannt.

Mitarbeitende	Führungspersonen	BGM-Verantwortliche / HR-Spezialisten
Gesund arbeiten	Gesund führen	BGM einführen
Mindpower	Gesundheits- und Rückkehrgespräche	Absenzenmanagement
Stressmanagement für Mitarbeitende	Stressmanagement für Führungspersonen	Unfall – das muss ich wissen
Resilienz stärken	Psychische Gesundheit im Arbeitsumfeld	
	Resilienz fördern	



BGM einführen

Grundlagen zur erfolgreichen Einführung eines Betrieblichen Gesundheitsmanagements.



Absenzenmanagement

Grundlagen zur erfolgreichen Einführung eines Absenzenmanagements.



Gesund führen

Gestaltung von Teamführung, Selbstsorge und Arbeitsorganisation als Hilfsmittel für mehr Gesundheit und Motivation im Team.



Gesund arbeiten

Der «Gesundheitscheck» für den persönlichen Arbeitsalltag.



Gesundheits- und Rückkehrgespräche

Mit System ein erfolgreiches Rückkehrgespräch durchführen.



Mindpower

Gesund durch Steigerung der mentalen Kräfte.



Stressmanagement für Mitarbeitende

Identifizieren persönlicher Stressoren und Erweitern von Bewältigungsstrategien.



Stressmanagement für Führungspersonen

Identifizieren persönlicher Stressoren und Sensibilisierung für stressfreie Arbeitsorganisation im Team.



Psychische Gesundheit im Arbeitsumfeld

Handlungsanleitungen im Umgang mit psychisch kranken Mitarbeitenden.



Unfall – das muss ich wissen

Erlangen von Fachkompetenz in der Unfallversicherung UVG.



Resilienz stärken

Steigerung der Widerstandskraft durch das Entdecken der inneren Stärke.



Resilienz fördern

Stärkung der Widerstandskraft Ihres Teams und Anwendung des Resilienzmodells für Ihre Führungsarbeit.

Die detaillierten Seminarbeschreibungen, Veranstaltungsdaten, Orte und Preise finden Sie auf [visana.ch/business](https://www.visana.ch/business)

BGM-flashlights

Unsere BGM-flashlights sind digitale Informationen für mehr Gesundheit im Betrieb. Mithilfe unserer flashlights können Sie die vielfältigen Aspekte zum Thema psychische Gesundheit am Arbeitsplatz auf eine einfache Art und Weise thematisieren und leisten dadurch einen wichtigen Beitrag zur betrieblichen Gesundheitsförderung.

Setzen Sie Ihre flashlights individuell zusammen

Wir bieten Ihnen 12 verschiedene flashlights an. Sie bestimmen, ob Sie sämtliche oder nur einzelne flashlights für Ihren Betrieb beziehen möchten. Wir stellen die von Ihnen ausgewählten flashlights zusammen und bereiten Ihnen die digitalen Informationen in Form von Präsentationen und Kurzfilmen für die Verbreitung in Ihrem Betrieb auf.

Förderung der psychischen Gesundheit am Arbeitsplatz

Die flashlights helfen Ihnen, in regelmässigen Abständen die Gesundheit am Arbeitsplatz zu thematisieren. Sämtliche Empfänger – Führungspersonen wie auch Mitarbeitende – empfinden es als Ausdruck von Wertschätzung, Tipps zur Förderung ihrer Gesundheit zu erhalten. Zudem beinhalten die flashlights Anregungen, wie der Arbeitsalltag gesundheitsförderlich gestaltet werden kann.

wecoach

wecoach ist ein webbasierter Coach für Führungspersonen, der Ihnen hilft, die Arbeitsbedingungen und das Teamklima nachhaltig zu verbessern.

Ihr digitaler Team-Coach

Zum Betrieblichen Gesundheitsmanagement gehört auch ein erfolgreiches Stressmanagement. wecoach unterstützt Sie dabei und begleitet den gesamten Teamentwicklungsprozess, an dessen Ende eine offenere Kommunikation und konkrete Massnahmen zur Stärkung der eigenen Ressourcen stehen sollen. Über einen automatisierten Chat unterstützt wecoach das ganze Team, vermittelt Fachwissen, regt zur Selbstreflexion an, führt Befragungen durch und überprüft schliesslich die Wirkung im Team.

In sechs Schritten zu besserem Teamwork



Vorbeugen ist besser als heilen

Deshalb ist uns Unfallprävention ein grosses Anliegen. Mit unseren «Stop Risk Day»-Events vermitteln wir auf eine einmalige, spielerische Art sinnvolle Unfallprävention für Wandertouren in den Bergen, für den Winterurlaub auf Ski, Snowboard und Schlitten oder für den nächsten Ausflug auf dem Fahrrad.



Stop Risk Day – Radsport

Starten Sie mit uns unfallfrei in die Fahrradsaison. An unserem «Stop Risk Day – Radsport» dreht sich alles um Ihr Velo. Sie erfahren viel Wissenswertes über die Prävention und erhalten Tipps und Tricks direkt vom Spezialisten. Ein lehrreicher Tag mit anderen Fahrradfreunden, ohne dass der Spass zu kurz kommt.

Stop Risk Day – Bergsport

Unfallfrei in den Bergen – dies ist das Motto von unserem «Stop Risk Day – Bergsport». Mit ausgebildeten Bergführern erobern wir die Schweizer Bergwelt und vermitteln Ihnen viel Wissenswertes rund um den Bergsport. Dabei werden Themen wie Planung, Routenwahl, Einschätzung und natürlich die erste Hilfe auf Wander- und Klettersteigtouren live vor Ort angesprochen.

Stop Risk – Wintersporttage

Richtig informiert und vorbereitet auf die Ski- und Schlittel-pisten ist unser Anliegen an unserem «Stop Risk – Wintersporttag». Erleben Sie mit uns und erfahrenen Spezialisten direkt auf der Piste sinnvolle und nachhaltige Unfallprävention. Ein unvergesslicher Tag für Schneesportfans, welche ihr Wissen auffrischen und erweitern möchten.

Haben Sie **Fragen?**

Für weitere Auskünfte steht Ihnen unser Team Betriebliches Gesundheitsmanagement gerne zur Verfügung. Rufen Sie uns an oder schreiben Sie uns eine E-Mail.

031 357 94 74
bgm@visana.ch

