



Gesundheitsfaktoren

- Art der Tätigkeit, Stress, Druck
- Umgebung des Arbeitsplatzes
- Arbeitsorganisation – Kommunikation, Arbeitsabläufe, Arbeitszeiten, Verantwortlichkeiten
- Beziehungen – Kollegen, Vorgesetzte
- Soziale Beziehungen
- Familiäre Situation
- Bewegung & Ernährung
- Persönliche Erwartungen und Verhalten

Vorsorge

- Steigerung der Fitness
- Gesunde Ernährung
- Stressreduktion
- Suchtprävention
- Ergonomische Arbeitsbedingungen
- Tätigkeit- & Belastungswechsel
- Betriebsklima
- Führung - Sensibilisierung

Über uns

Info

Mit unseren Dienstleistungen / Kursen helfen wir Ihnen die wertvolle Gesundheit der Mitarbeitenden im Betrieb zu erhalten, deren Wohlbefinden und Leistungsfähigkeit zu steigern.

Kontakt



Aebisland GmbH, Schornägenstrasse 55,
8623 Wetzikon ZH, Schweiz
ruedi.frei@aebisland.com
+41 (0)32 511 2588

Weitere Informationen unter:
www.work-life-balance.biz



Betriebliches Gesundheits- management

bgm-land.ch

Ihr Erfolgsfaktor - gesunde
Mitarbeitende





Fakten

- Demografische Entwicklung – Belegschaft wird immer älter
- Fachkräftemangel nimmt zu
- 34% im Betrieb klagen über Stress
- 27% scheiden vor Pensionsalter aus, wegen gesundheitlichen Problemen
- Verdreifachung psychisch bedingter Ausfälle seit 1998
- Gesundheitskosten steigen überproportional
- Leistungs- und Kostendruck steigt
- Spannungsfeld Job vs. Familie/Freizeit

Aktuelle Zahlen zeigen stark steigende Ausfalltage bedingt durch psychische Probleme (wie Stress, Burn-out, Depressionen) sowie überproportionale Krankheitsentwicklungen, zunehmend hervorgerufen durch Bewegungsmangel und Übergewicht (z.B. Diabetes, Rückenschmerzen, Kreislauferkrankungen).



Fit@Work

Unternehmen tragen eine gesetzliche und gesellschaftliche Mitverantwortung an der gesundheitlichen Entwicklung der Mitarbeitenden, aber auch im Eigeninteresse, denn gesundheitsbedingte Ausfälle kosten die Wirtschaft Milliarden jährlich.

Mit praxisorientierten Lösungen für Ihr betriebliches Gesundheitsmanagement sind wir Ihr kompetenter Partner.



Ein Apfel genügt nicht - Betriebliches

Gesundheitsmanagement deckt viele Bereiche ab, welche die Gesundheit der Mitarbeitenden beeinflussen. Wir helfen die Balance herzustellen.



Sie bestimmen die Richtung der gesundheitlichen Entwicklung im Betrieb.

Umsetzung nach Plan

Das »5 Phasen Konzept«

Phase 1

Ziele : Team – Zeitplan – Ressourcen – Kommunikation.

Phase 2

Analyse: Arbeitsplätze - Mitarbeiterbefragung – Personalentwicklung - Gesundheitsstand

Phase 3

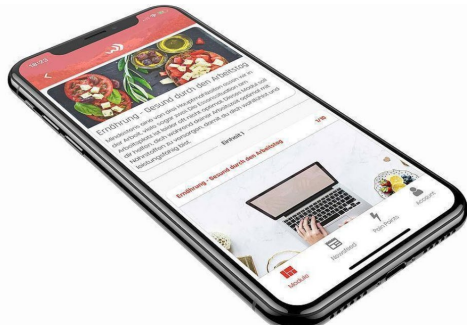
Planung: Interpretation Analyse – Massnahmenplanung – Prioritäten – Ressourcen – Budget.

Phase 4

Umsetzung: Verhaltensbezogene und Verhältnisbezogene Massnahmen.

Phase 5

Überprüfung: Arbeitsumgebung – Mitarbeiterbefragung – Entwicklungen



Workplace App

- Betriebliches Gesundheitsmanagement umfasst eine Vielzahl an Themengebieten. Deshalb stellen wir eine Mobile App zur Verfügung, welche die unterschiedlichen Bedürfnisse von Firmen und Mitarbeitern abdeckt.
- Die Workplace App Module enthalten spezifische Informationen sowie digitale Anleitungen, die in interaktiver Form an die Smartphones der Mitarbeiter ausgeliefert werden. Die Module wechseln nach Ihren Bedürfnissen und bleiben damit immer relevant und spannend.
- Als Unternehmen wählen Sie über ein eigenes Dashboard die passenden Module aus und haben so im Handumdrehen Ihr individuelles BGM Programm aufgesetzt. Gerne unterstützen wir Sie dabei und zeigen, welche Inhalte bei Mitarbeitern besonders gut ankommen. So können Sie sicherstellen, dass alle Mitarbeitergruppen und Standorte erreicht werden.

Workplace Module

- Übungen am Arbeitsplatz
- Ernährung – gesund durch den Arbeitstag
- Laufeinstieg
- Gehirnjogging
- Ergonomie am Arbeitsplatz
- Zucker die süsse Versuchung
- Stress erkennen und managen
- Bodyweight Training
- Einführung in die Mediation
- News
- + weitere Module
- + unternehmensspezifische Module

Workplace App – Work Life Balance leicht gemacht

Die Inhalte der Workplace Module werden in Zusammenarbeit von der Firma **windhund GmbH** in Salzburg entwickelt und produziert.

Der Inhalt der Module wird von ausgewiesenen Experten begleitet und verifiziert.

(Neurologen, Physiotherapeuten, Ernährungsspezialisten, Trainer)



Die Workplace Pain Points geben den direkten Einstieg in entsprechende Übungen zur Beschwerdenlinderung.

