Gesundheitsförderung Schweiz
Promotion Santé Suisse
Promozione Salute Svizzera

Kostenlose Angebote für KMU



Ihr Einstieg ins Betriebliche Gesundheitsmanagement

Die Gesundheit der Mitarbeitenden stärken

Was ist betriebliches Gesundheitsmanagement?

Für erfolgreiche Unternehmen sind gesunde Mitarbeitende entscheidend. Das betriebliche Gesundheitsmanagement (BGM) stellt die Gesundheit der Mitarbeitenden in den Mittelpunkt und trägt wesentlich zum Unternehmenserfolg bei. Gemeinsam mit unseren Multiplikator*innen unterstützen wir Organisationen – insbesondere KMU – beim Aufbau und der Weiterentwicklung des BGM und fördern die psychische Gesundheit von Erwerbstätigen.

30%

der Erwerbstätigen fühlen sich ziemlich oder sehr erschöpft.

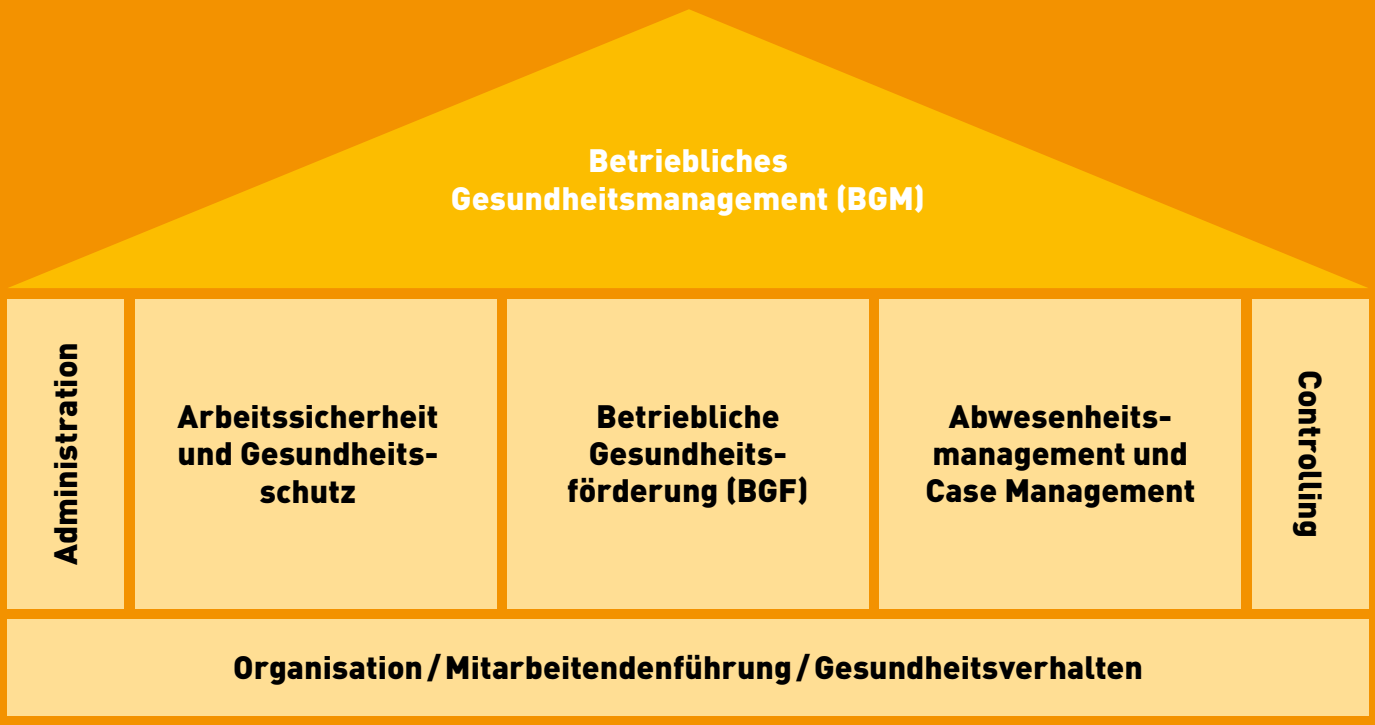
45%

der Erwerbstätigen befinden sich in einem sensiblen Bereich hinsichtlich des Ressourcen-Belastungen-Verhältnisses.

Ca.

1'250 CHF

kostet der Stress die Arbeitgeber pro Jahr und erwerbstätige Person. (Durchschnitt von 6,5 Mrd. CHF bei 5,2 Mio. Erwerbstätigen gem. JSI 2022)



Warum BGM?
Stress am Arbeitsplatz ist eine grosse Herausforderung. Stress bezeichnet ein Ungleichgewicht zwischen Belastungen, mit denen eine Person konfrontiert wird, und den verfügbaren Bewältigungsmöglichkeiten (Ressourcen). Dieses Ungleichgewicht kann das Wohlbefinden einschränken; chronischer arbeitsbedingter Stress kann zu Krankheiten führen.
→ Quelle JSI 2022

Was bringt BGM?
Durch gezielte Massnahmen im Betrieblichen Gesundheitsmanagement können Gesundheit, Arbeitszufriedenheit und Mitarbeitendenbindung nachhaltig gestärkt sowie krankheitsbedingte Ausfälle reduziert werden.

BGM ist eine strategische Notwendigkeit in einer sich wandelnden Arbeitswelt. Es verbindet soziale Verantwortung mit wirtschaftlichen Interessen und stärkt die Zukunftsfähigkeit von Unternehmen – ein Gewinn für alle Beteiligten.

Gesunde Mitarbeitende

Verbesserte Arbeitszufriedenheit und Motivation sowie geringere psychische und physische Belastungen führen zu mehr verfügbaren Ressourcen.

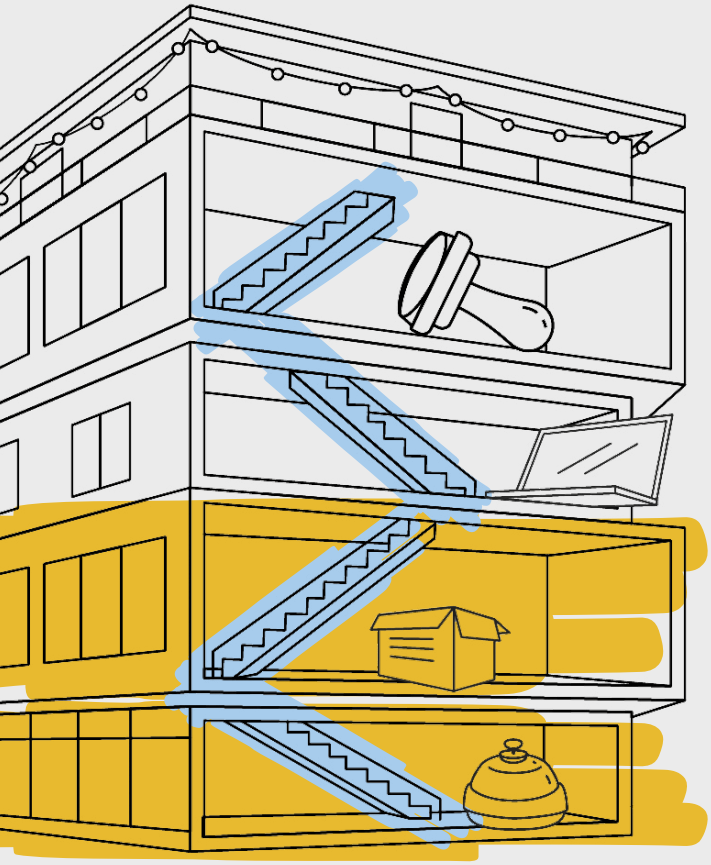
Gesundes Unternehmen

Stärkere Mitarbeitendenbindung und ein verbessertes Unternehmensimage tragen zu einer nachhaltig positiven Entwicklung bei.

Finanzieller Gewinn

Reduzierte Absenzen, geringere Fluktuation und eine gesteigerte Leistungsfähigkeit erhöhen die wirtschaftliche Effizienz.

Der Weg zum BGM



VIERTER STOCK
Die Community: Award-Verleihung, Community-Event, wertvolle Austauschformate und Kontaktmöglichkeiten, Anlässe mit Best-Practice-Beispielen, FWS-Online-Shop – die Community für Unternehmen, die mit dem Label «Friendly Work Space» ausgezeichnet sind.

DRITTER STOCK
Sie haben die Label-Reife erreicht und sind bereit zum Assessment des Labels «Friendly Work Space». Mit dem Label kommunizieren Sie nach aussen und innen Ihr Engagement für gesunde Mitarbeitende und ein nachhaltiges, systematisches BGM.

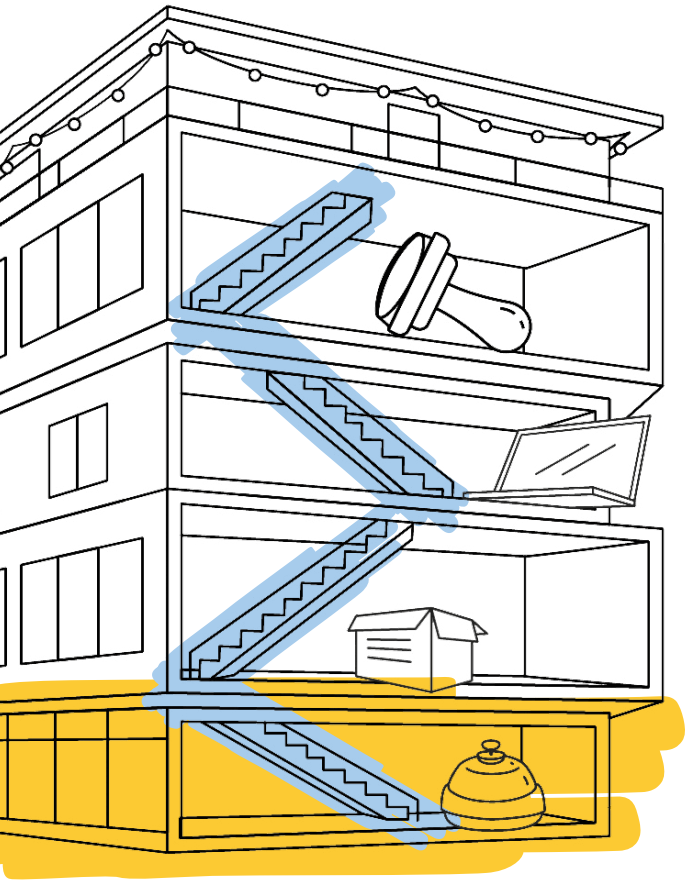
ZWEITER STOCK
Sie erkennen, wo Ihr Unternehmen heute steht. Für eine Selbsteinschätzung mit unserem Online-Tool erfassen Sie unkompliziert alle BGM-Aktivitäten und bewerten deren Stand und Qualität gemäss den Label-Kriterien von «Friendly Work Space».

ERSTER STOCK
Die praxisnahen Unterlagen und Hilfsmittel unterstützen Sie dabei, den Aufbau Ihres BGM niederschwellig anzugehen und in Richtung Systematik zu vertiefen und weiterzuentwickeln.

ERDGESCHOSS
Einfache und kostenlose Instrumente, die sich direkt im Führungsalltag umsetzen lassen.

Erdgeschoss – Praxisnahe Tools für den Einstieg

Für erfolgreiche Unternehmen sind gesunde Mitarbeitende entscheidend. Das betriebliche Gesundheitsmanagement (BGM) stellt ihre Gesundheit in den Mittelpunkt und trägt wesentlich zum Unternehmenserfolg bei. Gemeinsam mit unseren Multiplikator*innen unterstützen wir Organisationen – insbesondere KMU – beim Aufbau und der Weiterentwicklung des BGM und fördern die psychische Gesundheit von Erwerbstätigen.



E-Learning Gesunde Führung
Die kurzen, praxisnahen Module bieten eine einfache Schritt-für-Schritt-Anwendung und unterstützen Sie dabei, eine gesundheitsfördernde Führung direkt im Team umzusetzen. Flexibel, kompakt und sofort anwendbar – für mehr Gesundheit, Motivation und Zusammenarbeit im Unternehmen.

Leadership-Kit und HR-Toolbox
Für Führungskräfte, die ihre Mitarbeitenden stärken möchten. Das Leadership-Kit unterstützt Personen mit Führungsverantwortung dabei, das Wohlbefinden sowie die Zusammenarbeit im Team gezielt zu fördern.

Die HR-Toolbox richtet sich an HR-Fachpersonen und begleitet sie in ihrem Arbeitsalltag. Sie liefert fundierte Antworten sowie praktische Werkzeuge für die wichtigsten Fragen und Herausforderungen von HR-Verantwortlichen in KMU.

Apprentice
Unterstützung im Führungsalltag zur Stärkung Ihrer Lernenden für einen gelungenen und gesunden Start ins Berufsleben. Apprentice bietet Berufsbildenden Fallbeispiele, Hintergrundinformationen und praxisnahe Tipps für den Umgang mit Lernenden im Alltag.

Gemeinsam stark für gesunde Lernende
Das «Netzwerk Prävention für Lernende» bringt Organisationen aus Gesundheitsförderung und Prävention zusammen. Durch den Austausch von Wissen, Ideen und Ressourcen entstehen wirkungsvolle gemeinsame Ansätze, um Gesundheit und Prävention bei Jugendlichen und Lernenden nachhaltig zu stärken.

Erster Stock – Wegweisende Tools für den Aufbau

Auf Ihrem Weg zum BGM unterstützen wir Sie mit praxisnahen Unterlagen und Hilfsmitteln. Starten Sie mit unserem kostenlosen BGM-Check: Sie sehen auf einen Blick, welche Anforderungen Sie bereits erfüllen und in welchen Bereichen noch Entwicklungspotenzial besteht.



Kostenloser BGM-Check
Finden Sie in wenigen Minuten heraus, wo Ihr **Betriebliches Gesundheitsmanagement** steht. Der Check zeigt Ihnen Ihre Stärken auf und macht sichtbar, in welchen Bereichen Optimierungspotenzial besteht und wo gezielte Massnahmen sinnvoll sind.

Anteilsfinanzierungen für KMU
Für gesunde Unternehmen braucht es gesunde Mitarbeitende. Erfahren Sie, wie Sie das Wohlbefinden Ihrer Mitarbeitenden gezielt und präventiv fördern können. Wir unterstützen Sie dabei mit unseren Expertinnen und Experten. KMU profitieren dabei von einer Anteilsfinanzierung bei einer **Mitarbeitendenbefragung** oder einer **Standortbestimmung** im Betrieblichen Gesundheitsmanagement.

Mitarbeitenden-befragung

Standort-bestimmung

Mitarbeitendenbefragung Job-Stress-Analysis
Reduzieren Sie gezielt Stress und stärken Sie die Ressourcen Ihrer Mitarbeitenden. Die **Analyse** bietet Ihnen einen detaillierten Einblick in das Stressgeschehen innerhalb Ihrer Organisation und zeigt konkrete Handlungsfelder auf.

BGM-Kriterien und Wegleitung
Ob für den Einstieg oder die Weiterentwicklung: Die **Wegleitung** unterstützt Sie dabei, Ihr Betriebliches Gesundheitsmanagement anhand klarer **Kriterien** wirksam zu verankern und systematisch sowie praxisnah umzusetzen.

Wegleitung

Kriterien



Wie geht es weiter?

Kostenloses Self-Assessment
Mit dem kostenlosen Self-Assessment öffnen Sie die Tür ins nächste Stockwerk: Sie erkennen, wo Ihr Unternehmen heute steht und erhalten Orientierung für die weiteren Schritte zum Label. Die Selbsteinschätzung bereitet ausserdem – sofern gewünscht – das externe Assessment zum Label «Friendly Work Space» vor. Mit unserem Online-Tool erfassen Sie unkompliziert alle BGM-Aktivitäten und bewerten deren Stand und Qualität nach den Label-Kriterien.

→ **Mehr zu «Friendly Work Space»**

Weitere Informationen:

Regionale Vernetzung, Anlässe und Unterstützung von Betrieben im BGM.
→ **Zu den BGM Foren**

Nationale BGM-Tagung.
→ **Mehr zur BGM-Tagung**

Updates und News rund um das BGM.
→ **Zum BGM Newsletter**

BGM-Frühstückstreffen, Online-Veranstaltungen, Netzwerktreffen.
→ **Kostenlose BGM-Veranstaltungen**

Weiterbildungen rund um unsere BGM-Angebote.
→ **Mehr über Weiterbildungen BGM**

Den Nutzen und die Wirkung Ihres BGM überprüfen.
→ **Zur Wirkungsüberprüfung**

Fragen?
Kontaktieren Sie uns!
→ **Zum Kontaktformular**

Wankdorfallee 5, CH-3014 Bern
Tel. +41 31 350 04 04
office.bern@promotionsante.ch

Avenue de la Gare 52, CH-1003 Lausanne
Tel. +41 21 345 15 15
office.lausanne@promotionsante.ch

www.gesundheitsfoerderung.ch
www.promotionsante.ch
www.promozionesalute.ch

03.0655.DE 08.2026