

Betriebliche Gesundheitsförderung – Checkliste Handlungsfelder



Selbsteinschätzung:

- Welche gesundheitsrelevanten Ressourcen sollen Ihres Erachtens in Ihrem Betrieb noch gestärkt werden?
- Welche gesundheitsrelevanten Belastungen sollen Ihres Erachtens in Ihrem Betrieb vermindert werden?

<p>Aufgaben-gestaltung</p> 	<p>Aufbau von Ressourcen</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Vollständigkeit, Ganzheitlichkeit <input type="checkbox"/> Vielfalt der Tätigkeiten im Tagesverlauf <input type="checkbox"/> Selbständige Arbeitseinteilung <input type="checkbox"/> Anforderungsvielfalt <input type="checkbox"/> Autonomie, Entscheidungsmöglichkeiten <input type="checkbox"/> Lern-, Entwicklungsmöglichkeit <p>Abbau von Belastungen der Arbeitsaufgabe</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Nur ausführende Tätigkeit (keine Planung und Kontrolle möglich) <input type="checkbox"/> Sehr einseitige Beanspruchungen <input type="checkbox"/> Monotone Tätigkeit <input type="checkbox"/> Arbeitsmenge
<p>Arbeits-umgebung</p> 	<p>Aufbau von Ressourcen</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Gute Arbeitsplatzgestaltung <input type="checkbox"/> Gute Arbeitsmittel /-Geräte <input type="checkbox"/> Befriedigende Arbeitsumgebung (Klima, Licht) <input type="checkbox"/> Sicherer Arbeitsplatz <p>Abbau von Belastungen</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Störungen in der Arbeit / Unterbrechungen <input type="checkbox"/> Kälte / Hitze / Strahlung <input type="checkbox"/> Lärm / Störgeräusche <input type="checkbox"/> Ungenügende Beleuchtungssituation <input type="checkbox"/> Ungenügende Platzverhältnisse

<p>Soziale Bedingungen</p> 	<p>Aufbau sozialer Ressourcen</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Austausch und Unterstützung durch Arbeitskolleg/innen <input type="checkbox"/> Austausch und Unterstützung durch Vorgesetzte <input type="checkbox"/> Teamarbeit <input type="checkbox"/> Anerkennung, Wertschätzung <input type="checkbox"/> Einarbeitung neuer Mitarbeiter/innen <input type="checkbox"/> Pflege der kulturellen Vielfalt <input type="checkbox"/> Kommunikation <input type="checkbox"/> Gleichstellung <input type="checkbox"/> Pausengestaltung <p>Abbau sozialer Belastungen / Risiken</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Mobbing <input type="checkbox"/> Konfliktbewältigung <input type="checkbox"/> Isolation <input type="checkbox"/> Sexuelle Belästigung <input type="checkbox"/> Diskriminierung
<p>Person (Körper, Psyche)</p> 	<p>Aufbau von Ressourcen</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Genügend Bewegung und Sport <input type="checkbox"/> Entspannung <input type="checkbox"/> Fähigkeit: „heben & tragen“ <input type="checkbox"/> Ernährung <input type="checkbox"/> Zeitmanagement <input type="checkbox"/> Selbstwertgefühl <p>Abbau von Belastungen</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Körperliche Belastungen <input type="checkbox"/> Stress, Burnout <input type="checkbox"/> Übergewicht <input type="checkbox"/> Suchtverhalten
<p>Betriebsorganisation</p> 	<p>Aufbau von Ressourcen</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Mitarbeitenden-orientierte Führungskultur <input type="checkbox"/> Mitarbeiter/innen-Gespräch <input type="checkbox"/> Fördergespräch / Entwicklungsmöglichkeiten <input type="checkbox"/> Mitbestimmung, Partizipation <input type="checkbox"/> Mitarbeiter/innen-Information <input type="checkbox"/> Life-Balance (Arbeitszeitmodelle usw.) <input type="checkbox"/> Schonarbeit <input type="checkbox"/> Sitzungskultur <input type="checkbox"/> Betriebliche Sozialberatung <input type="checkbox"/> Bewusster Umgang mit älteren Mitarbeiter/innen <input type="checkbox"/> Ausbildungsplätze / Lehrstellen <p>Abbau von Belastungen</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Schichtarbeit <input type="checkbox"/> Stellenabbau <input type="checkbox"/> Konkurrenz zwischen Abteilungen

Priorisierung:

Welche 5 Themen haben aus Ihrer Sicht **die grösste Wirkung** auf die Gesundheit Ihrer Mitarbeitenden:

Bei welchen 5 Themen ist die **Machbarkeit** bezüglich Gestaltungsmöglichkeit und Ressourcen am grössten:
