

# Gesundheitsförderung ist auch für Kleinunternehmen möglich – und nötig

Das Projekt «Vitalab» der Gesundheitsförderung Schweiz und der Fachhochschule Nordwestschweiz geht direkt in die Regionen und unterstützt Kleinunternehmen beim Gesundheitsmanagement.

Kleinunternehmen, also Betriebe mit bis zu 50 Mitarbeitenden, sind das Herz der Schweizer Wirtschaft. Rund 1,5 Millionen Beschäftigte sind in Kleinbetrieben tätig. Diese machen 98 Prozent aller Unternehmen in der Schweiz aus. Während sich die Human-Resources-Abteilungen von Konzernen und grossen Firmen in der Regel auch besonderen Programmen und Einsätzen der Gesundheitsförderung widmen, ist dieser Bereich in den allermeisten Kleinunternehmen noch Neuland. Es fehlt an zeitlichen Kapazitäten und oft auch an der Einsicht, dass eine betriebliche Gesund-



heitsförderung auf der Ebene von Kleinunternehmen überhaupt nötig ist. Anbieter sollten auch die Zielgruppe der Kleinunternehmen vom Nutzen der betrieblichen Gesundheitsförderung überzeugen.

Die Patrons von Handwerkerbetrieben, dem Gewerbe- und Dienstleistungsbereich sind häufig Mehrfachbelastungen und Mehrfachverantwortungen ausgesetzt. Neben der täglichen Arbeit mit den Kunden müssen die Personalbetreuung, die Buchhaltung und die Betriebsplanung in den meisten Fällen von derselben Person erledigt werden. In Familienbetrieben lassen sich Arbeit und Privates zudem schlecht trennen. Familienbeziehungen sind eng mit Geschäftsbeziehungen verknüpft. Dadurch kommen unterschiedliche Wertebenen ins Spiel.

Auch stellen ökonomische Veränderungen, Konkurrenzdruck und Globalisierung hohe fachliche und führungsspezifische Anforderungen an den Unternehmer. Schliesslich werden Kleinbetriebe zum Teil mit einer Flut von gesetzlichen Vorschriften überschwemmt. Es bleibt kaum Zeit für eine klare, langfristig angelegte Planung und für die Investition in die eigenen gesundheitlichen Ressourcen. Dies

führt dazu, dass die Bedeutung und die Chancen von Gesundheit oft nicht erkannt werden.

## Pilotprojekt im Luzerner Seetal: Beratungsdienstleistungs-Netzwerk

Mit Vitalab haben die Fachhochschule Nordwestschweiz (FHNW) und die Gesundheitsförderung Schweiz mit regionalen Wirtschaftspartnern ein Innovationsprojekt zur betrieblichen Gesundheitsförderung entwickelt, das in möglichst vielen Regionen und Kleinunternehmen der Schweiz etabliert werden soll. Für die Durchführung des ersten Pilotprojekts wurde das Luzerner Seetal ausgewählt. Der regionale Partner vor Ort ist die Idee Seetal AG, die Entwicklungsträgerin und Wirtschaftsfördererin der Region ist.

Das Hauptziel von Vitalab besteht darin, eine regionale Netzwerkstruktur von Beratungsdienstleistungen für Arbeit und Gesundheit zu entwickeln und zu etablieren. Die Idee: Statt jeden Einzelbetrieb mit der Etablierung eines eigenen Gesundheitsmanagements zu belasten, sollen diese das spezifische Know-how und die entsprechenden Angebote von einer regio-



Prof. Volker Schulte, Institut für Unternehmensführung der Fachhochschule Nordwestschweiz.



Lukas Weber, Co-Leiter Programme Psychische Gesundheit und BGF bei der Gesundheitsförderung Schweiz.





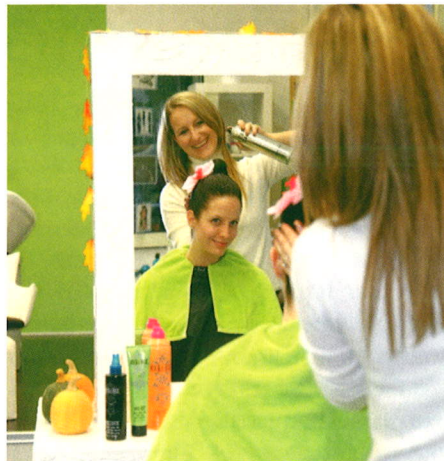
Fotos: vitalab-seetal.ch

nalen Stelle abholen können. Dieses regionale Netzwerksystem von Beratungsdienstleistungen vereinfacht die Kontaktaufnahme und die Sensibilisierung der Kleinunternehmen und ermöglicht gleichzeitig die Nutzung von Synergien zwischen den Betrieben.

Mit kostenlosen Informationsveranstaltungen zu den Themen Stress und Burnout, Teamzusammenarbeit oder Führung soll die Aufmerksamkeit der Kleinbetriebe geweckt werden (siehe Kasten). Anschliessend kennen die Betriebe ihren Ansprechpartner, der sie weiterhin informiert und berät, damit die guten Vorsätze und das Interesse an der Gesundheitsförderung im Betrieb nicht im Tagesgeschäft wieder vergessen werden. Viele der Geschäftsführerinnen und Geschäftsführer, die sich auf einen gemeinsamen Prozess eingelassen haben, sind im Nachhinein dankbar dafür.

Das Projekt erarbeitet praxistaugliche Interventionsinstrumente und erprobt Anreizsysteme für betriebliche Massnahmen, die zu einer Stärkung der Gesundheit und einer Verbesserung der Produktivität der Mitarbeitenden beitragen. So sollen die Angebote der Beratungsstellen zu relativ günstigen Preisen bezogen werden können, das heisst zu einem Preis, der im Rahmen von Handwerkeransätzen liegt.

Aufgrund dieser besonderen Umstände gilt es, neben den bereits bestehenden Tools der betrieblichen Gesundheitsförderung für mittlere und grosse Betriebe spezifische Ansätze und Massnahmen zu entwickeln, die den Anforderungen an Kleinbetriebe entsprechen. Im Mittelpunkt der Handlungsfelder stehen Interventionen



zur gesundheitsgerechten Arbeitsgestaltung und Arbeitsorganisation sowie zur Unterstützung eines gesundheitsförderlichen Verhaltens.

### Wirtschaftlicher Vorteil für die Region

Die Projektverantwortlichen achten insbesondere darauf, dass die Angebote und Massnahmen auf signifikante Probleme und auf praxisnahe, gut umsetzbare Themen fokussieren. Die Betriebe sollen von der Umsetzung der betrieblichen Gesundheitsförderung unmittelbar profitieren und dies so wahrnehmen. Es werden bedarfsgerechte Analysemethoden, Instrumente, Weiterbildungen und Beratungs-

angebote entwickelt und in der Pilotregion umgesetzt und überprüft.

Im Rahmen eines halbtägigen Workshops mit den Mitarbeitenden können bereits wirksame Massnahmen definiert werden, die der Betrieb im Anschluss ohne weitere externe Hilfe selbst umsetzen kann. So zum Beispiel die Einführung von systematischen Feedbackgesprächen mit Mitarbeitenden, gemeinsame Körperübungen zur Entlastung von einseitiger Beanspruchung, die Verhinderung von Unterbrechungen während der Arbeit oder ein wöchentlicher Team-Event.

Gemäss verschiedenen Unternehmensumfragen konnte der Weiterbildungs- und Beratungsbedarf identifiziert werden. Kleinbetriebe haben ein grosses Interesse an Führungscoaching, Stressprävention und Teamarbeit. So können Sinn und Nutzen der Gesundheitsförderung den Beteiligten wirkungsvoll vor Augen geführt werden, indem sowohl die gesünderen Mitarbeitenden wie die verbesserte Betriebskultur spürbar davon profitieren.

Schliesslich besteht die Chance, mit der Verbreitung der Gesundheitsförderung in Betrieben in einer Region einen wirtschaftlichen Vorteil zu generieren. Je zufriedener die Arbeitnehmenden in einer Region mit ihrem Arbeitsplatz sind, desto besser ist langfristig der Standortvorteil gegenüber anderen Regionen.

*Volker Schulte, Lukas Weber*

#### Angebot von Vitalab Seetal

- Öffentliche Veranstaltungen
- Beratung/Coaching
- Betriebsanalysen
- Massnahmenplanung
- Kurzinputs, Referate, Weiterbildungen, Workshops
- Netzwerk (Nutzer/Anbieter)
- Vitalab-Power-Nordic-Walking über Mittag

Themen: Stress/Burnout, Führung, Kommunikation, Arbeit & Familie, Bewegung & Ernährung, Ergonomie usw.

#### Nächste Veranstaltung

«Teamspirit versetzt Berge»: öffentliche Veranstaltung zum Thema Zusammenarbeit und Teamentwicklung. Referent: Dany Ryser, Fussball-Weltmeistertrainer U17

12. Juni 2012, 18.00–19.30 Uhr, anschliessend Apéro  
D4 Businesspark, Root

Anmeldung ist erwünscht: [ambord@vitalab-seetal.ch](mailto:ambord@vitalab-seetal.ch) oder 041 910 99 50  
[www.vitalab-seetal.ch](http://www.vitalab-seetal.ch)