

# BGM

## Betriebliches Gesundheitsmanagement

Ein echter Erfolgsfaktor für Ihr Unternehmen

### DAS TRAININGSMOMENT

Heike Steurenthaler  
Pirckheimerstr. 33  
90408 Nürnberg  
[www.dastrainingsmoment.de](http://www.dastrainingsmoment.de)  
0175/526 53 65

Für die zielgerichtete Förderung der  
Gesundheit Ihrer Mitarbeitenden



Das Trainingsmoment  
PERSONAL & WORK FITNESS

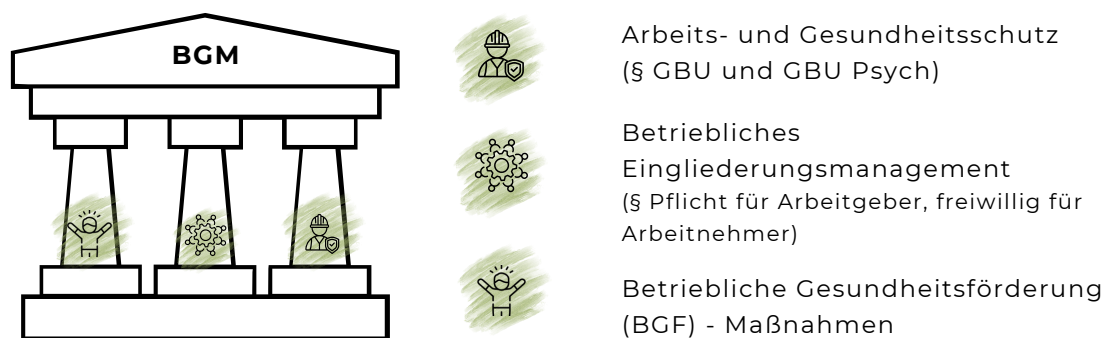


### Investieren Sie in Ihre stärkste Ressource: Ihre Mitarbeitenden.

Ein ganzheitliches, professionell umgesetztes **Betriebliches Gesundheitsmanagement (BGM)** schafft ein Arbeitsumfeld, das motiviert, schützt und die Leistungsfähigkeit Ihrer Belegschaft nachhaltig erhält.

Mit strukturierten Analysen, individuell angepassten Strategien und zielgerichteten Maßnahmen stellt BGM die Gesundheit Ihrer Mitarbeitenden in den Mittelpunkt – als Schlüssel für langfristigen Erfolg und Wettbewerbsfähigkeit.

Das **BGM kann als Dachorganisation**, die gesetzlich vorgeschriebenen Pflichten sinnvoll verbinden. Leiten Sie mit dem richtigen, strategischen Ansatz sinnvolle und bedarfsgerechte Maßnahmen für Ihr Unternehmen ab.



### Status Quo: Wo stehen Sie & Ihr Unternehmen?

Wir begleiten Sie individuell nach Ihren Bedürfnissen, von einzelnen Prozessschritten bis hin zum ganzen BGM.

*Starten Sie jetzt und verschaffen Sie sich einen ersten Überblick:*

- Welche Rolle spielt Gesundheit derzeit in Ihrem Unternehmen?
- Ist das Thema Gesundheit im Unternehmensleitbild verankert?
- Ist BGM Teil der Unternehmensstrategie oder -ziele?
- Gibt es in Ihrem Unternehmen ein strukturiertes BGM oder eher Einzelmaßnahmen?
- Welche Erwartungen haben Sie an ein betriebliches Gesundheitsmanagement?
- Notieren Sie Ihre Beweggründe und Ziele, warum BGM in Ihrem Unternehmen implementiert werden soll.



# DER WEG ZU MEHR GESUNDHEIT

## ABLAUF

### BGM

2



#### Kostenfreies Erstgespräch

- Wo steht Ihr Unternehmen im BGM?
- Erste Einschätzung & Handlungsempfehlungen
- Unverbindlich & individuell



#### BGM - Startworkshop

- Klärung von Zielen & Nutzen von BGM
- Erwartungen & Rahmenbedingungen abstimmen
- Definition und Vorstellung der Beteiligten & Rollen
- Erfassung der aktuellen Situation
- Festlegung - Erste Schritte



#### Isolierte Analysetools

- z.B. GBU Psych, Umfragen, Experteninterviews, Begehungen, BGM-Dashboard mit Auswertung und Präsentation

## BGM als bedarfs- und prozessorientierte Vorgehensweise

umfasst folgende Prozessschritte:



#### 1. Bedarfsbestimmung

- Status Quo
- Gründe & Ziele klären
- Projekt grob planen & budgetieren
- Gesundheitsteam gründen



#### 2. Analyse

- Bestehende Daten sichten & neue erheben
- Gesundheitsfaktoren identifizieren
- BGM-Cockpit starten (Datenübersicht)



#### 3. Interventionsplanung

- Maßnahmen planen (auf Basis der Analyse)
- Themen priorisieren & Feinziele setzen
- Ressourcen & Kommunikation klären



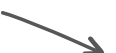
#### 4. Umsetzung

- Verhältnisprävention (z.B.: Arbeitsbedingungen, -organisation) und Verhaltensprävention (z. B. Kurse, Trainings, Beratungen)



#### 5. Evaluation

- Wirkung messen (Struktur, Prozess, Ergebnis)
- Erkenntnisse für nächste Planung nutzen
- Dokumentation



#### 5. Nachhaltigkeit - BGM als Teil der Unternehmenskultur

- Regelmäßig überprüfen & anpassen
- BGM - Struktur ist verankern
- Ziele weiterentwickeln

3

# ERFOLGREICHES BGM MIT ...

UMSETZUNG

ERFOLG



Ziele

## Klarer Zielsetzung und Strategie

- Gesundheitsziele klar definieren und strategisch mit Unternehmenszielen verknüpfen.



Vorbilder

## Engagement der Führungskräfte

- Führungskräfte leben gesundheitsförderndes Verhalten aktiv vor.



Belegschaft

## Partizipation der Mitarbeitenden

- Mitarbeitende aktiv einbinden – Mitgestaltung schafft Akzeptanz. Gesundheit soll zum selbstverständlichen Teil des Arbeitsalltags werden.



Ansatz

## Ganzheitlichem Ansatz

- Verhaltens- und Verhältnisprävention sinnvoll kombinieren.



Evaluation

## Regelmäßiger Evaluation

- Wirkung mit Kennzahlen messen und Maßnahmen gezielt anpassen.



Kommunikation

## Guter interner Kommunikation

- BGM transparent und vielfältig kommunizieren.

## Welche Vorteile haben Sie durch unsere Unterstützung?



**Prozesserfahrung  
und Fachexpertise**



**Ganzheitliche  
Begleitung**



**Neutralität**



**Datenschutz**



**Persönlich**

Starten Sie jetzt und schaffen ein gesundheitsförderliches Umfeld. Wir unterstützen Sie! Schreiben Sie uns eine Mail und vereinbaren ein kostenfreies Erstgespräch.  
**info@dastrainingsmoment.de**

  
**Das Trainingsmoment**  
PERSONAL & WORK FITNESS