



## Frühstückstreffen «Gesund am Arbeitsplatz»

### Betriebliches Gesundheitsmanagement – auf dem Weg zum holistischen Ansatz

Unternehmen ist vielfach bewusst, dass die veränderte Arbeitswelt, der enorme Zeitdruck und die stetig steigenden Anforderungen bei Mitarbeitenden Stress auslösen können.

Stress drückt sich oftmals in körperlichen Symptomen aus, wie Kopfschmerzen und Rückenschmerzen, etc. Um körperlichen Symptomen vorzubeugen, bemühen sich Unternehmen ihre Arbeitsplätze ergonomischer zu gestalten und zum Beispiel höhenverstellbare Pulte für alle Mitarbeitenden zur Verfügung zu stellen.

Bei Kopfschmerzen sind die Präventionsmassnahmen etwas schwieriger. Die Novartis geht diese Problematik an und hat einen Lösungsansatz für die mentale Belastung kreiert, den wir Ihnen gerne präsentieren möchten.

Mit dem Online-Befragungsinstrument Friendly Work Space Job-Stress-Analysis können Sie Stressfaktoren in Ihrem Unternehmen messen. Dadurch sind Sie in der Lage, gezielt zu intervenieren und präventive Massnahmen zu ergreifen.

Die Balance zwischen Belastung und Entlastung für Mitarbeitende sicherzustellen, ist das Fundament für nachhaltigen Erfolg.

Mitarbeitende am Arbeitsplatz und zu Hause zu unterstützen, ist ein wichtiges Werkzeug im Rahmen des betrieblichen Gesundheitsmanagements (BGM). Über die vergangenen Jahre haben sich die Schwerpunkte beim BGM zunehmend von «Hals abwärts» Richtung «Hals aufwärts» verschoben. Dies ist vor allem zwei Erkenntnissen geschuldet:

- Die mentale Belastung für Mitarbeitende überwiegt körperlichen Belastungen: Die Anforderungen der zunehmenden Digitalisierung und Globalisierung kreiert mehr Unsicherheit und fordert mehr Flexibilität von Mitarbeitenden, was die Belastung durch Stress kontinuierlich steigert; gleichzeitig sind grosse Problematiken noch unterversorgt und stigmatisiert, so steigen z.B. Depressionen und Angstzustände zunehmend an, und Migräne – eine tabuisierte Volkskrankheit mit 12% Betroffenen in der arbeitstätigen Bevölkerung – beansprucht alleine bereits ca. 2% der Gesamtlohnsumme.
- Arbeitgeber können hier spezifische, individuelle Unterstützung anbieten, die Arbeitnehmer andernorts nicht unbedingt finden (z.B.: im Vergleich zu generellen Bewegungs- und Ernährungsangeboten)

Gesundheitsförderung Schweiz, Novartis Pharma AG und Medgate freuen sich, Sie zu einem Frühstückstreffen einzuladen, welches die Motivation für ein betriebliches Gesundheitsmanagement im Bereich Mental Health genauer beleuchtet und konkrete Beispiele und Ansätze liefert.

Die Veranstaltungsreihe «Frühstückstreffen» findet regelmässig in verschiedenen Städten der Schweiz statt und präsentiert ausgesuchte Beispiele, wie Sie ein systematisches BGM erfolgreich umsetzen können.

**Datum und Ort:**

Donnerstag, 9. Mai 2019 in Zürich (deutsch)  
Restaurant Au Premier  
Bahnhofplatz 15,  
8001 Zürich

Freitag, 10. Mai 2019 in Basel (deutsch)  
Novartis Campus,  
Meetingraum, Fabrikstrasse 16  
4002 Basel

Donnerstag, 6. Juni 2019 in Lausanne (französisch)  
Restaurant Tibits  
Place de la Gare 11,  
1003 Lausanne

**Kosten:**

Die Veranstaltung wird von  
Gesundheitsförderung Schweiz offeriert.

**Anmeldung:**

Per Online-Registrierung auf  
[https://fruehstueckstreffen-  
bgm.meister-concept.ch/login](https://fruehstueckstreffen-bgm.meister-concept.ch/login)

**Bei Fragen:**

fws@promotionsante.ch,  
+41 31 350 03 41

Die Anzahl Plätze ist beschränkt.

**Programm:**

08.45 Uhr Kaffee und Frühstück

09.00 Uhr **Begrüssung und Einführung**  
Marcel Burkhardt,  
Key Account Manager  
Sensibilisierung & Verbreitung BGM,  
Gesundheitsförderung Schweiz

09.10 Uhr **Messung von Ressourcen und Belas-  
tungen und Unterstützung einer  
BGM-Planung mit Friendly Work Space  
Job-Stress-Analysis**

Marcel Burkhardt,  
Key Account Manager  
Sensibilisierung & Verbreitung BGM,  
Gesundheitsförderung Schweiz

09.30 Uhr **BGM at Novartis:  
Novartis People commitment**  
Thomas Bösch,  
Head of People & Organization  
Novartis Pharma AG

**Energiemanagement im Zentrum  
holistischer Gesundheitsförderung**  
Dr. Nina Latham, MPH  
Global Head Health, Novartis Pharma AG

10.00 Uhr **Migraine@work: Unterschätztes  
Problem & Chance für BGM**  
Dr. Timo Rimner,  
Stv. Director Tele Clinic, Medgate  
Leonhard Schätz,  
Global Access Director,  
Novartis Pharma AG

10.30 Uhr Frage- und Diskussionsrunde  
mit Referentinnen und Referenten

10.45 Uhr Ende der Veranstaltung

In Zusammenarbeit mit:

