

**BGM-Checkliste**

# **BeMyPT- be fit, work smart!**

**Gesundheitsmanagement neu  
gedacht.**

**KONTAKTIEREN SIE UNS  
MAIL:  
KONTAKT@BEMYPT.DE  
TELEFON:  
06597 9021791**

BeMyPT, Parkstraße 2, 54589 Stadtkyll

# Betriebliches Gesundheitsmanagement CHECKLISTE

Diese Strukturen sollten Sie regelmäßig in Ihrem Betrieb überprüfen:

- BGM ist Bestandteil der Unternehmensleitlinie
- Konzept zur Umsetzung des BGM
- Handlungsrichtlinien zur Umsetzung des BGM
- Zuständigkeitsklärung zur Umsetzung des BGM
- Beauftragte/r zur Umsetzung des BGM
- Arbeitskreis zum Thema BGM
- Kennzahlen zum Thema BGM (mit Jahresbericht)

Diese Personen/Bereiche sind über das Thema BGM informiert:

- |   |   |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> Geschäftsführung         | <input type="checkbox"/> Betriebsarzt               |
| <input type="checkbox"/> Personalabteilung/<br>HR | <input type="checkbox"/> Vertrauensperson           |
| <input type="checkbox"/> Betriebsrat              | <input type="checkbox"/> Psychologische<br>Beratung |
| <input type="checkbox"/> BEM-Vertreter            | <input type="checkbox"/> Frauenbeauftragte/r        |

# Betriebliches Gesundheitsmanagement CHECKLISTE

Diese Medien sollten Sie regelmäßig in Ihrem Betrieb überprüfen und zur Vermittlung des BGM einsetzen:

- Schwarzes Brett
- Firmeninternes Internet/Intranet
- Geschäftsberichte
- Flyer, Broschüren oder Zeitungen
- Mitarbeiterversammlungen
- Informationsveranstaltungen
- Gesundheitstage

Diese Partner/ Unternehmen/ Beratungen nutzen Sie:

- Krankenkassen
- Berufsgenossenschaften
- Unternehmensberatung
- spezialisierte BGM-Anbieter
- Sportliche Einrichtungen (z.B.: Vereine, Fitness-Studios...)

# Betriebliches Gesundheitsmanagement CHECKLISTE

Diese Messverfahren werden im BGM eingesetzt:

- Gefährdungsanalysen "Psychische Belastung"
- Altersstrukturanalyse
- Mitarbeiterbefragung
- Feedback durch Bereichsleiter/Führungskräfte
- Arbeitsplatzbegehungen
- Befragung von Teilnehmern von Gesundheitstagen
- Benchmarking zu Fehlzeiten, Belastungen etc.
- externe Berichte von Mitarbeiterberatungen

Diese Motivationsmöglichkeiten nutzen Sie:

- Bonussysteme
- Punkte-Sammel-Aktion
- Gesundheitscheck-Up's
- Gewinnspiele
- Tombola

# Betriebliches Gesundheitsmanagement CHECKLISTE

Diese Kennzahlen zur Steuerung werden im BGM eingesetzt:

- Fehlzeiten/Krankenstandszahlen
- Anzahl der Unfälle
- Kennzahlen des Betriebsarztes (anonym)
- Mitarbeiterfluktuation
- Mitarbeiterzufriedenheit
- Präsentismus-Kennzahlen
- Gesundheitsindex
- Kennzahlen zur Beteiligung an BGM-Angeboten

Diese ergonomischen Maßnahmen nutzen Sie:

- höhenverstellbare Arbeitstische
- Arbeitsplatzanalysen
- Beratung zum Thema Sitzen, Heben, Tragen
- Arbeitshilfen
- Einstellung des Arbeitsplatzes (ergonomisch)

# Betriebliches Gesundheitsmanagement CHECKLISTE

Diese sportlichen Maßnahmen werden eingesetzt:

- Wettkämpfe/ Sportevents
- Fitness-Studios
- Firmen-Fitness-Programme (Rückenschule...)
- firmeninterne Laufgruppen
- Kooperation mit externen Anbietern
- Aktive Pausen am Arbeitsplatz
- Betriebssportgruppe
- Förderung von sportlichen Aktivitäten

Diese Maßnahmen für eine gesunde Ernährung nutzen Sie:

- Obstkorb
- Ernährungsanalysen
- Firmenkantine
- Kostenlose mineralische Getränke (Wasser...)
- Informationen/Beratungen zu einer gesunden Ernährung

# Betriebliches Gesundheitsmanagement CHECKLISTE

Diese Maßnahmen zur mentalen Gesundheit werden eingesetzt:

- Psychologische Beratung
- Kurse/ Seminare zum Thema Psyche und Stress
- Ruheräume
- Massagen
- Seelsorge-Hotline
- Sozialberatungsstelle
- Informationen zum Thema Mobbing/ Konfliktberatung

Diese Maßnahmen zur Vereinbarung von Beruf und Familie nutzen Sie:

- Kooperation mit Kindergärten
- Flexible Arbeitszeiten/ Gleitzeit
- Familienberatungsstellen
- Eltern-Kind-Zimmer

# Betriebliches Gesundheitsmanagement CHECKLISTE

Diese Punkte sollten je nach Angebot und Ausführung durch Sie regelmäßig kontrolliert werden:

- Ganzheitlichkeit des Angebots
- Vielfältigkeit des Angebots
- Benutzerfreundlichkeit des Angebots
- Zeitliche Unabhängigkeit des Angebots
- Örtliche Unabhängigkeit des Angebots
- Motivationswirkung des Angebots
- Professionalität des Angebots
- Unabhängigkeit des Angebots zur bestehenden Infrastruktur
- Unabhängigkeit des Angebots in Bezug auf die Teilnehmerzahlen

# Betriebliches Gesundheitsmanagement CHECKLISTE

Diese Punkte sollten  
je nach Angebot und  
Ausführung durch  
Sie regelmäßig  
kontrolliert werden:

■ Gleichberechtigung  
des Angebots

■ Berücksichtigung  
von Schichtarbeit  
im Angebot

Notizen:

---

---

---

---

---

---

---

---

# **Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit!**

**Bei Fragen stehen wir Ihnen  
gerne zur Verfügung.**

**KONTAKTIEREN SIE UNS  
MAIL:  
KONTAKT@BEMYPT.DE  
TELEFON:  
06597 9021791**