

Unsere Angebote zum Betrieblichen  
Gesundheitsmanagement.

# Eine gesunde Entscheidung: BGM gestalten und umsetzen!





## Erfolg muss vor allem eins sein: **gesund.**

Höher. Schneller. Weiter. Wir alle verlangen jeden Tag ganz schön viel von uns – in jeder Hinsicht und in jedem Lebensbereich. Da macht der Arbeitsalltag keine Ausnahme, oft ist eher genau das Gegenteil der Fall. Denn wer im täglichen Berufsleben das Unternehmen wie auch den persönlichen Erfolg vorantreiben möchte, nimmt häufig starke Belastungen in Kauf.

Hinzu kommt: Die Anforderungen und Ansprüche in der modernen Arbeitswelt steigen ständig – genau wie das Durchschnittsalter der Beschäftigten. Die Folge: 2050 wird laut Statistik etwa die Hälfte der Bevölkerung in Deutschland 50 Jahre und älter sein. Parallel zu dieser Entwicklung ist das Krankheitsspektrum durch eine deutliche Zunahme chronisch-degenerativer und psychischer Erkrankungen gekennzeichnet.

Nicht zuletzt ist der allgegenwärtige Fachkräftemangel ein Thema, das nicht mehr nur gewisse Branchen, sondern den gesamten Arbeitsmarkt zunehmend bestimmt. Die Dynamik dieser immer schneller und weiter voranschreitenden Arbeitswelt und die Anforderungen, die man an sich selbst stellt, beanspruchen die Gesundheit der Mitarbeitenden körperlich wie psychisch.

Vor diesem Hintergrund werden präventive und gesundheitsfördernde Maßnahmen seitens des Unternehmens zunehmend wichtiger, um an jedem Arbeitstag dazu beizutragen, dass die Beschäftigten gesund bleiben oder im Bestfall sogar gesünder und leistungsfähiger werden. Und hier kommt das Betriebliche Gesundheitsmanagement (BGM) ins Spiel.



## Zehn gute Gründe für BGM

1. Mehr Wohlbefinden und Zufriedenheit
2. Besseres Betriebsklima
3. Höhere Leistungsfähigkeit und Produktivität
4. Mehr Motivation und Engagement
5. Weniger gesundheitliche Belastungen und Beschwerden
6. Bessere Wettbewerbsfähigkeit
7. Geringere Fluktuation durch Bindung der Beschäftigten
8. Besseres Unternehmensimage
9. Leichtere Personalgewinnung durch Arbeitgebendenattraktivität
10. Geringere Fehlzeiten

## Typische Hürden für BGM

**kein Budget**   **fehlende Motivation**  
 keine externe Unterstützung   **fehlendes Wissen**  
 Vorrang des Tagesgeschäfts   **unklarer Bedarf**  
**keine Zeit**   unklarer Kosten-Nutzen-Faktor  
 keine interne Unterstützung



**Psychische Erkrankungen,  
Muskel-Skelett-Erkrankungen und  
Atemwegserkrankungen ...**

... sind die Top 3 unter den Krankheitsdiagnosen in Deutschland.



**1:4**

ist das durchschnittliche  
Kosten-Nutzen-Verhältnis  
von BGM.



**2/3**

der Arbeitnehmer\*innen  
arbeiten im Durchschnitt  
auch krank (Präsentismus).



**350,00 Euro**

kostet im Durchschnitt  
ein Krankheitstag im  
Unternehmen.

### Arbeitswelt im Wandel

- Arbeitsverdichtung (quantitativ)
- Anforderungsverdichtung (qualitativ)
- Zeit- und Termindruck
- Informationsmangel/-flut
- Umorganisation im Unternehmen
- Arbeitsplatzunsicherheit
- Steigendes Durchschnittsalter
- Fachkräftemangel und -sicherung
- Personalabbau





## Gut zu wissen.

### BGM und BGF sind nicht das Gleiche

**Betriebliche Gesundheitsförderung (BGF)** umfasst einzelne Maßnahmen im Unternehmen, die die Gesundheit und somit die Leistungsfähigkeit der Beschäftigten erhalten und fördern sollen. Das können Kurse, Workshops oder Infoveranstaltungen sein, die dazu beitragen, gesundheitsrelevante Ressourcen der Beschäftigten zu stärken. BGF-Maßnahmen sollten idealerweise in ein strukturiertes Gesundheitsmanagement eingebettet sein.

**Betriebliches Gesundheitsmanagement (BGM)** ist dagegen ein langfristiges und systematisches Vorgehen, das Teil der Gesamtstrategie des Unternehmens und in die Organisationsstruktur eingebunden ist. Dabei werden sowohl die Arbeitsumgebung und -organisation als auch das Gesundheitsverhalten der Beschäftigten ins Blickfeld gerückt. BGM vereint damit neben BGF auch andere Bereiche unter einem Dach, z. B. den Arbeits- und Gesundheitsschutz, die Betriebsmedizin, das Betriebliche Eingliederungsmanagement oder die Personal- und Organisationsentwicklung.

### Gesundheit am Arbeitsplatz ist gesetzlich verankert

Arbeitgeber\*innen müssen die Arbeitsabläufe und das Arbeitsumfeld so organisieren, dass sie dem Leistungsvermögen und den Bedürfnissen der Beschäftigten entsprechen. Konkrete Vorgaben hierzu sind im Arbeitsschutzgesetz festgehalten. Auch das Betriebliche Eingliederungsmanagement (BEM) für Beschäftigte, die länger als sechs Wochen arbeitsunfähig sind, ist gesetzlich geregelt (§ 167 Abs. 2 SGB IX).

Maßnahmen der Betrieblichen Gesundheitsförderung hingegen sind ein freiwilliges Engagement des Unternehmens. Aufgrund der vielfältigen Schnittstellen ist eine Verknüpfung der gesetzlichen Pflichten und des BGM sehr zu empfehlen.



### BGF wird steuerlich gefördert

Laut Einkommenssteuergesetz (§ 3 Nr. 34 EStG) kann ein Unternehmen pro Kalenderjahr und Mitarbeiter\*in bis zu 600,00 Euro lohnsteuerfrei in Maßnahmen der Betrieblichen Gesundheitsförderung investieren. Voraussetzung ist, dass diese Maßnahmen in Bezug auf Qualität und Zielsetzung die Anforderungen des Sozialgesetzbuches (§§ 20 und 20b SGB V) erfüllen. Eine Übersicht über alle möglichen Maßnahmen finden Sie im Leitfaden Prävention.



### Wir unterstützen Sie beim BGM

Als gesetzliche Krankenkasse sind wir dazu angehalten, Unternehmen zum Betrieblichen Gesundheitsmanagement zu beraten und bei der Umsetzung sowohl organisatorisch als auch finanziell zu unterstützen. Das tun wir seit vielen Jahren mit großem Engagement! Grundlage dafür ist § 20b SGB V und der Leitfaden Prävention des GKV-Spitzenverbandes.

### QR-Code scannen und mehr erfahren!



# Wenn der Name Programm ist: Unternehmen Gesundheit.

Wir haben alle unsere Aktivitäten im Rahmen des Betrieblichen Gesundheitsmanagements unter ein Motto gestellt: Unternehmen Gesundheit. Das Konzept, das dahintersteht, basiert auf den drei Bestandteilen „Verstehen“, „Beraten“ und „Begleiten“, die unser Denken und Handeln rund um das Thema BGM prägen – und das ganzheitlich und nachhaltig.

## VERSTEHEN

Wenn aus Zuhören Verstehen wird: Eine gesunde Zusammenarbeit basiert auf gegenseitigem Verständnis. Deshalb hören wir zu – um Ihre individuellen Bedürfnisse wirklich verstehen und Sie entsprechend unterstützen zu können.

## BERATEN

Wenn aus Herausforderungen Lösungen werden: Wir schauen uns die Gegebenheiten genau an, entwickeln gemeinsam ein Konzept, das auf Ihre Situation zugeschnitten ist, und finden so den richtigen Weg für Ihr BGM.

## BEGLEITEN

Wenn Gesundheit den richtigen Partner hat: Wir helfen Ihnen, BGM-Strukturen aufzubauen und nachhaltige Maßnahmen zur Gesundheitsförderung der Beschäftigten umzusetzen. Die Wirksamkeit der Maßnahmen überprüfen wir im fortlaufenden Prozess. Im Sinne der Nachhaltigkeit unterstützen wir Sie außerdem dabei, internes Wissen und Kompetenzen aufzubauen.

VERSTEHEN

UNTERNEHMEN  
GESUNDHEIT

BERATEN

BEGLEITEN

## Das zeichnet uns aus

Wir sind eng und langfristig an Ihrer Seite und bieten Ihnen eine umfassende und individuelle Beratung. Ihr\*e persönliche\*r BGM-Expert\*in begleitet Sie durch die einzelnen Schritte und unterstützt Sie im gesamten Prozess.

- Das Wichtigste für uns ist: Jedes Unternehmen ist anders. Mit uns bekommen Sie kein Angebot von der Stange, sondern maßgeschneiderte und innovative Lösungen, die zu Ihnen passen.
- Das große Ganze: Wir haben bei der Maßnahmenplanung sowohl die Rahmenbedingungen im Unternehmen und bei der Arbeit als auch das individuelle Gesundheitsverhalten der Beschäftigten im Blick.

- Jede Berufsgruppe und Branche hat ihre eigenen Herausforderungen und Bedürfnisse. Ob Auszubildende, Schichtdienst, Führungskräfte oder Außendienst, ob analog oder digital – wir haben für alle(s) die passende Lösung.
- Man kann nicht managen, was man nicht messen kann: Getreu diesem Motto legen wir großen Wert auf ein systematisches Vorgehen im BGM und auf die Nutzung von Kennzahlen.
- Der Aufbau von internen Kompetenzen ist uns wichtig. Daher bieten wir Ihnen verschiedene Aus- und Fortbildungen, damit Sie mit umfassendem fachlichen Know-how im BGM gut für die Zukunft aufgestellt sind.
- Im Rahmen unserer Fachtagungen und unserer Netzwerkveranstaltungen können Sie über den eigenen BGM-Tellerrand schauen und sich mit anderen Unternehmen zu aktuellen Themen und Entwicklungen austauschen.
- Mit uns bleibt Ihr BGM im Gespräch, denn wir unterstützen Sie umfangreich bei der Kommunikation Ihrer Angebote.
- Keine Lust auf Föhnchen? Selbstverständlich sind wir gern für die Beschäftigten im Unternehmen als Gesundheitspartner präsent, den aktiven Vertrieb stellen wir jedoch hinten an und arbeiten mit Ihnen lieber auf fachlicher Ebene zusammen.







## Das sind **wir**.

Wir fühlen uns in Hamburg und München zuhause, trauen uns aber auch über Elbe und Isar und betreuen seit vielen Jahren bundesweit und überregional eine Vielzahl von unterschiedlichen Unternehmen im BGM.

Mit viel Einsatz und Erfahrung verhelfen wir auch Ihnen zu Ihrem eigenen „Unternehmen Gesundheit“. Lassen Sie sich von den erfahrenen Expert\*innen unseres interdisziplinären BGM-Teams beraten!

**QR-Code scannen und Referenzen entdecken!**



Ganz gleich, ob internationaler Großkonzern oder mittelständischer Betrieb: Wir verfügen über einen geübten Blick für die Praxis und die Erfahrungen aus vielen Branchen. Auf unserer Webseite finden Sie eine kleine Auswahl unserer Referenzen und Statements aus betreuten Unternehmen.

Lernen Sie uns kennen – ein herzliches „Moin“ oder „Servus“ ist Ihnen dabei gewiss!

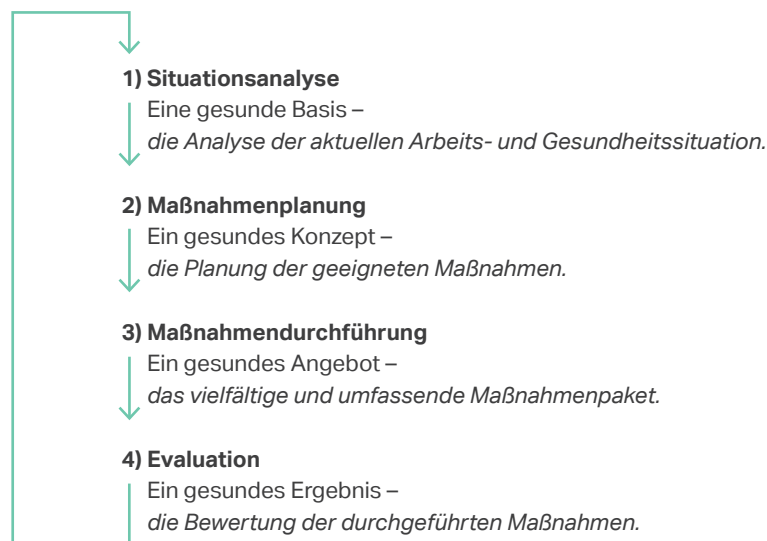


# Gesundheit fördern mit System.

Schritt für Schritt zu gesunden und motivierten Beschäftigten – und damit zu mehr Erfolg für Ihr Unternehmen!

Um das Betriebliche Gesundheitsmanagement effektiv und wirkungsvoll zu organisieren, braucht es in einer **Vorbereitungsphase** zuallererst das entsprechende Verständnis und die passenden Strukturen.

Ist die Basis geschaffen, hat sich eine Vorgehensweise mit vier wiederkehrenden Schritten aus unserer Erfahrung als effektiv und langfristig erfolgreich erwiesen:



Die systematische Vorgehensweise des Betrieblichen Gesundheitsmanagements

Selbstverständlich begleiten wir Sie gern bei jedem einzelnen Schritt. Ganz gleich, in welcher Phase Sie Ihr „Unternehmen Gesundheit“ starten oder welche Erfahrungen Sie bereits mit dem Betrieblichen Ge-

sundheitsmanagement gemacht haben: Gemeinsam mit Ihnen gehen wir das Vorhaben unter Berücksichtigung der ganz individuellen Bedürfnisse Ihres Unternehmens an.

## Vorbereitungsphase

# Gut beraten, perfekt vorbereitet, erfolgreich gestartet.

Bevor der eigentliche Prozess des BGM startet, muss vor allem eins vorhanden sein: die grundsätzliche Bereitschaft, ihn durchzuführen – bei der Belegschaft, den Entscheider\*innen des Unternehmens und den Führungskräften, die den Prozess in jeder einzelnen Phase unterstützen sollten.

Mit anderen Worten: Betriebliches Gesundheitsmanagement beginnt im Kopf. Deshalb sollten alle Beschäftigten frühzeitig eingebunden und über alle Schritte informiert werden. Zentrale Bestandteile im Vorfeld des BGM, bei denen wir Ihnen gern beratend und unterstützend zur Seite stehen, sind dabei:

- die Information und Beratung aller Unternehmensbereiche (ggf. in einem Kickoff-Workshop)
- die Sensibilisierung und Motivierung aller Verantwortlichen im Unternehmen, insbesondere der Geschäftsleitung
- die Entscheidung zum Einstieg in den BGM-Prozess
- die Entwicklung eines gemeinsamen BGM-Verständnisses
- die Definition von Zielen und einer gemeinsamen Strategie
- ggf. die Erstellung einer Betriebs-/ Rahmenvereinbarung zum BGM

Bevor es losgeht, heißt es außerdem: Verantwortlichkeiten festlegen. Es muss klar definiert sein, wer den Prozess des

BGM initiiert, organisiert und koordiniert. Deshalb empfiehlt es sich, neben einem/ einer hauptverantwortlichen BGM-Ansprechpartner\*in einen Arbeitskreis Gesundheit als zentrales Steuergremium einzurichten, an dem idealerweise alle wichtigen Unternehmensbereiche aktiv beteiligt sind. Dazu zählen z. B. Vertreter\*innen der Unternehmensleitung und Personalabteilung, die Mitarbeitendenvertretung, die betriebsärztliche Betreuung oder die Fachkraft für Arbeitssicherheit.

Auch innerhalb des Arbeitskreises Gesundheit gilt es, Verantwortlichkeiten und Vorgehensweisen zu bestimmen, damit das BGM nachhaltig erfolgreich sein kann. Darüber hinaus sind innerbetriebliche Ressourcen wie das Personal inklusive seiner Zeitkapazitäten, Kompetenzen und entsprechenden Entscheidungsspielräume sowie das finanzielle Budget nicht zu vernachlässigen.



## 1) Situationsanalyse

# Eine gesunde Basis: die Analyse der aktuellen Arbeits- und Gesundheitssituation.

Was beeinflusst die Gesundheit der Beschäftigten? Wie ist das aktuelle körperliche und psychische Wohlbefinden? Wo laufen Prozesse ganz offensichtlich nicht rund? Das sind nur drei von vielen Fragen, die im Rahmen einer Analyse zur aktuellen Situation im Unternehmen beantwortet werden.

Als Ihr Gesundheitspartner beraten wir Sie im Detail zu den für Ihr Unternehmen infrage kommenden Methoden und führen diese gemeinsam mit Ihnen durch, wie z. B.:

- anonymisierter Gesundheitsbericht\*
- Mitarbeitendenbefragungen
- Betriebsbegehungen bzw. Arbeitsplatzanalysen

- Gesundheitszirkel\*\*
- Gefährdungsbeurteilung psychischer Belastungen
- Altersstrukturanalysen („Demographie-Check“)
- Vorschlagswesen/Verbesserungsmanagement

Außerdem können Daten aus bereits vorhandenen Reportings für die Analyse herangezogen werden, z. B. Berichte aus dem BEM, der Arbeitsmedizin, der Arbeitssicherheit oder der Sozialberatung, Daten zur Fluktuation und Produktivität sowie Arbeitsunfähigkeitsdaten der Personalabteilung.

\*Gesundheitsberichte zeigen die z. B. nach Fällen, Tagen, Dauer, Alter, Geschlecht und Krankheitsdiagnosen aufgeschlüsselten Arbeitsunfähigkeitsdaten. Aus datenschutzrechtlichen Gründen erstellen wir Gesundheitsberichte erst ab einer Anzahl von mindestens 50 Versicherten. Bei einer geringeren Anzahl kann auf einen verkürzten Bericht oder branchenspezifische Daten zurückgegriffen werden.

\*\*Gesundheitszirkel sind betriebliche Arbeitsgruppen, in denen ausgewählte Beschäftigte gemeinsam Gesundheitsrisiken bei der Arbeit aufdecken, die Ursachen hinterfragen und Veränderungsvorschläge zum Abbau von Arbeitsbelastungen erarbeiten.

## 2) Maßnahmenplanung

# Ein gesundes Konzept: die Planung der geeigneten Maßnahmen.

Im Rahmen der Situationsanalyse in der ersten Phase werden spezifische gesundheitliche Bedarfs- und Handlungsoptionen in Ihrem Unternehmen ermittelt. Im zweiten Schritt geht es nun darum, geeignete Maßnahmen abzuleiten, mit denen die aktuelle Situation sinnvoll bewahrt oder gezielt verbessert werden kann.

Bei der Planung der Maßnahmen gilt es, die Dringlichkeit und die verfügbaren Ressourcen zu berücksichtigen. Natürlich haben in erster Linie die Bereiche Vorrang, in denen ein akuter oder hoher Handlungsbedarf festgestellt wurde. Ganz wichtig ist dabei das frühzeitige Einbeziehen der Beschäftigten in die Planungen und Entscheidungen. Denn sie kennen ihre Arbeitssituation am besten und wissen genau, was sie belastet und voranbringt.

Selbstverständlich stehen wir Ihnen in allen Bereichen der Maßnahmenplanung mit fachkundiger Hilfe zur Seite:

- Wir geben Ihnen Empfehlungen, welche Maßnahmen im Bereich der Verhältnisse und des Verhaltens zu welchem Zeitpunkt sinnvoll sind.
- Wir helfen Ihnen bei der Definition von Zielen für die einzelnen Interventionen.
- Wir holen alle Interessengruppen ins Boot.
- Wir planen mit Ihnen die konkrete Durchführung.





### 3) Maßnahmendurchführung

## Ein gesundes Angebot: das vielfältige und umfassende Maßnahmenpaket.

Die Situation ist analysiert, die geeigneten Maßnahmen sind geplant: Jetzt kann es mit der Umsetzung von Angeboten im Rahmen des BGM losgehen. Die Möglichkeiten sind dabei vielfältig und reichen von Gesundheitstagen über Vorträge, Workshops und Seminare bis hin zur Gestaltung von Arbeitsplätzen oder umfassenden Konzepten und Kampagnen. Im Vordergrund sollten zunächst Aktivitäten stehen, die für die Beschäftigten einfach und leicht umzusetzen sind – das steigert die Akzeptanz und macht Lust auf mehr.

Übrigens: Ein Angebot ist immer nur so gut wie seine Kommunikation! Achten Sie bei der Bewerbung Ihrer Maßnahmen vor allem auf Regelmäßigkeit, Verständlichkeit und eine zielgruppenspezifische Aufbereitung.

Gern unterstützen wir Sie bei der Durchführung, z. B.:

- durch die Organisation von Maßnahmen und das Projektmanagement
- durch die Vermittlung von qualifizierten und zertifizierten Trainer\*innen und Expert\*innen
- durch die finanzielle Bezuschussung einzelner Maßnahmen
- mit vielfältigen Kommunikationsmaterialien



Beispiele für Angebote finden Sie auf Seite 18 und 19!

### 4) Evaluation

## Ein gesundes Ergebnis: die Bewertung der durchgeführten Maßnahmen.

Die Angebote sind geplant und durchgeführt – das heißt aber nicht, dass das BGM jetzt abgeschlossen ist. Im Gegenteil. Denn mit der Bewertung der durchgeführten Maßnahmen beginnt der Prozess von vorne.

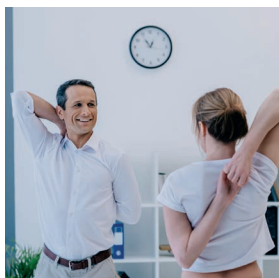
So wird im Rahmen einer detaillierten Ergebnisevaluation die „neue“ Gesundheitssituation definiert und festgestellt, wie die Akzeptanz bzw. Teilnahmequote bei den Beschäftigten war, ob die definierten Ziele erreicht wurden und welche Verbesserungspotenziale es gibt. Dies geschieht z. B. in direkten Gesprächen und Interviews oder anhand standardisierter Feedback-Fragebögen.

Je nach Ergebnis werden die Maßnahmen verstärkt, beibehalten, verändert, reduziert oder nicht weitergeführt. Wir unterstützen Sie gern in den folgenden Bereichen:

- Überprüfung der durchgeführten Angebote
- Überprüfung der allgemeinen Ziele
- Anfertigung eines (jährlichen) BGM-Berichtes zu den durchgeführten Maßnahmen und deren Effektivität
- systematische Erfassung und Auswertung von gesundheitsrelevanten Kennzahlen in einem Kennzahlen-Cockpit
- Check zur Analyse Ihres BGM

# Ein gesundes Angebot, viele Möglichkeiten.

Wir bieten Ihnen immer wieder neue und innovative Maßnahmen und gehen dabei auf die besonderen Anforderungen bestimmter Zielgruppen und Tätigkeiten ein. So entwickeln wir z. B. individuelle Konzepte für Beschäftigte im Schicht- und Außendienst sowie im Home-Office oder für Auszubildende. Die hier aufgeführte Übersicht über mögliche Angebote ist **exemplarisch** zu verstehen. Diese können natürlich immer an die Gegebenheiten angepasst und sowohl analog als auch digital umgesetzt werden.



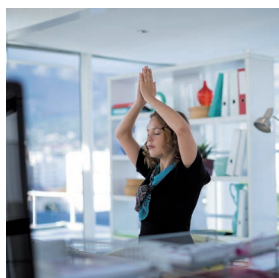
## Bewegung & Ergonomie

- Bewertung und Gestaltung ergonomischer Arbeitsplätze
- Kurze Bewegungseinheiten wie z. B. bewegte Pausen
- Kurse wie z. B. Rücken-Fit, Functional Fitness, Faszientraining oder Lauftreffs
- Bewegungs-Check-ups wie z. B. Haltungsanalysen
- Schritte- oder Fitness-Challenges



## Ernährung

- Kurse zu gesunder Ernährung und Gewichtsreduktion
- Vorträge und interaktive (Koch-)Workshops
- Ernährungs-Check-ups wie z. B. Stoffwechselanalysen
- Kantinenberatung
- Aktionswochen und Infostände
- Rezept-Wettbewerbe, Zucker- oder Trink-dich-fit-Challenge



## Stress & Entspannung

- Kurse wie z. B. Yoga, Tai-Chi, Autogenes Training
- Vorträge und Workshops zu den Themen Stress, Entspannung, Schlaf, Achtsamkeit und Resilienz
- Seminare zur Verbesserung des Zeitmanagements, der Kommunikationsfähigkeit und des Konfliktmanagements
- Entspannungs-Challenge



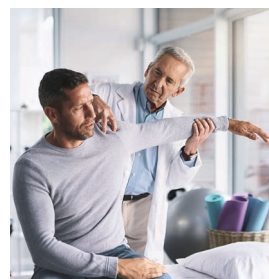
## Sucht

- Infoveranstaltungen
- Nichtraucher\*innenkurse
- Führungskräfte-seminare  
„Umgang mit suchtkranken Mitarbeitenden“



## Gesund führen

- Vorträge zum Zusammenhang von Führung und Gesundheit
- Seminare und Workshops zur gesundheitsorientierten Mitarbeitendenführung
- Führungskräftecoachings
- Check-ups für Führungskräfte



## Gesundheitstage & -wochen

- Kombination mehrerer Gesundheitsaktionen in einem bestimmten Zeitraum, ggf. unter einem Motto
- Einbindung von Gesundheits-Check-ups zur Sensibilisierung



## Aus- & Fortbildung

- Ausbildung zur Fachkraft für Betriebliches Gesundheitsmanagement
- Ausbildung zum/zur Gesundheitslotsen/-lotsin
- Fortbildung zum/zur Betrieblichen Bewegungs-, Ergonomie- oder Resilienz-Coach
- Ausbildung zum/zur Betrieblichen Suchtberater\*in





Machen Sie  
jetzt den Test!

# BGM-Schnell-Check

## Wie gesund ist Ihr Unternehmen?

1. Ist das Thema Gesundheit in Ihrem Unternehmen verbindlich und schriftlich verankert (z. B. Betriebsvereinbarung, Leitsätze, Unternehmensvision, Personalstrategie)?  
 JA  NEIN
2. Gibt es in Ihrem Unternehmen eine\*n BGM-Hauptverantwortliche\*n, die oder der entsprechend qualifiziert ist?  
 JA  NEIN
3. Gibt es in Ihrem Unternehmen eine Projekt- oder Arbeitsgruppe, die das Thema Gesundheit betreut und vorantreibt?  
 JA  NEIN
4. Hat sich Ihr Unternehmen messbare BGM-Ziele gesetzt?  
 JA  NEIN
5. Nutzt Ihr Unternehmen Analysen und Kennzahlen, um sich ein Bild von der Gesundheit der Belegschaft zu machen (z. B. Fehlzeiten, Befragungen)?  
 JA  NEIN
6. Stellt Ihr Unternehmen finanzielle Ressourcen für Maßnahmen der Gesundheitsförderung zur Verfügung?  
 JA  NEIN
7. Werden in Ihrem Unternehmen bereits Maßnahmen zur Gesundheitsförderung durchgeführt (z. B. Vorträge, Workshops, Kursangebote)?  
 JA  NEIN
8. Beziehen sich die Maßnahmen zur Gesundheitsförderung sowohl auf die Arbeit und ihre Rahmenbedingungen als auch auf das Gesundheitsverhalten der Beschäftigten?  
 JA  NEIN
9. Haben die Beschäftigten die Möglichkeit, sich an gesundheitsrelevanten Fragestellungen und der Gestaltung von Arbeitsabläufen direkt zu beteiligen?  
 JA  NEIN
10. Sind die Führungskräfte in Ihrem Unternehmen bzgl. ihres Einflusses auf die Gesundheit der Beschäftigten geschult?  
 JA  NEIN



## Testergebnis

### **0- bis 3-mal mit Ja geantwortet:**

Aller Anfang ist schwer. Ist aber einmal der erste Schritt gemacht, folgen andere von ganz alleine. Wir begleiten Sie dabei.

### **4- bis 7-mal mit Ja geantwortet:**

Sie sind auf dem richtigen Weg und haben bereits eine solide Basis für Ihr BGM aufgebaut. Gemeinsam können wir die Maßnahmen, Strategien und Prozesse weiter ausbauen.

### **8- bis 10-mal mit Ja geantwortet:**

Glückwunsch, Ihr Gesundheitsmanagement ist schon richtig gut. Falls Sie auf der Liste noch den einen oder anderen Punkt gefunden haben, bei dem Sie noch besser werden wollen, kontaktieren Sie uns gern.



## Betriebliche Gesundheit? Wir arbeiten daran.

Sie wollen mit uns gemeinsam die Gesundheit in Ihrem Unternehmen fördern? Wir freuen uns darauf, Ihnen beratend zur Seite zu stehen und Sie bei Ihrem Betrieblichen Gesundheitsmanagement zu unterstützen.

Besuchen Sie unsere Website:  
[mobil-krankenkasse.de/bgm](https://mobil-krankenkasse.de/bgm)

Rufen Sie uns an:  
**040 3002-837**

Oder schreiben Sie uns:  
[bgm@mobil-krankenkasse.de](mailto:bgm@mobil-krankenkasse.de)

## Für Fragen rund um unsere Leistungen stehen wir unseren Versicherten auch persönlich zur Verfügung.

Besuchen Sie einen unserer Service-Points in Celle, Hamburg, München oder Neu-Isenburg. Einen Termin vereinbaren Sie bitte telefonisch unter **0800 255 0800** oder online unter **[mobil-krankenkasse.de/termin](https://mobil-krankenkasse.de/termin)**

### Service-Points

- **Celle**, Burggrafstraße 1, 29221 Celle
- **Hamburg**, Hühnerposten 2, 20097 Hamburg
- **München**, Friedenheimer Brücke 29, 80639 München
- **Neu-Isenburg**, Martin-Behaim-Straße 8, 63263 Neu-Isenburg



Oder rufen Sie uns unter der kostenlosen Service-Hotline an:

**0800 255 0800**



**[mobil-krankenkasse.de](https://mobil-krankenkasse.de)**