





GUTE PRAXIS BGM IN KMU

SICHER ARBEITEN – GESUND LEBEN



SIMON KRAFT

Spartenleitung Technik
Sicherheitsingenieur
B·A·D Gesundheitszentrum
Mannheim



DR. MARCO BURNUS

Spartenleitung Gesundheitsmanagement
Gesundheitswissenschaftler
B·A·D Gesundheitszentrum
Ludwigshafen

AGENDA

- B·A·D in Rhein-Neckar stellt sich vor
- Herausforderungen in KMU im Kontext BGM
- Bsp: Lösungsansätze und Erfahrungswerte BGM

B·A·D – AUCH IN IHRER NÄHE

- Mit über 3.600 Expert:innen sind wir **der größte überbetriebliche Dienstleister** im Bereich Arbeitssicherheit, Arbeitsmedizin und betriebliche Gesundheitsvorsorge in Deutschland.
- Mit unseren 150 Standorten sind wir dort, wo Sie sind. Die Betreuung Ihres Unternehmens erfolgt durch die jeweiligen B·A·D-Expert:innen vor Ort.
- B·A·D Rhein-Neckar betreut mit 100 Expert:innen an vier Standorten mehr als 1.000 Kunden in der Region.





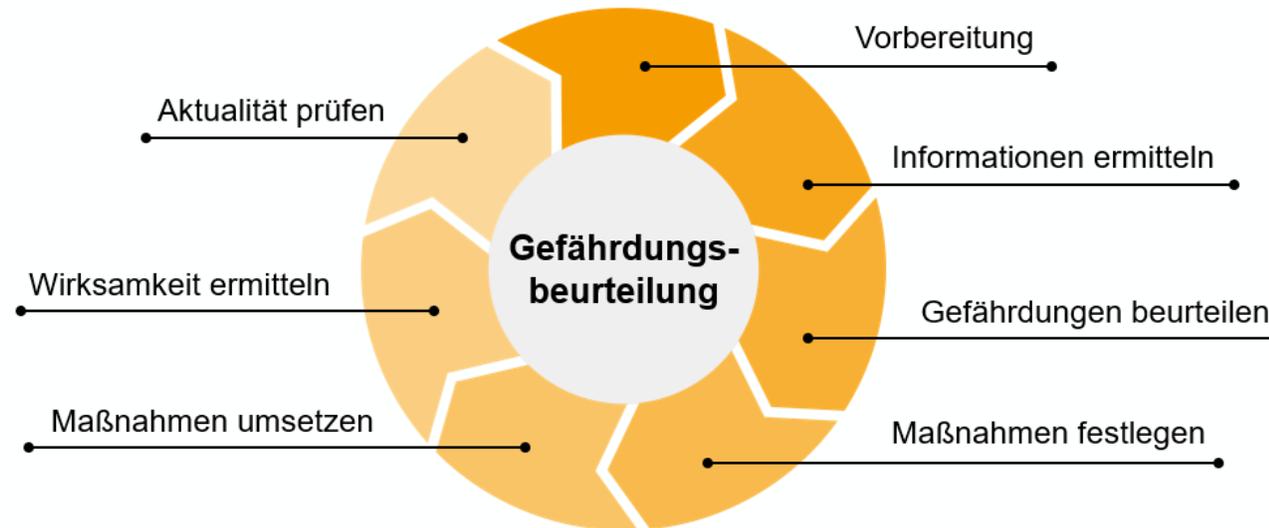
HERAUSFORDERUNGEN KMU IM KONTEXT BGM

- KMUs stellen ein buntes Sammelsurium dar (Branchen, Größe, Arbeitsbedingungen, Qualifikationsprofile etc.)
- Stark differierende phys. und psych. Belastungen
- Hoher Transformationsdruck
- Fachkräftegewinnung und -bindung
- Mitarbeiterbeteiligung und Unternehmenskultur häufig noch am Anfang
- Ressourcen im Arbeits- und Gesundheitsschutz (AGS) fokussieren sich i.d.R. auf Erfüllung gesetzlicher Vorgaben

GEFÄHRDUNGSBEURTEILUNG – GESETZLICHER ARBEITSSCHUTZ

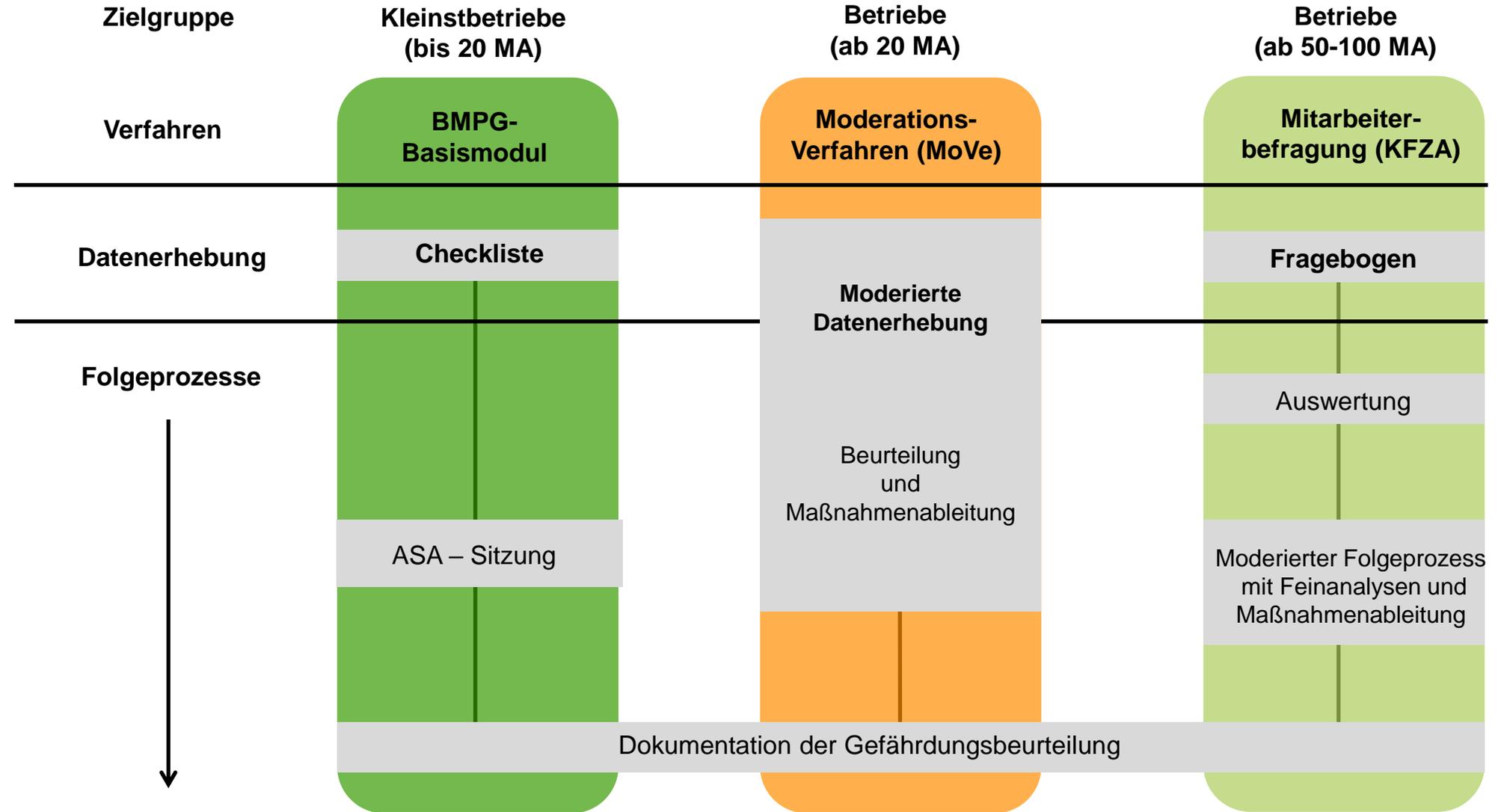
Die Arbeit ist so zu gestalten, dass eine Gefährdung für das Leben sowie die physische und die **psychische Gesundheit** möglichst vermieden und die verbleibende Gefährdung möglichst gering gehalten wird. (§ 4 Nr. 1 ArbSchG)

Die GB* psychischer Belastungen ist mehr als ein Instrument – sie ist ein Prozess.



* GB = Gefährdungsbeurteilung

BGM-EINSTIEG PER GB PSYCH – VERFAHREN VS. BETRIEBSGRÖÖE



**GB und Prävention
an Bildschirmarbeitsplätzen
Lösungsansatz im mobilen Arbeiten
KICO – Risk Assessment**



MOBILE GB LÖSUNG KICO – RISK ASSESSMENT

- Sensorbasierte Bewegungserkennung: Körper- und Gelenkverfolgung (Hände, Schultern etc.)
- Analyse der menschlichen Ergonomie (Ergonomie, Sitzen vs. Stehen, Pausenmuster)
- Erkennung und Analyse von Schreibtisch-/Stuhlkonfigurationen
- Analyse der Monitoraufstellung (basierend auf einer spezialisierten Kopf- und Nackenanalyse)
- Orientierende Messung der Lärm (dB), Licht (Lux) und Luftverhältnissen
- **Messung und Dokumentation im Rahmen der GB-Bildschirmarbeitsplätze**



 **Deep Care**

 **BAD**
GESUNDHEITSVORSORGE UND
SICHERHEITSTECHNIK GMBH

WAS IST DAS BESONDERE AN KICO – RISK ASSESSMENT?







DIGITALER GESUNDHEITSTAG FÜR KMU

INDIVIDUELL – INTERAKTIV – INSPIRIEREND

Live-Veranstaltungen:

Effektiv und unabhängig von Ihrem Aufenthaltsort erwarten Sie spannende Live-Events. In unseren Webinaren und Workshops profitieren Sie von wertvollen Impulsen für Ihre Praxis. Speichern Sie sich gerne schon jetzt die Live-Termine in Ihrem Kalender.

Montag, 05.02.2024

10:00 Uhr Achtsamkeit

13:00 Uhr Bürostuhl Boxenstopp

Dienstag, 06.02.2023

10:00 Uhr Resilienz

13:00 Uhr Entspannungstechniken in der Praxis

Mittwoch 07.02.2024

10:00 Uhr Rückengesundheit am Büroarbeitsplatz

13:00 Uhr Gesunde Ernährung

Donnerstag 08.02.2023

10:00 Uhr Blitzentspannung



Kontakt:

Ute Münz

B-A-D-Cluster Köln/Bonn

E-Mail: ute.muenz@bad-gmbh.de · Tel.: 0160 478 1483

Es entstehen Ihnen keine zusätzlichen Kosten, dies erfolgt im Rahmen Ihres Betreuungsauftrages.

SICHER ARBEITEN. GESUND LEBEN.

MEDIZIN

- Arbeitsmedizin
- Reisemedizin
- Verkehrsmedizin
- Gutachten

TECHNIK

- Arbeitssicherheit
- Gefährdungsbeurteilung
- Brandschutz
- Explosionsschutz
- Management gefährlicher Stoffe
- Prüfungen
- Schall- und Vibrationsbewertung
- SiGeKo
- PreSys 2.0

GESUNDHEITSMANAGEMENT

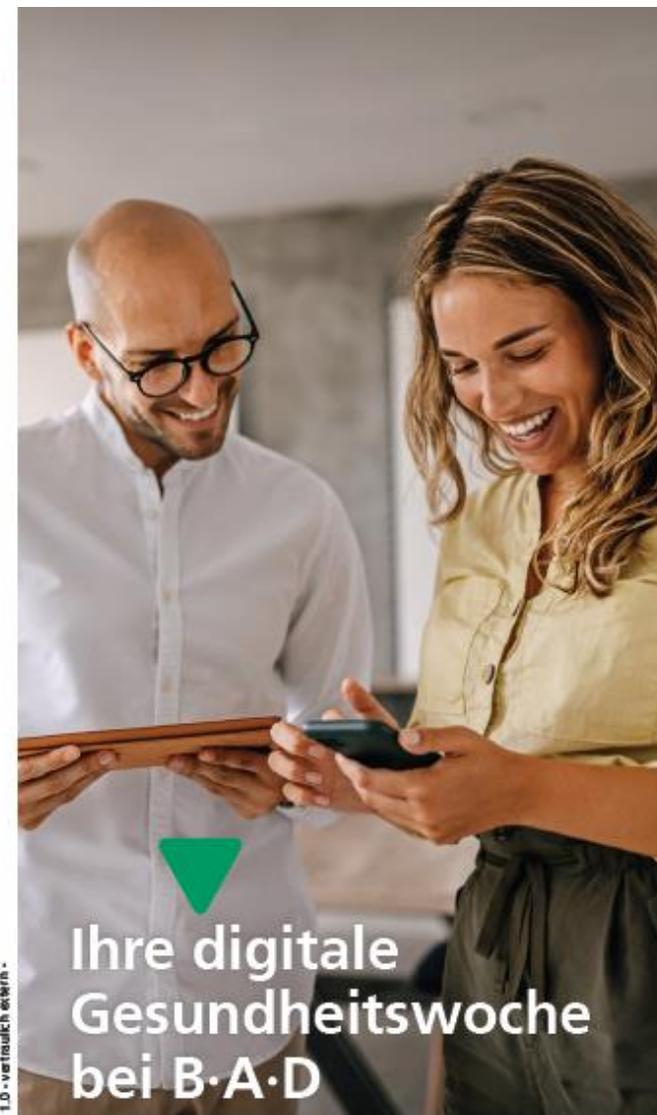
- Employee Assistance Program (EAP)
- Kompetenzentwicklung
- Betriebliches Eingliederungsmanagement (BEM)
- Gefährdungsbeurteilung psychischer Belastung
- Organisationsberatung – gesundes Unternehmen
- Gesundheitsförderung
- Digitale Gesundheitsangebote

Folgen Sie uns:



B-A-D Gesundheitsvorsorge und Sicherheitstechnik GmbH
Zentrale · Herbert-Rabius-Str. 1 · 53225 Bonn
bad-gmbh.de · E-Mail: info@bad-gmbh.de · 0800 124 11 88

© B-A-D GmbH, 11/2023, Vers. 1.0 - vertraulich extern -



Ihre digitale
Gesundheitswoche
bei B·A·D

05.02.2024 bis 09.02.2024

B-A-D – SICHER ARBEITEN. GESUND LEBEN.



Willkommen zu Ihrer digitalen Gesundheitswoche!

In Ihrer digitalen Gesundheitswoche erhalten Sie wichtige Impulse zur Gesundheitsförderung. Wir möchten Sie gerne darin unterstützen, Ihr Umfeld und Ihre Gewohnheiten angenehmer, gesünder und nachhaltiger zu gestalten.

Wann:

Im Zeitraum vom 05.02.2024 bis 09.02.2024 können Sie die Onlineplattform der digitalen Gesundheitswoche jederzeit besuchen. In dieser Woche können Sie sich über unsere 3D-Parcours und weitere digitale Gesundheitsinhalte informieren.

Tipp: Tragen Sie sich außerdem schon jetzt unsere Live-Events im Kalender ein!

Wo:

Im Homeoffice, im Büro oder unterwegs: Sie können von überall aus mit einem Smartphone oder Tablet an der digitalen Gesundheitswoche teilnehmen.

Wie:

Alle Infos auf <https://gesund.to/gesundheitsstag>

Benutzername: regionalegesundheitsaktion

Passwort: Gesundheitstag



Was:

Ausgewiesenen Expert:innen von B·A·D haben die Angebote Ihrer Gesundheitswoche konzipiert. Alle Inhalte basieren auf dem neuesten wissenschaftlichen Kenntnisstand.:

- Live-Veranstaltungen wie Webinar-Vorträge und Workshops
- Ein virtueller 3D-Parcours mit Vorträgen, Quizzes und interaktiven Spielen
- Übungseinheiten für den Bewegungsapparat, die Sie jederzeit und überall in Ihren Tag integrieren können
- Audioprogramme – Anleitungen von Entspannungsübungen
- Kurze Wissensimpulse in Form von Webcasts

3D-Parcours zum Thema Stress:

Tauchen Sie ein in eine virtuelle Welt. Es wartet auf Sie eine realitätsgetreue virtuelle Umgebung und viele interaktive Mitmach-Elemente. In unserem virtuellen Parcours zum Thema Stress erhalten Sie viele nützliche Informationen zum besseren Umgang mit Stress und zahlreiche Tipps zur digitalen Balance.

Übungstutorials:

Durch unsere Mitmachprogramme erhalten Sie themenbezogene Übungen, welche Sie leicht in Ihren Arbeitsalltag integrieren können. Wir versprechen einen minimalen Aufwand mit maximalem Effekt. Unsere Themen, u. a.:

- Bewegtes Büro
- AugenBlick mal
- Blitzentspannung
- Rumpf ist Trumpf - Stabilisation & Kräftigung der Rumpfmuskulatur

Audioprogramme:

Einfach zuhören und entspannen. Unsere Audioprogramme nehmen die Teilnehmenden auf eine Reise mit, auf der Sie loslassen können und zur Ruhe kommen.

- Progressive Muskelrelaxation im Sitzen
- Traumreise Waldspaziergang
- Atemübung - Atmen lassen
- Bodyscan mit Atmung

Webcasts:

Wissensvermittlung und Inspiration: Hier finden Sie Impulsvorträge von unseren Expert:innen zu aktuellen Gesundheitsthemen.

Ziel unserer Webcasts ist es, den Zuschauer:innen in kürzester Zeit, pragmatische und anwendbare Hilfestellungen und Methoden für den beruflichen und privaten Alltag zu vermitteln. Unsere Themen:

- Resilienz
- Schlaf
- Achtsamkeit
- Visualtraining
- Ernährung
- Rückengesundheit

3D-Parcours	Übungstutorial	Webcast	Audioprogramme
			
3D-Parcours zum Thema „Stress“	Bewegtes Büro AugenBlick mal Blitzentspannung Rumpf ist Trumpf - Stabilisation & Kräftigung der Rumpfmuskulatur	Resilienz Schlaf Achtsamkeit Visualtraining Ernährung Rückengesundheit	Progressive Muskelrelaxation Traumreise Waldspaziergang Atemübung Atmen lassen Bodyscan mit Atmung