

**PROJEKTPARTNER /
KONTAKTE FÜR UNTERNEHMEN:**



Nord-Vaudois (Waadt)

Bérénice Mathez Amiguet, Ligues de la santé
Avenue de Provence 12, 1007 Lausanne
Tel. 021 623 37 86, info@vitalab-vaud.ch
www.liguesdelasante.ch



Valais Romand (Wallis)

Catherine Moulin Roh, Delphine Brülhart,
Gesundheitsförderung Wallis, Rue des Condémines 14,
Postfach, 1951 Sion, Tel. 027 329 04 25,
catherine.moulinroh@psvalais.ch,
delphine.brulhart@psvalais.ch, www.promotionsantevs.ch



Biel-Seeland-Jura

Beat Rüfli, Projekt santé&entreprise, bizfit
Alte Landstrasse 56, 2542 Pieterlen
Tel. 032 377 36 25, Mobile 079 508 35 58
mail@santeprise.ch, www.santeprise.ch

Informationen allgemein zum Projekt:

Lukas Weber, Tel. 031 350 04 04
lukas.weber@promotionsante.ch
www.gesundheitsfoerderung.ch/vitalab

Dufourstrasse 30, Postfach 311, CH-3000 Bern 6
Tel. +41 31 350 04 04, Fax +41 31 368 17 00
office.bern@promotionsante.ch

Avenue de la Gare 52, CH-1003 Lausanne
Tél. +41 21 345 15 15, Fax +41 21 345 15 45
office.lausanne@promotionsante.ch



**VitaLab –
Gesundheitsförderung
in Kleinunternehmen**

DAS PROJEKT VITALAB

PROJEKTZIELE

Fast 98 Prozent aller Betriebe in der Schweiz sind Klein- und Kleinstunternehmen (bis 50 Mitarbeitende), in denen 1,63 Mio. Beschäftigte arbeiten. Betriebliches Gesundheitsmanagement ist hier noch wenig verbreitet, obwohl Schweizer Unternehmen dieses als wichtig erachten und sich Massnahmen wünschen. Deshalb lancierte Gesundheitsförderung Schweiz das Projekt VitaLab mit dem Ziel, praxisorientierte Instrumente für Klein- und Kleinstunternehmen zu entwickeln sowie die Verbreitung von nachhaltigen Massnahmen der Gesundheitsförderung voranzutreiben.

Mit dem Projekt VitaLab wollen wir Kleinunternehmen den Zugang zu Instrumenten und Dienstleistungen zur Verbesserung von Gesundheit und Leistungsfähigkeit der Mitarbeitenden ermöglichen.

DER NUTZEN DES BETRIEBLICHEN GESUNDHEITSMANAGEMENTS

Betriebliches Gesundheitsmanagement heisst: Arbeitsplätze so gestalten, dass Mitarbeitende gesund bleiben und höchst produktiv arbeiten. Investitionen in die Gesundheit zahlen sich auch betriebswirtschaftlich aus.

Betriebliches Gesundheitsmanagement ist Chefsache! Betriebliches Gesundheitsmanagement ist eine freiwillige Investition in die Zukunft, die sich auszahlt:

- die Motivation und Produktivität der Mitarbeitenden steigen
- die Kosten durch Absenzen und Krankheit sinken
- der respektvolle Umgang und somit das gegenseitige Vertrauen und die Eigenverantwortung werden gestärkt
- die Identifikation mit dem Unternehmen wächst (tiefere Fluktuation)
- das Arbeitsklima und der Teamgeist werden verbessert
- die Firma wird als innovativ und verantwortungsbewusst wahrgenommen (Imagegewinn)

MASSNAHMEN

Die VitaLab-Instrumente sind auf die spezifischen Bedürfnisse von Klein- und Kleinstbetrieben zugeschnitten. Sie berücksichtigen, die kleineren finanziellen Möglichkeiten und die geringere Anzahl Mitarbeitende sowie die spezifische Arbeitsorganisation, die sich von denen in mittleren und grossen Betrieben unterscheiden.

Wirkungsvolle Massnahmen sind auch in Kleinunternehmen möglich. Die Verbesserung der Gesundheit und Leistungsfähigkeit in Kleinunternehmen kann schnell gehen und wenig kosten. Es muss nicht immer ein Riesenprogramm sein. Die VitaLab-Angebote (Information, Vernetzung, Beratung, Umsetzung) sind auf Kleinunternehmen zugeschnitten und umfassen folgende Dienstleistungen:

- Analyse der Ist-Situation im Unternehmen in Bezug auf die Gesundheit
- Workshop Stressmanagement
- Workshop Gesunde Führung
- Workshop Motivation der Mitarbeitenden
- Workshop Ausgleich von Arbeit und Familie

Weitere Dienstleistungen werden von Partnern angeboten: Gesundheits-Checks, Ergonomie, Ernährung, Tabak- und Suchtprävention, Hilfe bei Schlafstörungen, usw.

PROJEKTVERLAUF

2010 – 2012: Die Pilotphase wurde im Luzerner Seetal umgesetzt. Die Erfahrungen haben wir festgehalten (*VitaLab – Gesundheitsförderung in Kleinunternehmen*, Arbeitspapier 7, Gesundheitsförderung Schweiz, 2013). Diese fliessen ein in die Umsetzungen in den neuen Partner-Kantonen.

2013 – 2016: Das Projekt wird auf die Westschweiz ausgeweitet. In den Regionen Nord-Vaudois (Kanton Waadt), Valais Romand (Wallis) und Biel-Seeland-Jura (Bern) werden im Rahmen von Pilotprojekten spezifische Angebote für Kleinunternehmen zur Verfügung gestellt. In diesen Regionen werden Veranstaltungen organisiert, Dienstleistungen angeboten, Vernetzung gewährleistet und Massnahmen in Kleinunternehmen umgesetzt.

Ab 2017: Im Anschluss werden die Instrumente und Methoden schweizweit zur Verfügung gestellt.

Mehr Informationen:

www.gesundheitsfoerderung.ch/vitalab