



**befit** Bosch Gesundheitsmanagement

## Basiswissen für Führungskräfte

„BOSCH setzt auf das Know-how seiner erfahrenen Mitarbeiter. Deshalb ist es uns wichtig, etwas für den Erhalt Ihrer Leistungsfähigkeit zu tun“ \*

- Wir werden in Zukunft alle länger arbeiten – gleichzeitig ändern sich die Anforderungen am Arbeitsplatz.
- Mit zunehmendem Alter verändern auch wir uns in unseren Eigenschaften und Fähigkeiten – mit positiven und negativen Auswirkungen,
- zugleich nehmen die Gesundheitsrisiken zu.
- Das **Bosch Gesundheitsmanagement** bietet eine Vielzahl von Maßnahmen und Angeboten aus allen betrieblichen Handlungsfeldern, die der Erhaltung und Stärkung der Leistungsfähigkeit der Bosch Mitarbeiter dienen.



\* Auszug aus Vorwort G13 zur befit-Broschüre



**BOSCH**

## (Schulungs)Angebote für FK



Nachhaltig leistungsfähig für Bosch:  
Work-Life-Balance für FK

Vorsorgeuntersuchung und  
Gesundheitswochenende

Gesundheit und Führung  
- für Abteilungs- und Gruppenleiter  
- für Werkstattführungskräfte

## Ihre Rolle als Führungskraft: Verantwortung

Sie sind verantwortlich für den Erhalt der Leistungsfähigkeit ihrer MA, das heißt:

- Informieren Sie sich regelmäßig über das Bosch Gesundheitsmanagement (BGM) und geben Sie diese Informationen an Ihre Mitarbeiter weiter.
- Achten Sie auf Signale und Bedarf in Ihrem Verantwortungsbereich.
- Motivieren Sie Ihre Mitarbeiter, etwas für ihre Gesundheit zu tun und die BGM-Angebote zu nutzen.
- Seien Sie aktives Vorbild und beteiligen Sie sich an den BGM-Standortaktivitäten.



# befit



- **Konzept**
- Steuerung
- Kommunikation



## Medizinische Vorsorge

**Gesundheit im Betrieb –**  
die Bosch BKK  
unterstützt Sie dabei!

Gesund durch Früherkennung:  
**Gehen Sie zur  
Darmkrebsvorsorge!**

befit Arbeitsplatz-Versicherung

**Bosch BKK**  
Gesetzliche Kranken-  
und Pflegeversicherung

Die Bosch BKK fördert quantitative Vorsorge- und Gesundheits-  
angebote im Betrieb – so auch die gemeinsame Darmkrebs-  
Vorsorgeaktion mit dem **Werkstättenverein** Darmst. im März 2015.  
Versicherter der Bosch BKK profitieren dabei zusätzlich durch  
die Anerkennung im Bonusmodell „G<sub>W</sub>er“. Weitere Infos  
finden Sie unter: [www.Bosch-BKK.de/GW](http://www.Bosch-BKK.de/GW)

 **BOSCH**

- Teilprojektleiter: C/MED
- Verantwortlich vor Ort: MED
  
- Zielgruppen: alle Mitarbeiter
  
- Wesentliche Inhalte:
  - Screening der MA hinsichtlich wichtiger Gefährdungspotenziale (z. B. Herz/Kreislauf/Stoffwechsel, Bewegungsapparat) durch MED,
  - Empfehlung/Überführung in zielgerichtete Angebote zur Erhaltung der körperlichen und geistigen Leistungsfähigkeit,
  - Impfungen.



## Weitere Unterstützung zur Gesunderhaltung der MA an den Standorten durch MED



- Überprüfung der Arbeitsplatzhygiene
- Arbeitsplatzbegehungen im Hinblick auf Gesundheit und Gefahren
- Gefahrstoffbewertung aus medizinischer Sicht
- Erst-Versorgung akuter Erkrankungen und Unfälle



- Beratung zu körperlich leistungskonformem Einsatz der MA
- ärztliche Beratung bei Fragen zur Ergonomie
- Krankheitsvorbeugung speziell arbeitplatzbezogen



- Krankheitsvorbeugung allgemein
- Reise- und Impfmedizin



- Wiedereingliederung nach Erkrankung/Unfall unter med. Aufsicht.  
MED ist Mitglied des Betrieblichen Eingliederungsteams (BET).

## Körperliche + geistige Leistungsfähigkeit



- Teilprojektleiter: KSF (Kultur Sport Freizeit)
- Verantwortlich vor Ort: HRL, MED
  
- Zielgruppen: alle MA, insbes. MA mit erhöhtem oder hohem Erkrankungsrisiko
  
- Wesentliche Inhalte:
  - **befit 20** sowie **befit 1+12**: aus Screening-Ergebnis abgeleitete Präventionsangebote für MA mit erhöhtem oder hohem Erkrankungsrisiko, die Elemente aus den Bereichen Bewegung, Ernährung sowie geistige Leistungsfähigkeit (Kognition) kombiniert trainieren.
  - Training Ausdauer/Kraft/Beweglichkeit (z. B. Walking, Rückenschule, Arbeitsplatzprogramme)-systematische Gesundheitsförderung
  - Training der kognitiven Fähigkeiten





## Körperliche und geistige Leistungsfähigkeit – Beispiel **befit** 20



- **befit 20** – Interventionsprogramm für MA mit erhöhtem Risiko für Muskel-Skelett-Erkrankungen (insbesondere Rückenprobleme) und Herz-Kreislauf- und Stoffwechselerkrankungen
- 20 Basis- und Intensivmodule je 90 min. mit den Themen:
  - Kraft- und Beweglichkeits-Training
  - Herz-Kreislauf-Training
  - Ernährungsberatung
  - Training der geistigen Fertigkeiten (Kognition)
- Kooperation mit externem Dienstleister (Fitnessstudio/Reha-Zentrum),
- Beratung durch KSF, Unterstützung durch Bosch BKK

Bitte Standortbeispiel  
einfügen

## Psychische Gesundheit



- Teilprojektleiter: C/HPS
- Verantwortlich vor Ort: HSS
  
- Zielgruppen: alle Mitarbeiter und Gruppen mit hoher psychischer Belastung
  
- Ansatz:
  - Prävention
  - Stark belastete Mitarbeiter mit schnellen Zugangswegen versorgen



# Psychische Gesundheit



## Wesentliche Inhalte:

- Initialveranstaltungen/Veranstaltungen
- Information über Hilfsangebote (BGN)
  - Bereitstellung von Selbsttests
- Schnelle Zugangswege für Behandlung
- Präventionsmaßnahmen für MA und FK
- Einzel- sowie Gruppenberatung zu Risiken
- Schulungen von FK  
(Führungswerkstatt, Klinikbesuch, Supervisionswochenende, „Leistungsfähig für Bosch“, „Gesundheit und Führung“)



## Angebot Psychische Gesundheit



Standort: SH

### „Be balanced & fit“ plus 7

<b>Anbieter:</b>	Bosch in Kooperation mit Dirk Beiser & Mike Anlauf
<b>Programm:</b>	Das Programm „Be balanced & fit“ hat das Ziel, neue und wertvolle Impulse für eine geistig-mentale Fitness und das persönliche Stressmanagement zugeben. Dabei werden Methoden des Personaltrainings durch einen Sportwissenschaftler und Gesundheitscoach angewandt, diese sind u.a. Entspannungstraining, Übungen zur Körperwahrnehmung, Kräftigungs- und Ausdauerübungen usw. Es werden ganz konkrete Techniken vermittelt, die im Alltag längerfristig angewandt werden können. (Erstellung eines eigenen Trainingsplans) „Be balanced & fit“ wird zu Ihrem Alltag gehören und Ihnen einen Ausgleich zwischen Anspannung und Entspannung bringen. Dieses Angebot findet außerhalb der Arbeitszeit statt.
<b>Termine:</b>	<u>Kick-off am Freitag, 13.05.2011 von 15.30 Uhr bis 19.30 Uhr</u> <u>1. Impuls am Montag, 16.05.2011 von 12.30 Uhr bis 13.30 Uhr</u> <u>2. Impuls am Montag, 23.05.2011 von 12.30 Uhr bis 13.30 Uhr</u> <u>3. Impuls am Montag, 30.05.2011 von 12.30 Uhr bis 13.30 Uhr</u> <u>4. Impuls am Montag, 06.06.2011 von 12.30 Uhr bis 13.30 Uhr</u> <u>Transfer am Montag, 27.06.2011 von 18.00 Uhr bis 20.00 Uhr</u> <u>Abpiff am Montag, 25.07.2011 von 18.00 Uhr bis 20.00 Uhr</u>
<b>Teilnehmerzahl:</b>	15 Teilnehmer
<b>Kosten:</b>	166,60 Euro; die Bosch BKK erstattet ihren Versicherten einen Anteil der Kursgebühren in Höhe von 80 Euro; zusätzlich wird der Kurs noch im Bosch BKK Bonusmodell G-win bei Aktionsbonus: „Präventionskurs“ anerkannt. Bei allen anderen Krankenkassen informieren Sie sich bitte vor der Veranstaltung um mögliche Zuschüsse. (Präventionsmaßnahme nach §20 SGB V).
<b>Anmeldung:</b>	Der Anmeldebogen befindet sich auf der BGN-Seite Gesundheitsförderung (unter Download), diesen Bogen senden Sie bitte unterschrieben an HSS-SH, Stefanie Iselt.
<b>Anmeldeschluss:</b>	21.04.2011
<b>Ansprechpartner:</b>	HSS-SH, E...

Bitte Standortbeispiel einfügen

**Zielgruppe:** Beanspruchte MA mit erhöhtem Entspannungs-, Regenerationsbedürfnis

### Module:

- Kick-off: Zusammenführung der Gruppe
- 4 Impulsveranstaltungen:
  - Austesten der Energieressourcen durch An,- und Entspannung
  - Ganzkörperkräftigung, Haltungsschule Körperwahrnehmung
  - Aufbau einer individuellen Stressprophylaxe
  - Anwendung von Entspannungstechniken
- Transferphase:
  - Erfahrungsaustausch, weitere Methodenansätze
  - Umsetzung des individuellen Trainingsplans
  - Zielsetzung für die nächsten 8 Wochen
  - Bestimmung eines Trainingspartners
- Auswertung der Transferphase, Abpiff



**BOSCH**

# Weitere Unterstützung zur Gesunderhaltung der MA an den Standorten durch HSS (Human Social Service)

- Beratung zu beruflichen, persönlichen und betrieblichen Anliegen, z.B.
  - Konflikte
  - Familie/Partnerschaft
  - Schulden
  
- Suchtprävention und Suchtberatung
  
- Unterstützung in persönlichen Notlagen über Robert-Hilfe, Bosch-Hilfe
  
- Aktivitäten und Beratung zur Vereinbarkeit von Beruf und Familie – Parents, Kids & Co
  - Pflege von Angehörigen
  - Schwangerschaft, Mutterschutz, Elternzeit
  - Ferienbetreuung
  - Erlebnispädagogische Angebote für Familien
  
- Wiedereingliederung nach Erkrankung einschließlich von längerkranken Mitarbeitern.  
HSS ist Mitglied des betrieblichen Eingliederungsteams (BET).



## Gesunde Ernährung



Speiseplan		Werkverpflegung Großraum Stuttgart Woche vom 25.01. bis 29.01.2010		BOSCH Technik fürs Leben						
Tag	Stammessen	3,40 EUR	Hauptgericht	EUR	beife	EUR	Belegen	EUR	Nachspeisen	EUR
Montag	Sauburger Mett mit Cheddarbrust, Bratlingen		Diebstüchler mit Vanillesauce (1)	2,40	Pommeschicht an Tomatensauce mit Paprika-Gemüse und Tageliebe	4,70	Bratknoll Roggen Ris Salzkartoffeln	0,70 0,40 0,40 0,40	Maronenbällchen mit Ahornsirup Mandelquilling mit Schokoladensauce (1) Gruftulquark	0,45 0,45 0,45 0,50
Dienstag	Klare Brühe mit Trübenbraten Schwanzrückensteak Wirsing Art Petersilienkartoffeln Kartoffel-Russkal		Dienstag ist Pastatag! Klar-Edelweiss Fleckerl (2,3,4)*	2,60	Schneeflocken mit Gemüsebrühe	3,95	Kartoffel-Russkal Schwede Ris Petersilienkartoffeln	0,70 0,40 0,40 0,40	Fruchtcocktail (1) Pflanzkuchen mit Orangensaft Pflanz-Maronenquark	0,45 0,70 0,40 0,50
Mittwoch	Klare Brühe mit Gemüsebraten Tartarfilet Bulgur (1,2,3)* Bismarcker Salat		Gebäckte Kartoffelknast mit Tomate-Mozzarella- Füllung	1,20	Tartarfilet mit Gemüse und Pommesbraten	4,45	Rosenkohl Porkchone Ris Salzkartoffeln	0,70 0,40 0,40 0,40	Rhabarberkompott Geilgschmid mit Sauerkraut Pflanzquark	0,45 0,70 0,40 0,50
Donnerstag	Küchenbrotsuppe Fahrräder und Rahmsoße Gemüse Trüben Zapfen		Warmer Zwiebelbraten vom Saal	3,15	Grüner Spargel mit Kräutermousse	3,40	Gemüse Trüben Zapfen Ris Rohrkartoffeln	0,70 0,40 0,40 0,75	Apfelrost Pflanz-Gotta mit Cassis (1,2) Vanillequark	0,45 0,70 0,40 0,50
Freitag	Herbblumensoße Kartoffel-Gnocchi Piemontser Art Chicoreesalat		Gebrahener Fleischknochen mit Zwiebelsauce (2,3,4)*	2,95	Lachsfilet auf Dijon-Nudelbeet	4,70	Bohnegerichte Tageliebe Ris Salzkartoffeln Pommes Kroketten	0,55 0,40 0,40 0,40 0,75	Orangenkompott Maronenquilling mit Vanillesauce (1) Johannisbeersauce	0,45 0,70 0,40 0,50

Zusatzstoffe durch Zahlen laut Anhang gekennzeichnet  
\* mit Schweinefleisch (Donnerstag)

Salatbelegen vom Saal 1,20  
Stammessenbelegen 0,65

Tagessuppe 0,30  
Sauern (ohne Hauptgericht) 0,25  
Ketchup / Mayonnaise 0,25

Nur zum Verzehr im Spensaal  
Änderungen vorbehalten



- ➔ Teilprojektleiter: WVP
- ➔ Verantwortlich vor Ort: WVP-Sto
- ➔ Zielgruppen: alle MA sowie WVP-Köche\*
- ➔ Wesentliche Inhalte:
  - befit-Menü als tägliches Wahlangebot,
  - Informationen/Schulungen zur gesunden Ernährung,
  - Gesundheitsbewusste Zwischenverpflegungsangebote,
  - Schulung der Köche.

\*WVP=Werkverpflegung



**BOSCH**



## Gesunde Ernährung – Beispiel befit-menue

- Festes, tägliches Angebot im Speiseplan.
- Darf einen Energiewert von 600 Kcal/Portion nicht überschreiten.
- Überwiegend aus frischen Zutaten hergestellt.
- Beinhaltet immer eine Salat- und/oder Gemüsebeilage.
- Ballaststoffreich, fettarm und salzarm.
- Wird immer mit Nährwertangaben ausgezeichnet.
- Enthält keine Geschmacksverstärker und kennzeichnungspflichtige Zusatzstoffe.

Bitte Standortbeispiel  
einfügen

## Arbeitsgestaltung



- Teilprojektleiter: C/MPS
- Verantwortlich vor Ort: TEF6
  
- Zielgruppen: alle MA, insbesondere in der Fertigung
  
- Wesentliche Inhalte:
  - Konzeptive statt korrektive Arbeitsgestaltung,
  - Konsequente Beachtung ergonomischer Grundsätze bei der Arbeitsplatz- und -zeitgestaltung,
  - Validierung durch ErgoCheck,
  - Planung Einsatzmöglichkeiten LGW/SB



## Betriebliches Eingliederungsmanagement



 <b>BOSCH</b>	Betriebliches Eingliederungsmanagement	Ordnungs-Nr. 17.04
C/HPE	Gesamtbetriebsvereinbarung zwischen Geschäftsführung und Gesamtbetriebsrat der Robert Bosch GmbH vom 07.03.2007	Seite 1/5
Räumlicher Geltungsbereich:	Robert Bosch GmbH ohne B&P	
Persönlicher Geltungsbereich:	Arbeiter, Tarifangestellte, EGI Mitarbeiter	
Zeitpunkt des Inkrafttretens:	08.03.2007	

### Präambel

Mit dem Eingliederungsmanagement (BEM) wird eine Verfahrensregelung zur betrieblichen Umsetzung des § 84 Abs. 2 SGB IX geschaffen, damit für Mitarbeiter mit längerer bzw. lang andauernder Beeinträchtigung der Arbeitsfähigkeit frühzeitig versucht wird, mit betrieblicher Hilfe die Arbeitsunfähigkeit zu überwinden, erneuter Arbeitsunfähigkeit vorzubeugen und den Arbeitsplatz zu erhalten. Dazu werden betriebliche Verfahrensabläufe definiert und Verantwortlichkeiten vereinbart.

Grundlage für die Entwicklung und Ausgestaltung dieses BEM ist die Zusammenarbeit von Arbeitgeber, Interessenvertretung, Fachkräften und den Trägern von Eingliederungsmaßnahmen. Alle Akteure arbeiten mit dem Ziel zusammen, die Arbeitsfähigkeit möglichst wiederherzustellen, um den Arbeitsplatz zu erhalten.

Das BEM ist Teil eines ganzheitlichen Gesundheitsmanagements. Andere einschlägige Betriebsvereinbarungen, Regelungen und Normen sind bezogen auf den jeweiligen Einzelfall zu berücksichtigen.

### 1. Teilnahmefähige Mitarbeiter

Das BEM wird grundsätzlich allen Mitarbeitern angeboten, die innerhalb der vorausgegangenen 12 Monate länger als sechs Wochen ununterbrochen oder wiederholt arbeitsunfähig waren. Das betriebliche Eingliederungsteam (BET) kann im Einzelfall einvernehmlich von einem Angebot absehen.

Das BEM kann durch die Personalabteilung in Abstimmung mit dem BET oder durch das BET auch Mitarbeitern angeboten werden, die weniger als sechs Wochen arbeitsunfähig sind, wenn damit die Entstehung einer Behinderung und/oder die Chronisierung ihrer Gesundheitsstörung vermieden werden kann.

### 2. Ziele

Mit dem BEM wird das Ziel verfolgt, Arbeitsunfähigkeit zu überwinden, einer erneuten Arbeitsunfähigkeit vorzubeugen, eine chronische Erkrankung zu vermeiden und damit den Arbeitsplatz zu erhalten. Leistungen oder Hilfen sollen dem Mitarbeiter auf gezeigt und angeboten bzw. zugänglich gemacht werden.

- Teilprojektleiter: C/HPE
- Verantwortlich vor Ort: Betriebliches Eingliederungsteam (BET)
- Zielgruppen: MA, die innerhalb der vorausgegangenen 12 Monate > 6 Wochen arbeitsunfähig waren.
- Wesentliche Inhalte:  
Vorgehen gemäß Gesamtbetriebsvereinbarung „Betriebliches Eingliederungsmanagement“, d.h.
  - bestehende AU überwinden
  - erneuter AU vorbeugenum Arbeitsfähigkeit wiederherzustellen und Arbeitsplatz zu erhalten



## Integration leistungsgewandelter und schwerbehinderter Menschen



- Teilprojektleiter: C/HPE, KSV/GSV
- Verantwortlich vor Ort: Arbeitgeberbeauftragter, Integrationsteam
- Zielgruppen: Schwerbehinderte und leistungsgewandelte MA, FK
- Wesentliche Inhalte:
  - Beschäftigung SB- und LGW-MA
  - Prüfung Einrichtung behindertengerechter Arbeitsplätze
  - Ermittlung Gestaltungsbedarf von Arbeitsplätzen einschließlich Anpassung Arbeitsplätze an spezifische Behinderung
  - Überprüfung Erreichbarkeit und Sicherstellung Zugänglichkeit von Ein-/Ausgängen, Sozialräumen etc. unter den Gesichtspunkten von Mobilität und Sicherheit
  - Flexibilisierung Arbeitsorganisation sowie Arbeitszeit einschließlich Arbeitspausen
  - Verfügbarkeit von Räumlichkeiten zur behindertengerechten Versorgung
  - Informations- und Schulungsangebote zu behinderungsgerechtem Einsatz von und kompetenten Umgang mit behinderten MA

## Arbeitssicherheit und Gesundheitsschutz



- Teilprojektleiter: C/PSE
- Verantwortlich vor Ort: Managementbeauftragter (i.d.R. HSE)
- Zielgruppen: Alle MA
- Wesentliche Inhalte:
  - Aufrechterhaltung Arbeitsschutzmanagementsystem
  - Gefährdungsbeurteilung an Arbeitsplätzen
  - Analyse von Arbeitsunfällen
  - Schutz der MA beim Umgang mit chemischen Arbeitsstoffen
  - Erlaubnis von Arbeiten mit erhöhter oder besonderer Gefährdung
  - Mitarbeiterunterweisung und Schulung zur Arbeitssicherheit
  - Hinweise und Regelungen zur Vermeidung von gegenseitigen Gefährdungen beim Einsatz von Fremdfirmen
  - Kontrolle der Einhaltung von Arbeitsschutzvorgaben (z.B. Audit, Begehung)

## Die Bosch BKK fördert das Bosch Gesundheitsmanagement

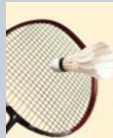
- BKK-Programme und -Services sind Bestandteil des befit-Konzepts
- Kostenübernahme für Versicherte und Maßnahmenfinanzierung an Standorten
- Anerkennung im Bonusprogramm „G-win“ und weiteres mehr...



### Medizinische Vorsorge

z.B.

- Darmkrebssaktion
- Impfungen
- Hautscreening
- MammaCare-Kurse
- Aktionstage



### Körperliche u. geistige Leistungsfähigkeit

z.B.

- Kostenübernahme befit-Kurselemente
- „JUMP“, „APPLAUS“, „VAMOS!“
- Gesund Essen im Beruf
- Raucherentwöhnung



### Arbeitsgestaltung

- BKK-Unterstützung auf Anfrage möglich, z.B.
- Gesundheitszirkel



### Psychische Gesundheit

z.B.

- Unterstützung von Informationsveranstaltungen und Kursen
- Stressbewältigung/Burn-out-Prävention, Entspannung, work-life-balance
- Stress-Pilot



### Gesunde Ernährung

z.B.

- Kantinen-Aktionstage
- Speiseplanberatung
- „G-win“-Sammelkarte
- Infomaterial



### Betriebliches Eingliederungsmanagement

- BKK-Unterstützung auf Anfrage möglich, z.B.
- Patientenbegleitung



### Integration von leistungsgewandelten und schwerbehinderten Menschen und



### Arbeitssicherheit und Gesundheitsschutz

- BKK-Unterstützung auf Anfrage möglich



→ Vielen Dank für die  
Aufmerksamkeit.