

# Betriebliches Gesundheitsmanagement in Schulen

Als Teil der kantonalen Gesundheitsförderungsstrategie vermittelt das Forum BGM Aargau Wissen rund um das Betriebliche Gesundheitsmanagement und unterstützt Aargauer Arbeitgebende bei der Umsetzung von gesundheitsförderlichen Massnahmen.

## Was ist BGM?

BGM geht das Thema «Gesundheit am Arbeitsplatz» ganzheitlich und zielgerichtet an und verankert es in der Strategie des Unternehmens. Gesundheitsförderliche Massnahmen können auf zwei Ebenen angegangen werden:

1. **Verhältnisebene:** Gesundheitsförderliche Arbeitsbedingungen (z.B. gesunde Führung, Ergonomie)
2. **Verhaltensebene:** Stärkung der Selbstverantwortung der Mitarbeitenden (z.B. Umgang mit Belastung)

## Wie sind wir für Sie da?

Aufgrund der Kooperation zwischen dem Forum BGM Aargau und dem Schwerpunktprogramm *gesund und zwäg in der schuel* können wir für Schulen aus dem Netzwerk Gesundheitsfördernder Schulen ein kostenloses Standortgespräch sowie ein kostenloser BGM-Halbtage anbieten. Alle anderen Schulen können ebenfalls von diesem Angebot profitieren, wenn sie beim Forum BGM Aargau [Mitglied](#) werden. Im Standortgespräch wird erörtert, was die Schule derzeit beschäftigt, wie es den Mitarbeitenden/Lehrpersonen geht, was gut läuft und wo Belastungen auftreten. Anschliessend wird gemeinsam analysiert, welche Schritte die Schule einleiten kann, um die Gesundheit am Arbeitsplatz zu fördern. Mit dem BGM-Halbtage stellt das Forum BGM Aargau der Schule vier Stunden Expertise zur Verfügung, die je nach Bedürfnis eingesetzt werden können. Falls eine Schule eine Prozessbegleitung oder –beratung wünscht, suchen wir gemeinsam nach geeigneten Möglichkeiten.

## Warum BGM in Schulen?

Gesundheit und Motivation von Lehrpersonen sind zentral, damit diese langfristig die vielfältigen Berufsaufgaben bewältigen können. Das Betriebliche Gesundheitsmanagement setzt hier an und das Forum BGM Aargau unterstützt Schulen bei der Einführung und Umsetzung von gesundheitsförderlichen Massnahmen. Wir freuen uns auf Ihre Kontaktaufnahme.

### Mögliche Themen:

- > Wertschätzender Umgang
- > Gestaltung eines gesundheitsförderlichen Umfeldes
- > Umgang mit psychisch kranken Mitarbeitenden
- > Partizipation
- > Unterstützung bei der Erarbeitung eines BGM-Konzepts
- > Stress- und Burnout-Prävention
- > Gedankliche Strategien im Umgang mit Stress
- > Abgrenzungsstrategien
- > Umgang mit Belastung, Druck, Veränderung
- > Psychische Gesundheit am Arbeitsplatz
- > Resilienz, Achtsamkeit, Entspannung
- > Life Domain Balance
- > Gesunder Schlaf
- > Bewegung
- > Ernährung
- > Mobbing
- > Sucht- und Substanzmissbrauch

### Kontakt

Forum BGM Aargau  
c/o ifa Institut für Arbeitsmedizin  
Lucy Waerseggers und Selina Skalsky  
Bruggerstrasse 61 A  
Postfach  
5401 Baden

[info@bgm-ag.ch](mailto:info@bgm-ag.ch)  
056 205 61 99  
[www.bgm-ag.ch](http://www.bgm-ag.ch)