



Nationale Tagung für betriebliches Gesundheitsmanagement 2019
BGM für Körper und Geist: Physische und psychische Gesundheit gemeinsam fördern
Mittwoch, 28. August 2019 | Seedamm Plaza, Pfäffikon SZ

PROGRAMM

 = mit Simultanübersetzung

08.15 **Empfang/Registration**
Begrüßungskaffee in der Event Hall

Begrüßung

09.20 **Thomas Mattig, Prof. Dr., Direktor, Gesundheitsförderung Schweiz, Bern (D)**



Plenum

09.30 **Mitarbeitende mit physischen oder psychischen Problemen: Gemeinsamkeiten und Unterschiede (D)**
 **Niklas Baer, Dr. phil., Leiter Fachstelle Psychiatrische Rehabilitation, Psychiatrie Baselland, Liestal**

10.00 **Wie steht es um die physische und psychische Gesundheit unserer Briefbotinnen und Briefboten? (D)**
 **Marco Bestetti, lic. phil. hum., MSc Organization Development, Leiter Zustellzone, Post CH AG, Zürich**

10.30 **Schnellstes Instantprotokoll der Schweiz (D)**
 **Patti Basler, Wortakrobatin und Schnelldichterin, Rieden bei Baden**

10.40 **Pause, Networking und Transfer zu den Gruppenräumen**

Kooperationspartnerschaften:

suva

 Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Eidgenössisches Departement für
Wirtschaft, Bildung und Forschung WBF
Staatssekretariat für Wirtschaft SECO

Haupt sponsoring:

 Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Eidgenössische Koordinationskommission
für Arbeitssicherheit EKAS

World Café, Vertiefungsworkshops und Workshops

11.15 Sie haben die Wahl!
Entscheiden Sie sich für eines der über 17 Angebote ab Seite 3
(doppelte Durchführung, 11.15 Uhr und 13.30 Uhr)

12.15 Stehlunch **oder** **12.30 Ressourcenparcours (D)**
Mirjam Eggspühler, Projektleiterin,
lifetime health, Wetzikon
Valerio Rutsch, Praktikant, lifetime health,
Wetzikon

World Café, Vertiefungsworkshops und Workshops

13.30 Sie haben die Wahl!
Entscheiden Sie sich für eines der über 17 Angebote ab Seite 3
(doppelte Durchführung, 11.15 Uhr und 13.30 Uhr)

14.30 Kurzpause und Transfer in den Plenarsaal

Plenum

14.45 Fördernde Interaktion zwischen Arbeitnehmenden und Arbeitgebenden – drei Beispiele aus einem KMU (D)
 **Thomas Rohrer**, Geschäftsleiter, Alterszentrum am Buechberg AG, Fislisbach

15.15 Politik-Talk
 **Burnout als Berufskrankheit? Die Politik im Spannungsfeld zwischen Gesundheitsschutz und der Flexibilisierung der Arbeitswelt**
Yvonne Feri, Nationalrätin und Mitglied der Kommission für soziale Sicherheit und Gesundheit (SP/AG), Wettingen
Thomas Weibel, Nationalrat und Mitglied der Kommission für soziale Sicherheit und Gesundheit (glp/ZH), Horgen
Marina Villa, Moderatorin

Verabschiedung und Ausblick

15.45 Patti Basler, Wortakrobatin und Schnelldichterin, Rieden bei Baden (D)


16.00 Networking-Apéro

Informationen zu den Inhalten der Key-Notes, der Vertiefungsworkshops und der Workshops finden Sie auf unserer Tagungswebsite unter der Rubrik [«Programm»](#).

Auf den folgenden Seiten erhalten Sie einen Überblick über die Wahlangebote, die parallel von 11.15 bis 12.15 Uhr und von 13.30 bis 14.30 Uhr stattfinden.

Kooperationspartnerschaften:

suva

 Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Eidgenössisches Departement für
Wirtschaft, Bildung und Forschung WBF
Staatssekretariat für Wirtschaft SECO

Haupt sponsoring:

 Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Eidgenössische Koordinationskommission
für Arbeitssicherheit EKAS

WORLD CAFÉ

11.15–12.15 und 13.30–14.30

BGM für Körper und Geist in der Praxis – ein moderierter Austausch über Good Practice und Mehrwert (D/F)

Corinne Baumgartner, lic. phil. Arbeitspsychologin, geschäftsführende Partnerin, Conaptis GmbH, Zürich
 Nicolas Burger, lic. phil. I Arbeits- und Organisationspsychologe, geschäftsführender Partner, Conaptis GmbH, Zürich

VERTIEFUNGSWORKSHOPS

11.15–12.15 und 13.30–14.30

Vertiefungsworkshop 1

Mitarbeitende mit physischen oder psychischen Problemen: Die Rolle der Betriebskultur (D)

Niklas Baer, Dr. phil., Leiter Fachstelle Psychiatrische Rehabilitation, Psychiatrie Baselland, Liestal
 Noémi Swoboda, Projektleiterin Training & Support BGM, Gesundheitsförderung Schweiz, Bern

Vertiefungsworkshop 2

Einblick in eine umfassende Analyse von psychischen und physischen Belastungen bei PostMail (D)

Marco Bestetti, lic. phil. hum., MSc Organization Development, Leiter Zustellzone, Post CH AG, Zürich
 Curdin Sedlacek, dipl. Natw. ETH, geschäftsführender Partner, Bewegungswissenschaftler, Conaptis GmbH, Zürich

WORKSHOPS

11.15–12.15 und 13.30–14.30

Workshop 1

Arbeiten und integriert sein trotz psychischer Erkrankung – Chancen und Grenzen der Integration (D)

Silvia Carey, Human Resources Managerin, Möbel Pfister AG, Suhr

Workshop 2

Ganzheitliche BGM-Projekte erfolgreich umsetzen: Erfahrungen aus der RückenFIT-Kampagne der RhB (D)

Nadine Tabbara-Bütow, Personalentwicklung/BGM, Rhätische Bahn AG, Chur
 Nadja Murer, Beratung Präventionsangebote, Suva, Luzern
 Aline Scherer, Beratung Präventionsangebote, Suva, Luzern

Workshop 3

Schicht- und Nachtarbeit sicherer und gesünder gestalten: Praxisbeispiel von Suva und IKEA (D)

Reto Etterli, Arbeitspsychologe MSc FHNW, Berater Präventionsangebote/Fachexperte BGM, Suva, Luzern
 Felix Kübler, People & Culture Manager, Ikea AG, Dietlikon

Workshop 4

Achtsamkeit als gesundheitsfördernde Massnahme für Körper und Geist (D)

Alexander W. Hunziker, Prof. Dr., Dozent Mindfulness & Positive Leadership, Berner Fachhochschule, Bern
 Judith Burri, Leiterin HR, Sanitized AG, Burgdorf

Kooperationspartnerschaften:

suva



Schweizerische Eidgenossenschaft
 Confédération suisse
 Confederazione Svizzera
 Confederaziun svizra

Eidgenössisches Departement für
 Wirtschaft, Bildung und Forschung WBF
 Staatssekretariat für Wirtschaft SECO

Hauptsponsoring:



Schweizerische Eidgenossenschaft
 Confédération suisse
 Confederazione Svizzera
 Confederaziun svizra

Eidgenössische Koordinationskommission
 für Arbeitssicherheit EKAS

Workshop 5

Tipps für Personen mit Nachtarbeit und in Schicht (D)

Samuel Iff, Dr. med., Arbeitsmediziner, SECO, Bern

Workshop 6

Prävention mentale Gesundheit: ensa – Erste Hilfe für psychische Gesundheit (D)

Thomas Bögli, Fachverantwortung Beratung, Trainer ensa, Stiftung Pro Mente Sana, Zürich

Workshop 7

Die Kampagne «10 Schritte für die psychische Gesundheit» im Betrieb: Erfahrungen der Migros Luzern (D)

Annette Hitz, MSc, Projektleiterin, Netzwerk Psychische Gesundheit Schweiz, Bern

Priska Furger, Leiterin Sozialberatung, Genossenschaft Migros Luzern, Ebikon

Daniela Egg Erzinger, lic. phil., Projektleiterin Psychische Gesundheit, Migros-Genossenschafts-Bund, Bern

Workshop 8

BGM für Körper und Geist zusammenbringen – BGMnetzwerkmitglieder berichten und beraten (D)

Samuel Maurer, Ko-Geschäftsführer/Vorstand, lifetime health GmbH/BGMnetzwerk.ch, Wetzikon

Petra Kielmann, Vizepräsidentin, BGMnetzwerk.ch, Worb

Klaus Schiller-Stutz, Fachpsychologe/Psychotherapeut, PPP Psychologisch-Psychotherapeutische Praxis, Mettmenstetten

Workshop 9

Das Label Friendly Work Space und sein Mehrwert: Praxiserfahrungen (D)

Friedrich Müller, Diplom-Sportwissenschaftler, Fachspezialist Präventionsmanagement, SWICA Gesundheitsorganisation, Winterthur

Birgit Schmidinger, Leiterin Human Resources, Hilcona AG, Schaan

Workshop 10

Mit StayEngaged von der Analyse zu praktischen Massnahmen: Erfahrungen von BAUMANN Springs Ltd. (D)

Katharina Vogt, Dr., Stv. Leiterin Gesundheitsmanagement, Helsana Versicherungen AG, Zürich

Nadia Steiner, MSc Arbeits- und Organisationspsychologie, Gesundheitsmanagerin, Helsana Versicherungen AG, Zürich

Christina Zunkel, Business Manager und Mitglied der internen BGM-Steuergruppe, BAUMANN Springs Ltd., Ermenswil

Workshop 11

Bewegte Achtsamkeit – Wie durch Bewegung Selbstwahrnehmung und Selbstregulierung gestärkt werden (D)

Konrad Wiesendanger, MSc, Geschäftsführer, ergosens, Luzern

Workshop 12

Variabilité cardiaque (HRV): un outil pour mieux équilibrer activité et repos? (F)

Frederic Meuwly, Dr., Founder & Managing Director, ACTITUDES COACHING, Vevey

Mark Guilbert, M.DIP. EPST, Founder & Managing Director, MG Business Health Solutions, Vevey

Kooperationspartnerschaften:

suva



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Eidgenössisches Departement für
Wirtschaft, Bildung und Forschung WBF
Staatssekretariat für Wirtschaft SECO

Hauptsponsoring:



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Eidgenössische Koordinationskommission
für Arbeitssicherheit EKAS

Workshop 13

Psyche und Schmerzen des Bewegungsapparates (D)

Ingmar Schenk, Dr. med., Leitender Arzt Psychiatrisch-Psychologischer Dienst, Rehaklinik Bellikon, Bellikon

Workshop 14

Physische und psychosoziale Belastungen gleichzeitig und gemeinsam bearbeiten (D)

Andreas Krause, Prof. Dr., Dozent für Arbeit und Gesundheit, Fachhochschule Nordwestschweiz FHNW, Olten

Sven Gross, Dr., Geschäftsleitungsmitglied, Bright Answer OÜ, Bern

Martial Berset, Dr., Berater, büro a&o, Bern

Workshop 15

Kennzahlengestütztes BGM mit Job-Stress-Analysis 2.0 (D)

Nina Zumstein, Projektleiterin, Gesundheitsförderung Schweiz, Bern

Martin Degen, Projektleiter, Gesundheitsförderung Schweiz, Bern

Workshop 16

Gesundheitsförderung am Beispiel von CAMION TRANSPORT AG (D)

Monika Friedl, Leiterin BGM, CAMION TRANSPORT AG, Wil SG

Workshop 17

Ganzheitliche Gesundheit durch interdisziplinäre Zusammenarbeit bei SWISS International Air Lines (D)

Amelie Torcka, Head of Health Management SWISS & Lufthansa Group, Swiss International Air Lines Ltd., Zürich Airport

Ivo Galic, Psychotherapeut/Coach, Employee Counselling, Swiss International Air Lines Ltd., Zürich Airport

Besuchen Sie uns online unter
www.bgm-tagung.ch