



Freie und Hansestadt Hamburg

Behörde für Soziales, Familie, Gesundheit und Verbraucherschutz

Amt für Arbeitsschutz



# Wir können auch – aber anders!

Betriebliche Gesundheitsförderung  
im Kleinbetrieb



# Klein, gesund und wettbewerbsfähig!

Auch wenn „die Großen“ immer viel von sich reden machen, der Motor wirtschaftlicher Entwicklung sind kleine und mittlere Unternehmen. Die meisten der Beschäftigten arbeiten dort.

Fehlzeiten wirken sich im Kleinbetrieb drastischer aus als im Großbetrieb. Kein Personal keine Auftrags erledigung. Gesunde und motivierte Mitarbeiter sind die zentrale Kraft in Ihrem Betrieb. Auf sie kommt es an!

Motivation und Leistungsbereitschaft der Mitarbeiter sind Voraussetzungen für die Wettbewerbsfähigkeit und den Erfolg Ihres Betriebes. Die Auftragslage hängt auch von Ihren Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern ab.

Zufriedene und kompetente Beschäftigte machen zufriedene Kunden und der nächste Auftrag ist Ihnen sicher.

Fördern Sie Ihre Gesundheit und die Ihrer Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter!



# Nutzen Sie Ihre Vorteile!

Ihre finanziellen und zeitlichen Ressourcen sind zwar geringer als bei vielen großen Betrieben, die Arbeit im Kleinbetrieb ist dafür eher aus einem Guss und Ihre Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter üben verantwortliche, flexible und selbständige Tätigkeiten aus.

Sie können direkt und schnell mit Ihren Beschäftigten ins Gespräch kommen. Der Kontakt ist enger, so dass Sie Lob, Anerkennung und Rückmeldungen unmittelbar an Ihre Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter weiter geben und auch Probleme frühzeitig erfahren können.

Die Koordinierung von Gesundheitsförderung ist Chefsache. Sie können als Chefin oder Chef, anders als im Großbetrieb, schnelle und vor allem unbürokratische Entscheidungen treffen.

Fördern Sie das Image  
Ihres Betriebes!



# Kleine können auch, aber anders!

Betriebliche Gesundheitsförderung soll die Arbeitsbedingungen (Arbeitsinhalt, Organisation, Qualifikation) und das Verhalten Ihrer Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter kontinuierlich verbessern. Ganz wichtig dabei: alle sind beteiligt. Die Beschäftigten werden bei der Planung und Umsetzung von Veränderungen einbezogen. Das ist eine wichtige Voraussetzung für den Erfolg und die Akzeptanz der Maßnahmen. Ihre Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter sind Experten in eigener Sache.

Der „Managementprozess“ verläuft im kleinen Betrieb im Prinzip genauso wie im Großbetrieb: Ziele bestimmen, planen, Maßnahmen umsetzen und sehen, ob und wie es funktioniert hat.

Sprechen Sie darüber mit Handwerkskammern, Innungen, Berufsverbänden, Krankenkassen, Berufsgenossenschaften und Gewerbeaufsichtsämtern, denn kleine Betriebe sollten sich möglichst zusammenschließen, professionelle Unterstützung in Anspruch nehmen und potentielle Kooperationspartner einbeziehen.

Zusammen spielen:  
Kooperation aufbauen  
und nutzen.



# Wo drückt der Schuh?

## Die Betriebsdiagnose

Es gibt viele Möglichkeiten und Methoden, Probleme und Verbesserungsmöglichkeiten im Betrieb zu erfassen und zu bearbeiten. Nutzen Sie mehrere, um ein möglichst vollständiges Bild zu bekommen:

**Gesundheitszirkel:** In Gesundheitszirkeln setzen sich alle oder ausgewählte Beschäftigte Ihres Betriebes zusammen, um in einem definierten Zeitraum, Arbeitsbelastungen und Probleme zu besprechen und Verbesserungsmöglichkeiten zu erarbeiten. Nachdem Ihre Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter Probleme formuliert und Lösungsvorschläge erarbeitet haben,

diskutieren Sie mit Ihnen die Umsetzung in Ihrem Betrieb. Sie sollten für die Strukturierung der Sitzungen sowie für die Qualität und Verwertbarkeit der Ergebnisse einen erfahrenen externen Moderator hinzuziehen. Manchmal werden Gesundheitszirkel auch als sogenannte Betriebs- oder Gesundheitsworkshops angeboten. Bei überbetrieblichen Projekten kommen ausgewählte Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter einer Branche zusammen.

**Gefährdungsbeurteilung:** Nutzen Sie die Informationen aus der Gefährdungsbeurteilung Ihres Betriebes!

Auf Schritt und Tritt:  
Probleme erkennen –  
Lösungen erarbeiten.



Bei der Gefährdungsbeurteilung werden Arbeitsplätze hinsichtlich ihrer gesundheitlichen Gefährdungen systematisch beurteilt und Maßnahmen daraus abgeleitet. Die Ergebnisse der Gesundheitszirkel sind eine große Hilfe bei der Erstellung einer Gefährdungsbeurteilung.

**Betriebsbesichtigungen:** Gegen die „Betriebsblindheit“ helfen Betriebsbesichtigungen mit externen Experten; dies können Fachkräfte für Arbeitssicherheit oder Betriebsärzte sein. In überbetrieblichen Branchenprojekten geben auch andere Arbeitsschutzexperten nützliche

Tipps für Verbesserungen in Ihrem Betrieb.

**Mitarbeiterbefragung:** Eine schriftliche Mitarbeiterbefragung wird üblicherweise in branchenbezogenen Projekten eingesetzt, bei der eine größere Mitarbeiterzahl befragt werden kann. Dies sichert aussagefähige Ergebnisse. Konzeption, Durchführung und Auswertung sollten mit professioneller Unterstützung begonnen werden. Im Klein- und Kleinstbetrieb mit weniger als 50 Beschäftigten sollten eher andere Informationsquellen genutzt werden.

Informationen zu Arbeit und  
Gesundheit zusammenstellen

Prozess planen und steuern

Maßnahmen planen



# Umsatz durch Umsetzen!

Die besten Vorschläge Ihrer Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter nützen nichts, wenn sie nicht umgesetzt werden. Nach rund einem Jahr sollten Sie „checken“, was es gebracht hat. Gesundheitszirkel, ein „Betriebsworkshop“ oder eine regelmäßige schriftliche Befragung können Sie dabei unterstützen.

Wirkungsvolle Maßnahmen müssen nicht teuer sein. Oft genügen einfache Veränderungen, damit die Arbeit erleichtert wird und Beschäftigte zufriedener sind. Wirksame und dauerhafte Erfolge lassen sich mit dem TOP-Prinzip erzielen: Prüfen Sie zuerst

technischen Lösungen (Technik) um die Arbeitsbedingungen zu verbessern, anschließend Veränderungen der Arbeitsorganisation (Organisation). Erst, wenn beide Möglichkeiten nicht umzusetzen sind, sollten persönliche Schutzmaßnahmen (Person) ergriffen werden.

Betriebliche Gesundheitsförderung bezieht auch Ihr Verhalten und das Ihrer Mitarbeiter in den Verbesserungsprozess mit ein. Gezielte Maßnahmen zum rückschonenden Heben und Tragen oder die Förderung gesunder Ernährung können gute Arbeitsbedingungen noch verbessern.

„Was bleibt unterm Strich?“  
Optimieren Sie die  
Arbeitsbedingungen.



# Die wichtigste Frage am Schluss – was kostet das alles?

Nicht nur Krankentage kosten Geld. Mangelhafte Kommunikation, schlechtes Betriebsklima und unzufriedene Mitarbeiter wirken sich auf die Betriebsergebnisse aus. Auftragsverzögerungen, qualitativ schlechte Produkte und Dienstleistungen sowie unzufriedene Kunden führen zu Mindereinnahmen.

Dem gegenüber stehen kalkulierbare Kosten für betriebliche Gesundheitsförderung, beispielsweise Arbeitsausfall oder Überstunden während eines Workshops oder Treffen der Gesundheitszirkel, Moderatorenhonorare

und Kosten für die Umsetzung von Maßnahmen.

Wie schnell sich die Investitionen rechnen, hängt vom Einzelfall ab. Amortisieren werden sie sich mit Sicherheit, durch eine bessere Qualität der Produkte oder Dienstleistung und zufriedenerer Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter.

Kalkulierbare Kosten,  
statt unerwartete Ausgaben  
und Mindereinnahmen.

# Hilfen im Informationsdschungel

- Die/der für Ihren Betrieb zuständige Gewerbeaufsichtsbeamtin/-beamte.
- Der Arbeitskreis betriebliche Gesundheitsförderung im Amt für Arbeitsschutz. Er kann Sie bei der Initiierung und Durchführung betrieblicher Gesundheitsförderungsprojekte beraten und Ihnen weitere Ansprechpartner nennen. Kontakt: Margit Freigang, E-mail: [margit.freigang@bwg.hamburg.de](mailto:margit.freigang@bwg.hamburg.de).
- Die kostenlose Informationsmappe zur betrieblichen Gesundheitsförderung des Amtes für Arbeitsschutz (Bezug siehe unter Impressum in dieser Broschüre).
- Ihre zuständige Berufsgenossenschaft. Sie kann Ihnen im Einzelfall als externer Berater zur Seite stehen, insbesondere in Fragen des Arbeitsschutzes.
- Einige Krankenkassen wie z.B. die AOK Hamburg können, abhängig von der Betriebsgröße, Arbeitsunfähigkeitsdaten auswerten, bieten Prozessberatung an, unterstützen bei der Moderation von Gesundheitszirkeln und der Bewertung durchgeführter Maßnahmen betrieblicher Gesundheitsförderung.
- Hamburger Arbeitsgemeinschaft für Gesundheitsförderung (HAG), Arbeitskreis „Gesundheitsförderung in der Arbeitsumwelt“. Hier findet seit vielen Jahren ein Erfahrungsaustausch im Bereich betrieblicher Gesundheitsförderungsprojekte statt. Jede/r ist willkommen. Kontakt: Axel Herbst, E-mail: [herbst@arbeitundgesundheit.de](mailto:herbst@arbeitundgesundheit.de)
- Gesunde Arbeit. Das Informationsportal rund um Arbeit und Gesundheit in Hamburg. Das Portal versteht sich als Vermittler von Informationen, Beratungsangeboten und Koordinator des Erfahrungsaustausches zwischen Gesundheitsschutzakteuren. [www.gesundearbeit.info](http://www.gesundearbeit.info).

## Impressum

### Herausgeber

Behörde für Soziales, Familie,  
Gesundheit und Verbraucherschutz  
Amt für Arbeitsschutz  
Billstraße 80  
20539 Hamburg  
[www.arbeitsschutz.hamburg.de](http://www.arbeitsschutz.hamburg.de)  
[arbeitsschutztelefon@bsg.hamburg.de](mailto:arbeitsschutztelefon@bsg.hamburg.de)  
Arbeitsschutztelefon: 040/ 428 37 - 2112

### Bezug

Diese Information (BGF 9) und die  
Info-Mappe BGF können Sie kostenlos  
bestellen unter der o. a. Anschrift  
und unter  
Tel.: 040 / 428 37 - 3134  
Fax: 040 / 427 94 - 8048

[publicorder@bsg.hamburg.de](mailto:publicorder@bsg.hamburg.de)  
[www.arbeitsschutzpublikation.hamburg.de](http://www.arbeitsschutzpublikation.hamburg.de)

### Gestaltung

[www.kwh-design.de](http://www.kwh-design.de)

### Druck

Landesbetrieb Geoinformation  
und Vermessung

2. Auflage, Dezember 2005

Impressum aktualisiert 05.06

## Anmerkung zur Verteilung

Diese Druckschrift wird im Rahmen der Öffentlichkeitsarbeit des Senats der Freien und Hansestadt Hamburg herausgegeben. Sie darf weder von Parteien noch von Wahlwerbern oder Wahlhelfern während eines Wahlkampfes zum Zweck der Wahlwerbung verwendet werden. Dies gilt für Bürgerschafts-, Bundtags und Europawahlen sowie die Wahlen zur Bezirksversammlung. Missbräuchlich ist insbesondere die Verteilung auf Wahlveranstaltungen, an Informationsständen der Parteien sowie das Einlegen, Aufdrucken oder Aufkleben parteipolitischer Informationen oder Werbemittel. Untersagt ist gleichfalls die Weitergabe an Dritte zum Zwecke der Wahlwerbung. Auch ohne zeitlichen Bezug zu einer bevorstehenden Wahl darf die Druckschrift nicht in einer Weise verwendet werden, die als Parteinahme der Landesregierung zugunsten einzelner politischer Gruppen verstanden werden könnte. Die genannten Beschränkungen gelten unabhängig davon, wann, auf welchem Weg und in welcher Anzahl diese Druckschrift dem Empfänger zugegangen ist. Den Parteien ist es jedoch gestattet, die Druckschrift zur Unterrichtung ihrer eigenen Mitglieder zu verwenden.

