

Deine  
Psyche?

Psychische Gesundheit am Arbeitsplatz

Genossenschaft Migros Luzern

Luzerner Kongress Gesellschaftspolitik 2022

Kein  
Tabu!

**MIGROS**

- 1. Fehlzeiten**
- 2. Folgen**
- 3. Umgang mit den Folgen  
(Migros Luzern)**
- 4. Präventive Massnahmen  
(Migros Luzern)**

# 1. Fehlzeiten

## Verständnis

### Fehlzeiten?

- Jemand fehlt → organisatorisch: Lücke im Prozess!
- Etwas ist falsch → persönlich: Blaumacher, schon wieder!
- Nicht kalkuliert → betriebswirtschaftlich: Unkosten!
- Reaktion auf Missstände → sozial: Warum?
- Neues Risiko → ökonomisch: Achtung Fachkraft!

Anwesenheitsmanagement:  
Professionelle Be- und Verarbeitung

... zu spät!

## 2. Folgen aus Fehlzeiten

### Belastungen

#### Persönlich (privates Umfeld)

- Gesundheit / Heilung
- Finanzierung (Lohnersatz)
- Krankenkassenkosten
- Pflichterfüllung  
(Familienpflege und –unterstützung)
- Vereinstätigkeit (privates Umfeld)
- Was denkt der Chef (Jobsicherheit)
- Was denkt das Team  
(Andere müssen Einspringen)

#### Unternehmerisch (Arbeitsumfeld)

- Prozessunsicherheit!  
(Kurzzeit- / Langzeitabsenzen)
- Arbeitsplatzorganisation umplanen!
- Arbeitsplatzsicherheit?  
(Wie sieht die Zukunft aus)
- Taggeld- Prämienkosten!  
(Kosten- Belastungen)
- Sozialversicherungsleistungen AG!  
(Kosten- Belastungen)

Psychische Gesundheit leidet! Arbeitsleistung leidet!

... zu spät!

## 3. Umgang mit den Folgen

### Organisation

#### Unternehmensprozesse

##### The Show must go on!

- Ersatz organisieren  
(Ferien absagen, Überstunden produzieren, etc.)
- Umplanung Arbeitsorganisation  
(Zeit- und Prozessplanung)

↪ Zusatzbelastungen andere Mitarbeitende  
(physisch und/oder psychisch)

↪ Erhöhtes Risiko für weitere Absenzen  
(Unfall und Krankheit)

#### Personalprozesse

- Kranken- und Unfalladministration  
(Meldungen, Zeugnisse Taggelder)
- Betreuung durch Führungsperson  
(regelmässige Kontakte, Wiedereingliederung)
- Betreuung durch interne Anlaufstellen / Case-Management
  - ↪ Zusammenarbeit Sozialversicherungen
  - ↪ Fach-Gespräche,
  - ↪ Prozesse Mobbing, sexuelle Belästigung,
  - ↪ Unstimmigkeiten betrieblich und/oder privat,
  - ↪ Disziplinarische Massnahmen
  - ↪ Wiedereingliederungen,
  - ↪ etc.

**...zu spät!**

→ **Prävention / Früherkennung**

# 4. Präventive Massnahmen (Gesundheitsschutz / Gesundheitsförderung / Prävention)

2019 - ....

2014 - 2018

2010 - 2014



- Resilienz
- Bewegung
- Ernährung
- Schlaf
- Entspannung
- etc.

**Deine Psyche? Kein Tabu!**

**MAI/JUNI LUEG ZU DIR. 22**

**Das isch s'Zäni!**

Sie haben bereits eine Menge über psychische Gesundheit gelernt. Nun wird es Zeit, etwas zu tun. Denn je besser Sie zu sich schauen, desto besser geht es Ihnen. Aus diesem Grund laden wir Sie in den kommenden Wochen und Monaten ein, regelmässig etwas für Ihr Wohlbefinden zu tun. Unser Kalender liefert Ihnen die entsprechenden Anregungen. Sie haben allesamt das gleiche Ziel: Dass es Ihnen so richtig gut geht. Nutzen Sie diese Chance: **Machen Sie mit!**

Diese 10 Schritte werden Sie in Zukunft begleiten:

<b>Bleiben Sie aktiv</b> Tun Sie etwas für Körper und Geist!	<b>Reden Sie darüber</b> Teilen Sie sich mit!	<b>Pflegen Sie Ihre Freunde</b> Finden Sie jemanden, dem Sie vertrauen!	<b>Machen Sie etwas Kreatives</b> Verwirklichen Sie Ihre Ideen!
<b>Fragen Sie um Hilfe</b> Holen Sie sich Rat!	<b>Entspannen Sie sich</b> Lassen Sie die Seele baumeln!	<b>Geben Sie sich nicht auf</b>	<b>Beteiligen Sie sich</b>
<b>Lernen Sie Neues</b> Probieren Sie etwas aus!	<b>Nehmen Sie sich an</b> Akzeptieren Sie Ihre Fähigkeiten und Grenzen!		

Montag 30.    Dienstag 31.    Mittwoch 01.    Donnerstag 02.

**ICH DREHE MICH IM KREIS. REHE IM**

Beim Rotari kann das sein. Bei Menschen auch.

Beim Rotari kann das sein. Bei Menschen auch.

Die psychische Gesundheit liegt uns am Herzen – eine Initiative der Migros.

Die psychische Gesundheit liegt uns am Herzen – eine Initiative der Migros.

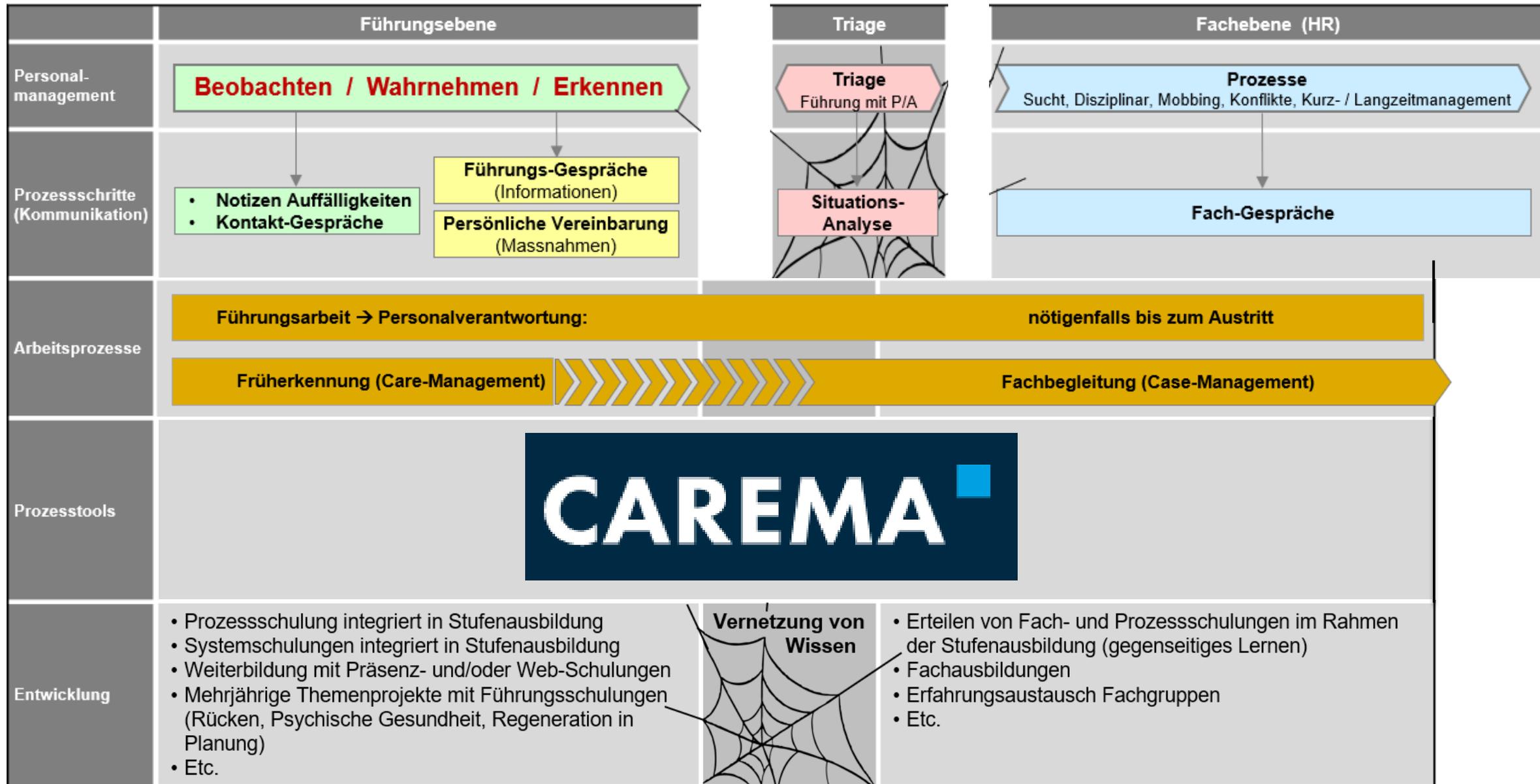


«Wir stärken uns den Rücken»

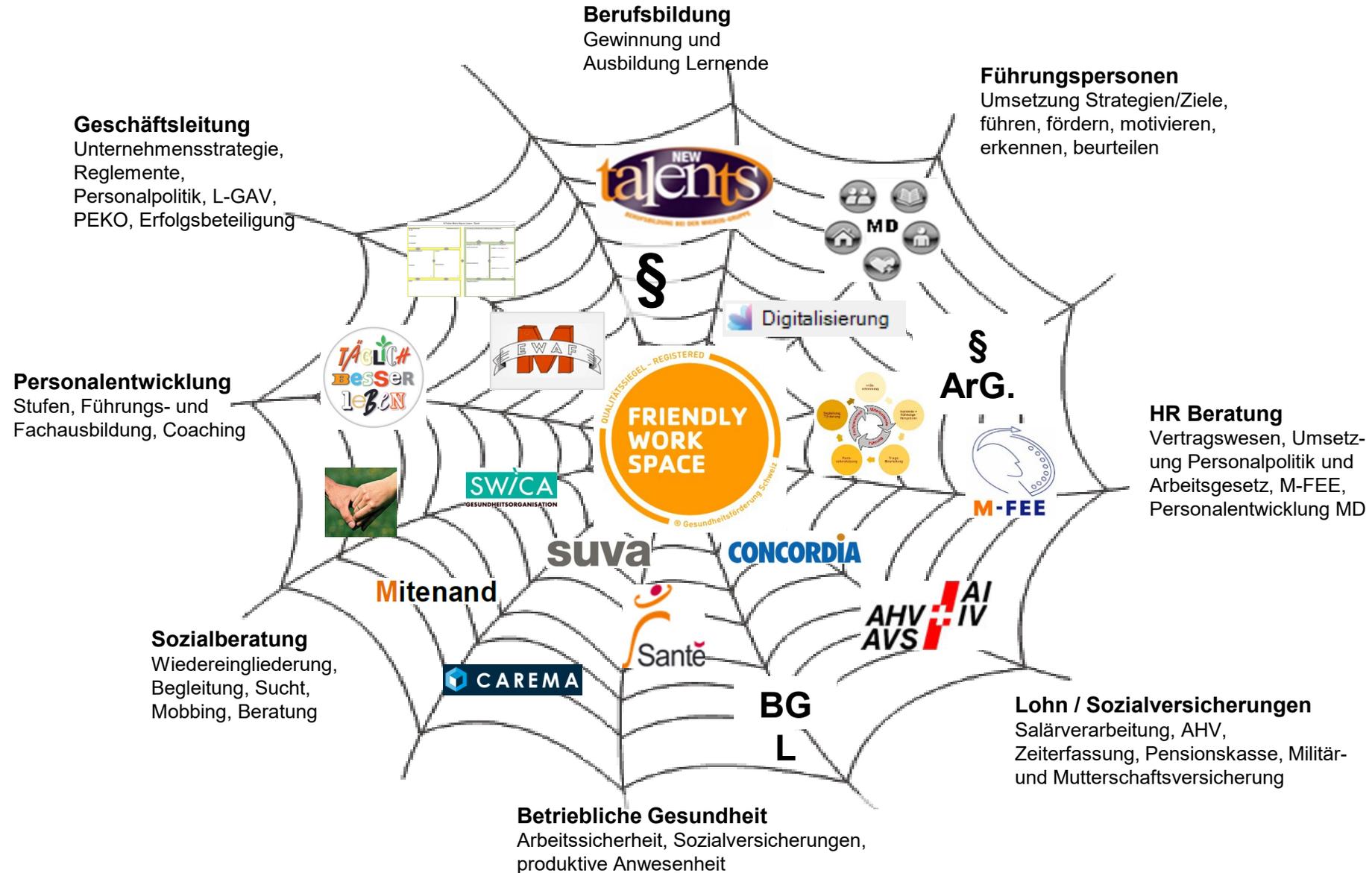


Dein Rücken

# 4. Präventive Massnahmen (Personal-Betreuungsprozess / Führung / Früherkennung)



# 4. Präventive Massnahmen (Zusammenspiel interner und externer Massnahmen)



## 4. Präventive Massnahmen

### Gesunde Mitarbeitende / Angenehmes Arbeitsumfeld / Weiterentwicklung Mitarbeitende / Anlaufstellen

- **Unterstützende Abteilungen!**
  - Interne Sozialberatung
  - Betriebliche Gesundheit
  - HR Beratung
  - Berufsbildung
  - Personalentwicklung
- **Personalentwicklung**
  - zur freien Nutzung bis zu 800.– pro Jahr
  - Interne Personalentwicklung / Karriereplanung (MD)
- **Arbeitssicherheit / Gesundheitsschutz / Ergonomie**
- **Familienfreundliche Arbeitszeitmodelle**
- **Landes Gesamtarbeitsvertrag**
- **Freiwillige Kinderzulagen**
- **Lohngerechtigkeit / Lohngleichheit**
- **Regelmässige Befragung der Mitarbeitenden**  
mit Analyse von Ursachen und kommunizierten Massnahmen

