

# Gesundheit ist Chefsache

**Wenn Unternehmer das Thema betriebliches Gesundheitsmanagement (BGM) diskutieren, hört man oft Argumente wie «zu teuer», «keine Ressourcen» oder das «Tagesgeschäft, das alle auffrisst». Warum kann es sich trotzdem lohnen der Betriebsgesundheit gebührende Aufmerksamkeit zu schenken? Die BBS by office vitality AG mit Sitz in Wil plant und optimiert Arbeitsumgebungen nach neusten ergonomischen und organisatorischen Grundsätzen. Geschäftsinhaber Urs Litscher erklärt die Wichtigkeit des Themas.**

**Urs Litscher, wie würden Sie Ergonomie beschreiben?**

Der Begriff «Ergonomie» kommt aus dem Griechischen und bedeutet «ergon» = Arbeit und «nomos» = Gesetz/Regel. Sozusagen die Lehre der menschlichen Arbeit. Mit Ergonomie am Arbeitsplatz schaffen wir bessere Bedingungen für die Arbeitnehmenden.

**Erklären Sie uns «erkranken». Was hinterlässt denn Spuren, die zu verminderter Arbeitsleistung führen?**

Gemäss Umfragen erleben 41 % ihren Beruf als psychisch und nervlich belastend. Risiken sind Stress, Zeitdruck, Lärm, Nervosität und Spannungen am Büroarbeitsplatz. Und ehrlich: Wer kennt das heute nicht?!

## «Ergonomie beinhaltet mehr als eine Höheneinstellung des Arbeitstisches.»

Gesundheit, Motivation und Wohlbefinden werden gefördert. Es ist nachgewiesen, dass immer mehr Menschen arbeitsbedingt erkranken, was intensive Kosten zur Folge hat. Wir beugen dem vor indem wir individuell auf die verschiedenen Arbeitnehmenden eingehen.

**Was können Sie aus Ihrer eigenen Erfahrung sagen: Wie wichtig ist eine ergonomische Büroarbeitsplatzgestaltung?**

Gesunde Mitarbeitende, die sich am Arbeitsplatz wohl fühlen, sind das Kapital jedes Unternehmens. Einerseits wird gesunder Lifestyle immer wichtiger. Wenn man bedenkt, wie viel Zeit im Büro verbracht wird, ist schnell klar, wie zentral ein ergonomischer Arbeitsplatz ist. Andererseits verzeichnen Unternehmen, welche Wert auf Ergonomie legen, deutlich weniger Arbeitsausfälle und Stellenwechsel.

Das ganze BBS-Team  
inkl. Masseurinnen:  
Hinten von links:  
Petra Brunner,  
Claudia Litscher-Kehl,  
Michèle Sieber,  
Tanja Gähwiler,  
Monika Germann,  
Victoria Höfliger  
Vorne von links:  
Urs Litscher,  
Fritz Kehl  
Auf dem Foto fehlt:  
Yanik Litscher





#### **BBS by office vitality AG**

Büroeinrichtungen | Büroplanung | Ergonomie  
Glärnischstrasse 42 | 9500 Wil  
Tel. 071 923 88 11

Vom ehemaligen Büromöbelhändler zum langjährig erfahrenen Büroplaner und Ergonomieberater. Da die BBS das Gesamtkonzept des Arbeitsplatzes verinnerlicht hat, bietet sie für Ihre Kunden eine durchdachte Gesamtlösung.

#### **Zurzeit ist die Wirtschaft sehr zurückhaltend. Warum sollte Ergonomie trotzdem ernst genommen werden?**

Weil die Mitarbeitenden in allen Zeiten zum Unternehmen gehören und in weniger guten Zeiten viel Verantwortung übernehmen, um den Unternehmenserfolg wieder zu steigern. Gute Mitarbeitende sind gefragt; man sollte ihnen Sorge tragen.

#### **Was sind die Vorteile von ergonomisch gestalteten Büroarbeitsplätzen?**

Sobald die Ergonomie im unternehmerischen Denken und Handeln verankert ist, kann mit geringeren Absenzen, einem besseren Betriebsklima und zufriedeneren Mitarbeitenden gerechnet werden. Die genannten Punkte wirken sich positiv auf die Leistung der Mitarbeitenden und somit auf die gesamte Leistungsfähigkeit des Unternehmens aus.

### «Gute Mitarbeiter will man behalten.»

#### **Ist es mit einer Arbeitstisch- und Stuhleinstellung getan?**

Um kurz am Tisch zu sitzen ja. Für ein optimales Arbeitsumfeld nicht. Viele Faktoren rund um den Büroarbeitsplatz gilt es zu beachten. Da wir langjährige Büroplaner sind, kennen wir die Möglichkeiten von Akustiklösungen, Lichtkonzepten, Verbesserungen des Raumklimas, Ausmerzungen von Störpotenzial uvm. Stellen Sie sich vor, Sie müssen konzentriert arbeiten und fünf Personen um Sie herum wirken störend. Sie benötigen die doppelte Zeit und Ihre Nerven noch dazu.

#### **Das, was Sie erzählen, spricht mich an.**

##### **Was darf ich erwarten?**

Wir gehen in 4 Schritten vor. Diese sind unabhängig voneinander, ergeben aber zusammen das Gesamtpaket. 1.) Wir stellen die Büroarbeitsplätze nach ergonomischen Vorschriften und persönlichen Bedürfnissen ein. 2.) Als Nächstes optimieren wir die Arbeitsplatzanordnung, Beleuchtung, Akustik, Störpotenzial etc. – zeigen Lösungen auf. 3.) Sollte der Büroarbeitsplatz grundsätz-

lich verbessert werden, planen wir das Mobiliar (bestehendes und neues) optimal in 2D und 3D ein 4.) Durch unser Montageteam wird der Büroarbeitsplatz umgestellt oder ergänzt.

#### **Meine Mitarbeitenden müssen sich mit dem Thema anfreunden, was kann ich tun?**

Grundsätzlich sind Menschen Gewohnheitstiere und haben Respekt vor Veränderungen. Hier kann sich aber jeder Mitarbeitende freuen. Er steht im Fokus, es geht um sein Wohl beim Arbeiten. Wir organisieren auch attraktive Gesundheitstage, je nach Bedürfnis. Diese können z. B. folgendes beinhalten: Einstellen der Büroarbeitsplätze, Referate, Instruktion von Entspannungsübungen, Massagen am Arbeitsplatz.

#### **Massagen am Arbeitsplatz?!**

Ganz genau. Die BBS verfügt über medizinisch geschultes Massagepersonal, welches bei den Firmen in einem separaten Raum die Mitarbeitenden für 30 Minuten massiert. Dies wirkt Kopfschmerzen, Verspannungen und Rückenbelastungen entgegen. Unser eigenes Team wird auch alle 2 Wochen massiert – ich möchte nicht darauf verzichten!

#### **Mit welchen Fragen kommen Interessenten auf Sie zu?**

Gemäss unserer Erfahrung sind die häufigsten Fragen: «Ich habe das Gefühl, wir könnten effektiver werden, wenn meine Arbeitnehmenden sich mehr um ihre Gesundheit kümmern würden – wie kann ich sie unterstützen?» – «Meine Angestellten klagen über Kopfschmerzen und Augenprobleme – was kann ich tun?», «Die Absenzzzeit ist bei uns zu hoch – was können wir aktiv unternehmen?»

#### **Können Sie uns etwas zum Nachdenken mitgeben?**

Ich hoffe, der ganze Text regt zum Nachdenken an (schmunzelt). Nein, ernsthaft: In vielen Leitbildern taucht folgende Aussage immer wieder auf: «Mitarbeitende sind unser wichtigstes Kapital». Stehen Sie dahinter? Sind dies nur Worte oder folgen Taten? Denken Sie über die Wichtigkeit Ihrer Mitarbeitenden nach.