

«gesund und zwäg im Aargau»



Wie können Arbeitsplätze gestaltet werden, dass sie für Fachkräfte attraktiv sind und gesundes und motiviertes Arbeiten bis zur Pension oder darüber hinaus ermöglichen?

Spätestens seit Ausbruch der Corona-Pandemie sind Betriebe gezwungen, sich mit der Gesundheit ihrer Mitarbeitenden auseinanderzusetzen. Wer sich mit dem Thema beschäftigt merkt schnell, dass es um mehr als körperliches Wohlbefinden geht. Auch psychische und soziale Faktoren spielen eine Rolle. Der Sozialdienst des Bezirks Kulm ist Mitglied im Verein Forum BGM – wir haben nachgefragt.

Was hält gesund und was macht krank? Wenn es um die Gesundheit am Arbeitsplatz geht, rücken neben Themen wie Bewegung, Ernährung oder Entspannung auch Begriffe in den Vordergrund, die auf den ersten Blick wenig mit Gesundheit zu tun haben: Führung, Personalmanagement, Kommunikation, Team- und Organisationsentwicklung. Der Verein Forum BGM unterstützt kostenlos alle Aargauer Betriebe und Organisationen bei der Einführung und Umsetzung von gesundheitsförderlichen Massnahmen am Arbeitsplatz. Das Forum BGM ist strategisch in das Departement Gesundheit und Soziales (DGS) eingebettet.

Ein Pausenapfel reicht nicht

Die Mitarbeitenden von Siegfried Sommerhalder, Stellenleiter des Sozialdienstes im Bezirk Kulm, stehen täglich vor grossen Herausforderungen. Sie müssen während ihrer Arbeit einen Spagat machen zwischen fürsorglichem und nachsichtigem Beraten und Begleiten und auf der an-

deren Seite konsequentem Handeln nach den herrschenden Gesetzesgrundlagen. Um diese Situation zu meistern, müssen die Rahmenbedingungen am Arbeitsplatz stimmen. Es braucht weit mehr als einen ergonomischen Arbeitsplatz und einen Pausenapfel, sondern eine Betriebskultur mit einer offenen und ehrlichen Kommunikation, mit gegenseitigem Vertrauen und einer produktiven Fehlerkultur. «Ein waches Auge über die individuelle Gesundheit ist zwingend in unserem Betrieb», informiert Siegfried Sommerhalder.

Psychohygiene ernst nehmen

Siegfried Sommerhalder nimmt seine Verantwortung als Arbeitgeber ernst: «Meine Mitarbeitenden arbeiten tendenziell in einem Burn-Out-gefährdeten Beruf. Es ist meine Pflicht, genau hinzuschauen und zu erkennen, wo eine Schiefelage entsteht. Wenn sich jemand zu wenig distanzieren kann und sich die Arbeit in seinen Träumen einnistet, dann ist es höchste Eisenbahn zu analysieren, wieso das passiert. Neben zu hohen Fallzahlen – was unweigerlich zu einer übermässigen Stressbelastung führt – hat das auch mit der psychologischen Verarbeitung zu tun und man muss sich dringend mit der Psychohygiene beschäftigen. Wir machen das regelmässig präventiv, indem monatlich Supervisionen oder Coachings stattfinden. Auch Scheitern und Fallversagen dürfen und müssen dabei thematisiert werden – und es dürfen auch mal Tränen fliessen. In Ausnahmesitua-

tionen könnten Supervisionen auch kurzfristig einberufen werden. Durch die beigezogenen externen Fachpersonen können sich betroffene Mitarbeitende wieder neu positionieren und erhalten durch die Aussensicht wieder eine gesunde Distanz zu ihrer Arbeit.»

Helen Dietsche



«Durch die Mitgliedschaft beim Forum BGM habe ich ein hohes Sensorium zum Thema «Gesundheit am Arbeitsplatz» entwickelt. Ich finde es enorm wichtig, dass diese Themen angesprochen, weil sie sonst in unserer Leistungsgesellschaft schlicht und ergreifend untergehen würden.»

Siegfried Sommerhalder, Stellenleiter des Sozialdienstes im Bezirk Kulm

BGM-Tagung

Fachliche Inputs, praktische Tipps

Jetzt anmelden zur kostenlosen Teilnahme an der BGM-Tagung vom 11. November 2020 – völlig unkompliziert via Live-Stream.

«Vom alten Eisen zum Edelmetall – Ressourcen älterer Mitarbeitenden richtig einschätzen und entwickeln» ist das Thema der nächsten kantonalen BGM-Tagung. Wie können Arbeitsplätze gestaltet werden, dass sie für Fachkräfte attraktiv sind und gesundes und motiviertes Arbeiten bis zur Pension oder darüber hinaus ermöglichen? Können flexible Arbeitsmodelle Mitarbeitende langfristig an ihr Unternehmen binden und wie können solche Modelle konkret aussehen? Welche Herausforderungen begegnen Unternehmen bei der Beschäftigung älterer Mitarbeitenden und wie wichtig sind die Personenmerkmale? Welche Rolle spielt die Weiterbildung? An der 10. kantonalen BGM-Tagung erhalten Sie nicht nur fachliche Inputs, sondern auch viele praktische Tipps und Anregungen für den Führungsalltag. Aufgrund der aktuellen Lage findet die Veranstaltung online statt und ist für alle Interessierten Personen kostenlos. Die Veranstaltung selbst

wird live durchgeführt und übertragen. Ebenfalls wird an der Tagung der neue Imagefilm sowie der für die Tagung produzierte Kurzfilm gezeigt. Wir freuen uns auf Ihre Anmeldung bis am 7. November 2020.

Infos und Anmeldung: www.bgm-ag.ch/tagung



Referiert unter anderen der BGM-Tagung: Prof. Dr. Anne Jansen, Dozentin an der Fachhochschule Nordwestschweiz FHNW.

Die Dienstleistungen

Forum BGM auf einen Blick

Das Forum BGM ist strategisch in das Departement Gesundheit und Soziales (DGS) eingebettet. Der Kanton Aargau unterstützt und fördert so die Gesundheit der Aargauerinnen und Aargauer getreu dem Motto «gesund und zwäg im Aargau».

Dienstleistungen für sämtliche Aargauer Betriebe und Organisationen:

- Informationsportal zu Themen der betrieblichen Gesundheitsförderung
- Newsletter zu aktuellen Themen rund um die Gesundheit am Arbeitsplatz
- Kostenloses und unverbindliches Standortgespräch zur «Gesundheit am Arbeitsplatz». Bei diesem Treffen wird erörtert, was den Betrieb derzeit beschäftigt, wie es den Mitarbeitenden geht, was gut läuft und wo Belastungen auftreten. Anschliessend wird gemein-

sam analysiert, welche Schritte der Betrieb einleiten kann, um die Gesundheit am Arbeitsplatz zu fördern.

- Jährliche kantonale BGM-Tagung
- Erfahrungsaustausch-Treffen zu spezifischen Themen

Zusätzliche Dienstleistungen für Vereinsmitglieder (Mitgliederbeitrag ab 20 Franken):

- Kostenloser BGM-Halbtage: Das Forum BGM stellt Ihrem Betrieb vier Stunden Expertenwissen zur Verfügung, die je nach Bedürfnis eingesetzt werden können
- Anlaufstelle für spezifische Gesundheitsfragen in Ihrem Betrieb
- Material für Gesundheitskampagnen im Betrieb
- Vergünstigungen auf Weiterbildungsangebote im Bereich BGM
- Kostenlose Veranstaltungen wie z.B. BGM-Tagung und ERFA-Treffen und Fachreferate
- Vernetzung

Bund verstärkt Massnahmen gegen das Coronavirus

Ab 29. Oktober gilt schweizweit:

Verbot von Veranstaltungen und Versammlungen

Nicht mehr als 10 Personen im Freundes- und Familienkreis

50+ Keine Veranstaltungen mit mehr als 50 Personen

15+ Keine Ansammlungen von mehr als 15 Personen im öffentlichen Raum (seit 19.10.)

Ausnahmen: Parlamente, Gemeindeversammlungen, Kundgebungen, Unterschriftensammlungen

Regeln für Sport und Kultur

Verbot sportlicher und kultureller Aktivitäten mit mehr als 15 Personen. Ausnahmen: Trainings und Proben von unter 16-Jährigen und im Profi-Bereich. Strengere Regeln für Kontaktsport und Chöre.

Fernunterricht an Hochschulen (ab 2.11.)

Schliessung von Tanzlokalen und Discos

Regeln für Bars und Restaurants

Höchstens 4 Personen pro Tisch

Sperrstunde von 23 bis 6 Uhr

Weiterhin: Sitzpflicht und Kontaktdaten erheben

Ausgedehnte Maskenpflicht

Neu (zusätzlich zu ÖV, Haltestellen und öffentlich zugänglichen Innenräumen):

- In Schulen ab Sekundarstufe II
- Bei der Arbeit drinnen (ausser am Arbeitsplatz, sofern Abstand eingehalten wird)

Ausnahmen: Kinder unter 12 Jahren und Personen mit ärztlichem Attest

- Im Aussenbereich von Restaurants, Läden u.ä. sowie in belebten Fussgängerzonen
- Im öffentlichen Raum, wenn Abstandhalten nicht möglich ist

Achtung: In bestimmten Kantonen gelten strengere Regeln

Weiterhin gilt:

- Kontakte reduzieren
- Handhygiene beachten
- Wenn möglich Homeoffice
- Abstand halten

Kunstsupermarkt in Solothurn

Echte Kunst muss nicht teuer sein

Am kommenden Wochenende öffnet der 21. Schweizer Kunstsupermarkt seine Türen. Über 7000 Unikate von 122 Künstlerinnen aus 12 Nationen warten auf Besucherinnen und Käufer. Corona bedingt werden nur wenige Besucher aufs mal in die Ausstellungshallen gelassen. Die Ausstellung hat ein Gratis-Ticketing eingerichtet und hofft auf das Verständnis der Besucherinnen und Besucher.

Wenige Kunst-Events ziehen so viele Menschen an wie der seit 21 Jahren in Solothurn stattfindende Schweizer Kunstsupermarkt. In diesem Jahr werden die Besucher allerdings gebeten, sich im Internet ein Gratis-Eintrittsticket zu reservieren und dabei die täglich publizierten Bestellzahlen zu beachten, denn wenn zu viele Personen auf einmal kommen, sind Wartezeiten unumgänglich. Natürlich gelten auch im Kunstsupermarkt eine Maskenpflicht, sowie die bekannten

Hygiene- und Abstandsregeln. Die Ausstellung präsentiert viele neue Kunstschaaffende. Künstlerinnen und Künstler, welche wegen Corona um ihre Existenz bangen und deshalb froh sind, ihre Arbeiten in Solothurn zeigen zu dürfen. Unter Ihnen fünf junge Künstler aus Barcelona, welche von der Ausstellungsorganisation eine «Wildcard» erhalten haben. Wie immer werden im Kunstsupermarkt ausschliesslich Unikate zu festen Preisen von 99.– bis 599.– Franken angeboten. In der Sonderschau «Solothurner Hängung» finden sich inzwischen auch grossformatige, teure Werke.

Der 21. Schweizer Kunstsupermarkt in Solothurn ist täglich geöffnet und dauert vom 6. November bis 10. Januar 2021.

Gratis-Tickets und aktuelle Corona-Informationen unter www.kunstsupermarkt.ch