

# HR Guide 2019

**HR Today**

# HR Guide 2019

Das HR-Jahrbuch mit allen wichtigen Anbietern für die Schweiz.

**Auflage:** 5.500 Exemplare

**Distribution:** Beilage im HR Today Ausgabe 11 (Oktober 2019), Abgabe an der Recruiting Convention, Versand an Prospective-Kunden.

**Format:** 210 x 280 mm

**Preis:** CHF 3900.– (inklusive Onlineprofil für 12 Monate auf hrtoday.ch 130.000 Seitenzugriffe, 70.000 Besucher im Monat)

**Anzeigen- und Druckunterlagenschluss:** 16. August 2019

## Was wir benötigen:

### Linke Seite

Text: Maximal 3.500 Zeichen (inklusive Leerzeichen)  
Bilder, Logo in Druckqualität (von mind. 300 dpi)

### Rechte Seite:

Ein Anzeige  
Format 210x280mm (plus 3mm Beschnitt)  
Pdf oder Jpg (von mind. 300 dpi)

## Ansprechpersonen



**Aurelia Keusch**  
Key Account Manager  
Tel: 044 269 50 34  
ak@hrtoday.ch



**Renato Graziano**  
Key Account Manager  
Tel: 044 384 55 16  
rg@prospective.ch



**Mari Greco**  
Key Account Manager  
T 044 269 50 28  
mg@hrtoday.ch

HR Dienstleistungen/Praxismarkt

### ALMA Medien AG

#### HR Today – Know-how for Tomorrow

**Mehrdimensionale Analyse**  
«M-Well ist das Ergebnis einer Zusammenarbeit zwischen Swiss Gesundheitsförderung Schweiz sowie dem Bundesamt für Gesundheit», erläutert die BGM-Verantwortliche der Migros Waadt, Laurence Dumont-de-Vostel. Diese Einrichtungen hätten mit der Firma Sportegg einen Partnerschaftsvertrag abgeschlossen, welche die Internetplattform bereitstelle und sich um die Vernetzung der verschiedenen Projektaktoren kümmern. Jeder Migros-Waadt-Mitarbeiter könne sich per Smartphone mit der Sportegg-Internetplattform verbinden, um mehrere Facts zu abzuwecken. Die Daten blieben anonym und würden dem Arbeitgeber nicht übermittelt. Nach Testabschluss erhalten alle Teilnehmer eine Auswertung in Form eines Gesundheits-Avatars sowie weitere individuelle Gesundheitstipps. Bisher hätten von 3000 Mitarbeitern rund 400 ein Gesundheitsprofil erstellt.  
«Mit M-Well bieten wir unseren Mitarbeitenden eine mehrdimensionale Analyse an, die Beschwerden des Bewegungsapparates und der Psyche sowie die Ernährung einbezieht», sagt Anne-Valeine Büchler. «Eine Rolle ist es, Mitarbeitenden Instrumente zur Ermittlung ihrer Bedürfnisse und Hilfsmittel zur Verfügung zu stellen, wenn sie aktiv werden möchten. Es besteht jedoch keinerlei Verpflichtung, das Tool zu nutzen.»  
Erste Auswertungen dieser Daten lassen eine «gewisse körperliche Ermüdung und Stressbelastung» erkennen. Mit ihrer Mitarbeiterin legt Karen Hitz den Finger auf die wunden Punkte und erläutert im In den Schluss, dass unsere Mitarbeitenden ermüden, weil sie ihre Körperhaltung nicht verändern. Besonders stark von dieser Problematik betroffen sind Kassiererinnen und Kassierer, die hauptsächlich standend arbeiten.»

**Neue Technologien**  
Einzug ins Betriebliche Gesundheitsmanagement.  
Auch bei der Detailbildlerin Migros Waadt, die mit M-Well im Januar 2018 ein Pilotprojekt lanciert hat, das es ermöglicht, die  
**gesundheitlichen** Bedürfnisse der Mitarbeitenden besser einschätzen. Mithilfe einer mobilen App können diese auf eine  
**Internetplattform** wo sie eine Reihe Fragen beantworten, um ein  
**anonymes** Gesundheitsprofil zu erstellen. «Dank dieser  
**Daten sind wir in der Lage, gezieltere** Massnahmen wie unternehmensweite Projekte oder auf bestimmte Berufsgruppen zugeschnittene Initiativen zur Gesundheitsförderung in die  
**Weg zu führen.**», sagt Anne-Valeine Büchler, die bei der Migros Waadt für das HR-Management sowie für die Gesundheit und die Arbeitsicherheit verantwortlich ist.

**Physiotherapie gegen Beschwerden**  
Das die Gemeinschaft Migros Waadt im Betrieblichen Gesundheitsmanagement eine Kontrolle spielt, ist zum Teil Marc Schaefer zu verdanken, der seit 2007 Gesundheitsbeauftragter hat und ermüdet, konkrete Massnahmen vorzuschlagen», sagt Anne-Valeine Büchler. Neben M-Well wurden weitere Initiativen ins Leben gerufen. So müssen alle Führungskräfte eine Schulung zum Gesundheitsschutz am Arbeitsplatz

10 HR Today HR Guide 2019

HR Today  
Schweizerischer Arbeitgeberverband

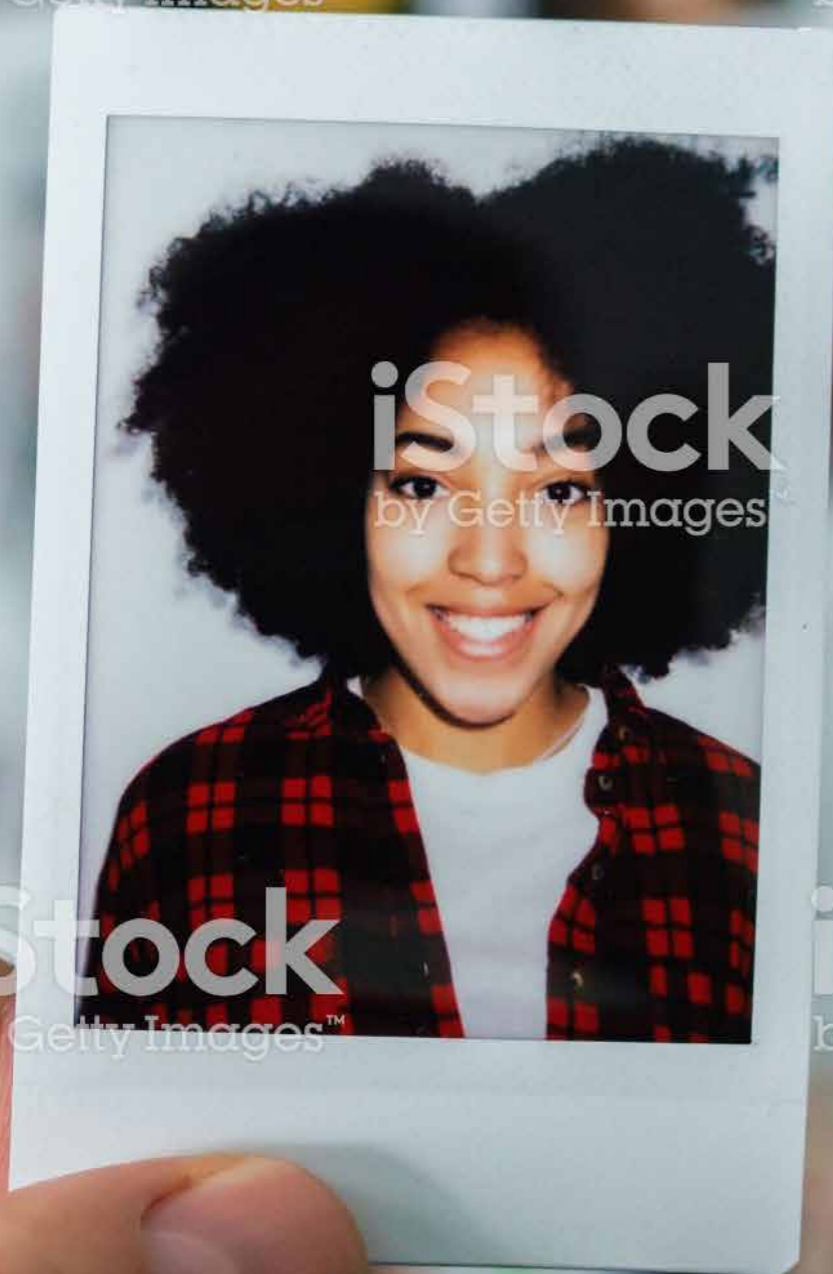
Beste Arbeitgeberin HR Today-Schweizerischer Arbeitgeberverband  
... 60,-  
Start CHF 75,-  
Trennung und Abzug (Abw.-Code: MAG18)

## Mehr Leistungstärke

in allen Bereichen des Human Resource Management.

iStock  
by Getty Images™

iStock  
by Getty Images™



iStock  
by Getty Images™

iStock  
by Getty Images™

iStock  
by Getty Images™

iStock  
by Ge

# HR Guide 2019/**Inhalt**

## **Redaktion** **XX**

XXXXXXXXXXXXXXXXXXXX XX

TXXXXXXXXXXXXXXXXXXXX XX

XXXXXXXXXXXXXXXXXXXX XX

XXXXXXXXXXXXXXXXXXXX XX

## **HR-Software** **XX**

Recruiting Software XX

Zeitwirtschaft XX

Beratung und Implementierung XX

Talentmanagement XX

Personalverwaltung XX

HCM-Lösungen XX

Social Collaboration XX

## **Redaktion** **XX**

XXXXXXXXXXXXXXXXXXXX XX

TXXXXXXXXXXXXXXXXXXXX XX

XXXXXXXXXXXXXXXXXXXX XX

XXXXXXXXXXXXXXXXXXXX XX

## **HR-Dienstleistungen** **XX**

Online-Jobbörsen XX

Print-Stellenmärkte XX

Selektion von Dauer- und Temporärstellen XX

Selektion von Kader- und Führungskräften XX

Recruiting Dienstleister XX

Consulting und Employer Branding XX

Outplacement XX

Interim Management XX

BGM XX

Betriebliche Altersvorsorge XX

Interim Management XX

## **Redaktion** **XX**

XXXXXXXXXXXXXXXXXXXX XX

TXXXXXXXXXXXXXXXXXXXX XX

XXXXXXXXXXXXXXXXXXXX XX

XXXXXXXXXXXXXXXXXXXX XX

## **Weiterbildungen** **XX**

E-Learning XX

Sprachschulen XX

Hochschulen XX

Sonstige HR Weiterbildungen XX

# HR-Software

Recruiting Software	XX
Zeitwirtschaft	XX
Beratung und Implementierung	XX
Talentmanagement	XX
Personalverwaltung	XX
HCM-Lösungen	XX
Social Collaboration	XX

# NZZ Executive Für Kaderstellen

«NZZ Executive» ist der Schweizer Stellenbund für Kader und Fachspezialisten und erscheint in der Wochenendausgabe der «Neuen Zürcher Zeitung» und in der «NZZ am Sonntag». Profitieren Sie zusätzlich von einer Präsenz rund um die Uhr auf unserer Online-Plattform jobs.NZZ.ch.

Erscheinungsgebiet:	Deutschschweiz	
Bestandteil Gesamtausgabe:	NZZ Executive Gesamtausgabe	
Erscheinungstage Stellen: Ausgabe)	Samstag, Sonntag (Montag im «Stellenmarkt» intern.)	
Separater Stellenbund: 540 000	immer	Leser:
Auflage Schweiz:	181 486	
Gesamtauflage:	190 162	

## Soziodemografische Angaben der Leser:

		Alter	
Geschlecht	weiblich 44 % männlich 56 %	20–29 Jahre	10 %
		30–39 Jahre	15 %
		40–49 Jahre	19 %
		50–59 Jahre	20 %

## Erwerbstätigkeit

		Brutto HH-Einkommen	
Obere Führungsebene, angestellt	8 %	CHF 4000 bis CHF 5999	12 %
Mittlere Führungsebene, angestellt	20 %	CHF 6000 bis CHF 7999	16 %
Angestellte/r oder Arbeiter/in, angestellt	29 %	CHF 8000 bis CHF 9999	19 %
Freiberufliche	5 %	CHF 10 000 bis CHF 14 999 oder über CHF 15 000	44 %
Unternehmer/in, Inhaber/in	6 %		

Quelle: MACH Basic 2018-1, Schweiz Gesamt

Millimeter-Tarife:	s/w CHF 5.94; 4-farbig CHF 6.79
Rubrizierung der Stellen:	ja
Online-Kombination:	ja
Online-Plattform:	jobs.NZZ.ch
Online-Zuschlag:	CHF 525 / 30 Tage

## Kombinations-Möglichkeiten:

NZZ Executive BusinessCombi: Die Kombination mit «Le Temps» ist das einzige nationale Stellenangebot. Sie erreichen insgesamt 648 000 potenzielle Bewerberinnen und Bewerber.



Marco Hassler  
Key Account Manager  
Falkenstrasse 11, 8021  
Zürich  
T: 044 258 13 72  
marco.hassler@nzz.ch

# NZZ Media Solutions



## NZZ Executive – 2-für-1-Angebot

Den perfekten Kandidaten für Ihre Kaderstelle noch nicht gefunden? Keine Panik. Unser 2-für-1-Angebot wird weitergeführt.

Profitieren Sie auch in Zukunft von der hohen Beachtung Ihrer Stellenanzeige im «NZZ Executive», und dies sogar mit doppeltem Werbedruck.

Bei der Schaltung einer Anzeige erhalten Sie eine zweite Anzeige kostenlos dazu (gleiche Grösse, gleiches Sujet für beide Schaltungen und Erscheinung der zweiten Anzeige innerhalb von drei Wochen).

## Mediadaten

Leserzahl	540 000 Personen
Verbreitete Auflage	190 162 Ex.
Struktur	Männer 56%, Frauen 44%
Seitenpreis/TLP	Fr. 27 200.–/Fr. 50.37

Quelle: MACH Basic 2018-1, WEMF Auflagenbulletin 2017, Schweiz Gesamt.

# ALMA Medien AG

## HR Today – Know-how for Tomorrow

### Mehrdimensionale Analyse

«M-Well ist das Ergebnis einer Zusammenarbeit zwischen Suva, Gesundheitsförderung Schweiz sowie dem Bundesamt für Gesundheit», erläutert die BGM-Verantwortliche der Migros Waadt, Laurence Dumont-dit-Voitel. Diese Einrichtungen hätten mit der Firma Sportegg einen Partnerschaftsvertrag abgeschlossen, welche die Internetplattform bereitstelle und sich um die Vernetzung der verschiedenen Projektakteure kümmere. Jeder Migros-Waadts-Mitarbeitende könne sich per Smartphone mit der Sportegg-Internetplattform verbinden, um mehrere Tests zu absolvieren. Die Daten blieben anonym und würden dem Arbeitgeber nicht übermittelt. Nach Testabschluss erhielten alle Teilnehmer eine Auswertung in Form eines Gesundheits-Avatars sowie weitere individuelle Gesundheitstipps. Bisher hätten von 3500 Mitarbeitenden rund 400 ein Gesundheitsprofil erstellt.

«Mit M-Well bieten wir unseren Mitarbeitenden eine mehrdimensionale Analyse an, die Beschwerden des Bewegungsapparates und der Psyche sowie die Ernährung einbezieht», sagt Anne-Valérie Büchler. «Unsere Rolle ist es, Mitarbeitenden Instrumente zur Ermittlung ihrer Bedürfnisse und Hilfsmittel zur Verfügung zu stellen, wenn sie aktiv werden möchten. Es besteht jedoch keinerlei Verpflichtung, das Tool zu nutzen.»

Erste Auswertungen dieser Daten liessen eine «gewisse körperliche Ermüdung und Stressbelastung» erkennen. Mit ihrer Masterarbeit legt Karen Hitz den Finger auf die wunden Punkte und erläutert im In den Schluss, dass unsere Mitarbeitenden ermüden, weil sie ihre Körperhaltung nicht verändern. Besonders stark von dieser Problematik betroffen sind Kassiererinnen und Kassierer, die hauptsächlich sitzend arbeiten.»

### Globale Herangehensweise

Als Reaktion darauf hat die Migros Waadt für ihre Kassiererinnen und Kassierer Ruheräume mit Liegen eingerichtet, damit sich diese während der Pausen hinlegen und den Kopf ablegen können. «Wir haben ausserdem eine Kommunikationskampagne durchgeführt, um unseren Mitarbeitenden deutlich zu machen, wie wichtig Haltungswechsel und Schlafqualität sind, um diese



XXXXXXXXXX  
XXXXXXXXXX  
XXXXXX



XXXXXXXXXX  
XXXXXXXXXX  
XXXXXX

negativen gesundheitlichen Effekte zu verringern», bemerkt Laurence Dumont-dit-Voitel. «Auch die Ernährung beziehen wir ein. Dahinter steht die Idee einer globalen Herangehensweise an das Thema Gesundheit am Arbeitsplatz. Das Unternehmen bietet die Möglichkeiten und die Mittel an, aber es liegt auch in der Verantwortung jedes einzelnen Mitarbeitenden, sich um seine Gesundheit zu kümmern.»

Die Migros Waadt hat darüber hinaus verschiedene psychosoziale Risiken im Zusammenhang mit den Spitzenzeiten in den Verkaufsstellen ermittelt. Bei starkem Kundenandrang steige der Lärmpegel, der nebst der hohen Kundenfrequenz bei den Beschäftigten Stressempfinden auslöse. Gemäss der Studie von Karen Hitz gaben etwa sechs Prozent der bei der Migros Waadt Beschäftigten an, dass sie an «körperlicher Ermüdung» litten. Die genauen Ursachen davon seien jedoch schwierig zu ermitteln. Sie hingen «mit dem Lärmpegel, der Körperhaltung, dem Führungsstil sowie der Auslastung» zusammen.

### Physiotherapie gegen Beschwerden

Dass die Genossenschaft Migros Waadt im Betrieblichen Gesundheitsmanagement eine Vorreiterrolle spielt, ist zum Teil Marc Schaefer zu verdanken, der dort seit 2007 Generaldirektor ist. «Er hat uns ermutigt, konkrete Massnahmen vorzuschlagen», sagt Anne-Valérie Büchler. Neben M-Well wurden weitere Initiativen ins Leben gerufen. So müssen alle Führungskräfte eine Schulung zum Gesundheitsschutz am Arbeitsplatz

### Neue Technologien

Einzug ins Betriebliche Gesundheitsmanagement.

### Auch bei der Detailhändlerin

Migros Waadt, die mit M-Well im Januar 2016 ein Pilotprojekt lanciert hat, das es ermöglicht, die

### gesundheitlichen

Bedürfnisse der Mitarbeitenden besser einzuschätzen. Mithilfe einer mobilen App können diese auf eine

### Internetplattform

wo sie eine Reihe Fragen beantworten, um ein

### anonymes

Gesundheitsprofil zu erstellen. «Dank dieser

### Daten sind wir in der Lage, gezieltere

Massnahmen wie unternehmensweite Projekte oder auf bestimmte Berufsgruppen ausgerichtete Initiativen zur Gesundheitsförderung in die

### Wege zu leiten»,

sagt Anne-Valérie Büchler, die bei der Migros Waadt für das HR-Management sowie für die Gesundheit und die Arbeitssicherheit verantwortlich ist.

Jetzt zugreifen:

HR-Today-Schnupper-Abo

CHF **60.-**

statt CHF 75.-

[hrtoday.ch/abo](http://hrtoday.ch/abo)

(Abo-Code: MAG18)



# Mehr Leistungstärke

in allen Bereichen des Human Resource Management.

iStock  
by Getty Images™

iStock

# HR-Dienstleistungen



iStock  
by Getty Images™

Online-Jobbörsen	XX
Print-Stellenmärkte	XX
Selektion von Dauer- und Temporärstellen	XX
Selektion von Kader- und Führungskräften	XX
Recruiting Dienstleister	XX
Consulting und Employer Branding	XX
Outplacement	XX
Interim Management	XX
BGM	XX
Betriebliche Altersvorsorge	XX
Interim Management	XX

# Randstad human forward

## Mehrdimensionale Analyse

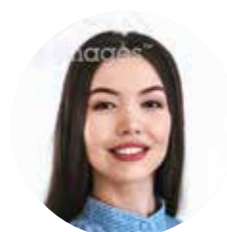
«M-Well ist das Ergebnis einer Zusammenarbeit zwischen Suva, Gesundheitsförderung Schweiz sowie dem Bundesamt für Gesundheit», erläutert die BGM-Verantwortliche der Migros Waadt, Laurence Dumont-dit-Voitel. Diese Einrichtungen hätten mit der Firma Sportegg einen Partnerschaftsvertrag abgeschlossen, welche die Internetplattform bereitstelle und sich um die Vernetzung der verschiedenen Projektakteure kümmere. Jeder Migros-Waadts-Mitarbeitende könne sich per Smartphone mit der Sportegg-Internetplattform verbinden, um mehrere Tests zu absolvieren. Die Daten blieben anonym und würden dem Arbeitgeber nicht übermittelt. Nach Testabschluss erhielten alle Teilnehmer eine Auswertung in Form eines Gesundheits-Avatars sowie weitere individuelle Gesundheitstipps. Bisher hätten von 3500 Mitarbeitenden rund 400 ein Gesundheitsprofil erstellt.

«Mit M-Well bieten wir unseren Mitarbeitenden eine mehrdimensionale Analyse an, die Beschwerden des Bewegungsapparates und der Psyche sowie die Ernährung einbezieht», sagt Anne-Valérie Büchler. «Unsere Rolle ist es, Mitarbeitenden Instrumente zur Ermittlung ihrer Bedürfnisse und Hilfsmittel zur Verfügung zu stellen, wenn sie aktiv werden möchten. Es besteht jedoch keinerlei Verpflichtung, das Tool zu nutzen.»

Erste Auswertungen dieser Daten liessen eine «gewisse körperliche Ermüdung und Stressbelastung» erkennen. Mit ihrer Masterarbeit legt Karen Hitz den Finger auf die wunden Punkte und erläutert im In den Schluss, dass unsere Mitarbeitenden ermüden, weil sie ihre Körperhaltung nicht verändern. Besonders stark von dieser Problematik betroffen sind Kassiererinnen und Kassierer, die hauptsächlich sitzend arbeiten.»

## Globale Herangehensweise

Als Reaktion darauf hat die Migros Waadt für ihre Kassiererinnen und Kassierer Ruheräume mit Liegen eingerichtet, damit sich diese während der Pausen hinlegen und den Kopf ablegen können. «Wir haben ausserdem eine Kommunikationskampagne durchgeführt, um unseren Mitarbeitenden deutlich zu machen, wie wichtig Haltswechsel und Schlafqualität sind, um diese



XXXXXXXXXX  
XXXXXXXXXX  
XXXXXX



XXXXXXXXXX  
XXXXXXXXXX  
XXXXXX



XXXXXXXXXX  
XXXXXXXXXX  
XXXXXX



XXXXXXXXXX  
XXXXXXXXXX  
XXXXXX

negativen gesundheitlichen Effekte zu verringern», bemerkt Laurence Dumont-dit-Voitel. «Auch die Ernährung beziehen wir ein. Dahinter steht die Idee einer globalen Herangehensweise an das Thema Gesundheit am Arbeitsplatz. Das Unternehmen bietet die Möglichkeiten und die Mittel an, aber es liegt auch in der Verantwortung jedes einzelnen Mitarbeitenden, sich um seine Gesundheit zu kümmern.»

Die Migros Waadt hat darüber hinaus verschiedene psychosoziale Risiken im Zusammenhang mit den Spitzenzeiten in den Verkaufsstellen ermittelt. Bei starkem Kundenandrang steige der Lärmpegel, der nebst der hohen Kundenfrequenz bei den Beschäftigten Stressempfinden auslöse. Gemäss der Studie von Karen Hitz gaben etwa sechs Prozent der bei der Migros Waadt Beschäftigten an, dass sie an «körperlicher Ermüdung» litten. Die genauen Ursachen davon seien jedoch schwierig zu ermitteln. Sie hingen «mit dem Lärmpegel, der Körperhaltung, dem Führungsstil sowie der Auslastung» zusammen.

## Neue Technologien

Einzug ins Betriebliche Gesundheitsmanagement.

## Auch bei der Detailhändlerin

Migros Waadt, die mit M-Well im Januar 2016 ein Pilotprojekt lanciert hat, das es ermöglicht, die

## gesundheitlichen

Bedürfnisse der Mitarbeitenden besser einzuschätzen. Mithilfe einer mobilen App können diese auf eine

## Internetplattform

wo sie eine Reihe Fragen beantworten, um ein

## anonymes

Gesundheitsprofil zu erstellen. «Dank dieser

## Daten sind wir in der Lage, gezieltere

Massnahmen wie unternehmensweite Projekte oder auf bestimmte Berufsgruppen ausgerichtete Initiativen zur Gesundheitsförderung in die

## Wege zu leiten»,

sagt Anne-Valérie Büchler, die bei der Migros Waadt für das HR-Management sowie für die Gesundheit und die Arbeitssicherheit verantwortlich ist.

# arbeitnehmende wählen

# den attraktivsten arbeitgeber der schweiz.



Das Arbeitgeber-Image ist ein entscheidender Wettbewerbsfaktor im Kampf um die besten Talente. Die umfassende Randstad Employer Brand Studie zeigt im Detail, welche Qualitäten Arbeitnehmenden wichtig sind, was sie bewegt zu bleiben oder zu kündigen.

studie 2019  
vorbestellen.

[www.randstad.ch/studie](http://www.randstad.ch/studie)



# Weiterbildung

E-Learning	XX
Sprachschulen	XX
Hochschulen	XX
Sonstige HR Weiterbildungen	XX

# DoDifferent

## So machen wir Unternehmen fit für die Zukunft

### Mehrdimensionale Analyse

«M-Well ist das Ergebnis einer Zusammenarbeit zwischen Suva, Gesundheitsförderung Schweiz sowie dem Bundesamt für Gesundheit», erläutert die BGM-Verantwortliche der Migros Waadt, Laurence Dumont-dit-Voitel. Diese Einrichtungen hätten mit der Firma Sportegg einen Partnerschaftsvertrag abgeschlossen, welche die Internetplattform bereitstelle und sich um die Vernetzung der verschiedenen Projektakteure kümmere. Jeder Migros-Waadts-Mitarbeitende könne sich per Smartphone mit der Sportegg-Internetplattform verbinden, um mehrere Tests zu absolvieren. Die Daten blieben anonym und würden dem Arbeitgeber nicht übermittelt. Nach Testabschluss erhielten alle Teilnehmer eine Auswertung in Form eines Gesundheits-Avatars sowie weitere individuelle Gesundheitstipps. Bisher hätten von 3500 Mitarbeitenden rund 400 ein Gesundheitsprofil erstellt.

«Mit M-Well bieten wir unseren Mitarbeitenden eine mehrdimensionale Analyse an, die Beschwerden des Bewegungsapparates und der Psyche sowie die Ernährung einbezieht», sagt Anne-Valérie Büchler. «Unsere Rolle ist es, Mitarbeitenden Instrumente zur Ermittlung ihrer Bedürfnisse und Hilfsmittel zur Verfügung zu stellen, wenn sie aktiv werden möchten. Es besteht jedoch keinerlei Verpflichtung, das Tool zu nutzen.»

Erste Auswertungen dieser Daten liessen eine «gewisse körperliche Ermüdung und Stressbelastung» erkennen. Mit ihrer Masterarbeit legt Karen Hitz den Finger auf die wunden Punkte und erläutert im In den Schluss, dass unsere Mitarbeitenden ermüden, weil sie ihre Körperhaltung nicht verändern. Besonders stark von dieser Problematik betroffen sind Kassiererinnen und Kassierer, die hauptsächlich sitzend arbeiten.»

### Globale Herangehensweise

Als Reaktion darauf hat die Migros Waadt für ihre Kassiererinnen und Kassierer Ruheräume mit Liegen eingerichtet, damit sich diese während der Pausen hinlegen und den Kopf ablegen können. «Wir haben ausserdem eine Kommunikationskampagne durchgeführt, um unseren Mitarbeitenden deutlich zu machen, wie wichtig Haltungswechsel und Schlafqualität sind, um diese negativen gesundheitlichen Effekte zu verringern», bemerkt Laurence Dumont-dit-Voitel. «Auch die Ernährung beziehen wir ein. Dahinter steht die Idee einer globalen Herangehensweise an das Thema Gesundheit am Arbeitsplatz. Das Unternehmen bietet die Möglichkeiten und die Mittel an, aber es liegt auch in der Verantwortung jedes einzelnen Mitarbeitenden, sich um seine Gesundheit zu kümmern.»

Die Migros Waadt hat darüber hinaus verschiedene psychosoziale Risiken im Zusammenhang mit den Spitzenzeiten in den Verkaufsstellen ermittelt. Bei starkem Kundenandrang steige der Lärmpegel, der nebst der hohen Kundenfrequenz bei den Beschäftigten Stressempfinden auslöse. Gemäss der Studie von Karen Hitz gaben etwa sechs Prozent der bei der Migros Waadt Beschäftigten an, dass sie an «körperlicher Ermüdung» litten. Die genauen Ursachen davon seien jedoch



XXXXXXXXXX  
XXXXXXXXXX  
XXXXXX



XXXXXXXXXX  
XXXXXXXXXX  
XXXXXX



XXXXXXXXXX  
XXXXXXXXXX  
XXXXXX

### Neue Technologien

Einzug ins Betriebliche Gesundheitsmanagement.

### Auch bei der Detailhändlerin

Migros Waadt, die mit M-Well im Januar 2016 ein Pilotprojekt lanciert hat, das es ermöglicht, die

### gesundheitlichen

Bedürfnisse der Mitarbeitenden besser einzuschätzen. Mithilfe einer mobilen App können diese auf eine

### Internetplattform

wo sie eine Reihe Fragen beantworten, um ein

### anonymes

Gesundheitsprofil zu erstellen. «Dank dieser

### Daten sind wir in der Lage, gezieltere

Massnahmen wie unternehmensweite Projekte oder auf bestimmte Berufsgruppen ausgerichtete Initiativen zur Gesundheitsförderung in die

### Wege zu leiten»,

sagt Anne-Valérie Büchler, die bei der Migros Waadt für das HR-Management sowie für die Gesundheit und die Arbeitssicherheit verantwortlich ist.



WIR SIND ÜBERZEUGT, DASS DER **MENSCH** DER WESENTLICHE **ERFOLGSFAKTOR** DES UNTERNEHMENS IST.

FÜR UNSERE KUNDEN SIND WIR **ANSTRENGENDE FREUNDE.**

WIR FORDERN ORGANISATIONEN MIT **FRECHEM BLICK** UND **KREATIVEN IDEEN.**



WIR VERBINDEN MITARBEITENDE MIT **STRATEGIE UND MARKE.**



SO MACHEN WIR UNTERNEHMEN FIT FÜR DIE **ZUKUNFT.**

WIR SIND DOD!FFERENT.

# Brainjoin Coaching Akademie

## Mehrdimensionale Analyse

«M-Well ist das Ergebnis einer Zusammenarbeit zwischen Suva, Gesundheitsförderung Schweiz sowie dem Bundesamt für Gesundheit», erläutert die BGM-Verantwortliche der Migros Waadt, Laurence Dumont-dit-Voitel. Diese Einrichtungen hätten mit der Firma Sportegg einen Partnerschaftsvertrag abgeschlossen, welche die Internetplattform bereitstelle und sich um die Vernetzung der verschiedenen Projektakteure kümmere. Jeder Migros-Waadt-Mitarbeitende könne sich per Smartphone mit der Sportegg-Internetplattform verbinden, um mehrere Tests zu absolvieren. Die Daten blieben anonym und würden dem Arbeitgeber nicht übermittelt. Nach Testabschluss erhielten alle Teilnehmer eine Auswertung in Form eines Gesundheits-Avatars sowie weitere individuelle Gesundheitstipps. Bisher hätten von 3500 Mitarbeitenden rund 400 ein Gesundheitsprofil erstellt.

«Mit M-Well bieten wir unseren Mitarbeitenden eine mehrdimensionale Analyse an, die Beschwerden des Bewegungsapparates und der Psyche sowie die Ernährung einbezieht», sagt Anne-Valérie Büchler. «Unsere Rolle ist es, Mitar-

beitenden Instrumente zur Ermittlung ihrer Bedürfnisse und Hilfsmittel zur Verfügung zu stellen, wenn sie aktiv werden möchten. Es besteht jedoch keinerlei Verpflichtung, das Tool zu nutzen.»

Erste Auswertungen dieser Daten liessen eine «gewisse körperliche Ermüdung und Stressbelastung» erkennen. Mit ihrer Masterarbeit legt Karen Hitz den Finger auf die wunden Punkte und erläutert im In den Schluss, dass unsere Mitarbeitenden ermüden, weil sie ihre Körperhaltung nicht verändern. Besonders stark von dieser Problematik betroffen sind Kassiererinnen und Kassierer, die hauptsächlich sitzend arbeiten.»

## Globale Herangehensweise

Als Reaktion darauf hat die Migros Waadt für ihre Kassiererinnen und Kassierer Ruheräume mit Liegen eingerichtet, damit sich diese während der Pausen hinlegen und den Kopf ablegen können. «Wir haben ausserdem eine Kommunikationskampagne durchgeführt, um unseren Mitarbeitenden deutlich zu machen, wie wichtig Haltungswechsel und Schlafqualität sind, um diese negativen gesundheitlichen Effekte zu verringern»,

## Neue Technologien

Einzug ins Betriebliche Gesundheitsmanagement.

## Auch bei der Detailhändlerin

Migros Waadt, die mit M-Well im Januar 2016 ein Pilotprojekt lanciert hat, das es ermöglicht, die

## gesundheitlichen

Bedürfnisse der Mitarbeitenden besser einzuschätzen. Mithilfe einer mobilen App können diese auf eine

## Internetplattform

wo sie eine Reihe Fragen beantworten, um ein

## anonymes

Gesundheitsprofil zu erstellen. «Dank dieser

## Daten sind wir in der Lage, gezieltere

Massnahmen wie unternehmensweite Projekte oder auf bestimmte Berufsgruppen ausgerichtete Initiativen zur Gesundheitsförderung in die

## Wege zu leiten»,

sagt Anne-Valérie Büchler, die bei der Migros Waadt für das HR-Management sowie für die Gesundheit und die Arbeitssicherheit verantwortlich ist.



XXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXX  
XXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXX

# Neuro-Agility im Coaching.

Damit kognitive und emotionale Prozesse zur Zielerreichung verbunden werden.

Über 20 Jahre wissenschaftliche und interdisziplinäre Arbeit sind das Ergebnis der Methode Neuroimagination®. Die Ressourcen der Führungskräfte und der Mitarbeitenden zu erkennen und zu fördern, ihre Resilienz zu stärken und Wachstum durch Kooperation zu ermöglichen, ist unsere Kernkompetenz. Nutzen Sie Coachings, Seminare und Trainings mit Neuroimagination® zur Gesundheitsprävention, Stress-Soforthilfe, zur Mitarbeiterbindung und Motivation sowie zu allen Themen der Persönlichkeitsentwicklung. Top Leistung und nachhaltige Gesundheit – für einen klaren Kopf, einen guten Umgang mit Belastungen, für Kreativität und Weitsicht.