

<p>06-06</p>	<p>Ernährungswissenschaftliche Massnahmen beim Essen im Betrieb</p>
<p>Begründung</p>	<p>Zahlreiche Studien belegen, dass Qualität und Ausgewogenheit der Ernährung zahlreichen chronischen Erkrankungen vorbeugt. Zudem ist die Ernährung auch ein Vergnügen und die Mahlzeiten sind wichtige Eckpunkte während des Tages. Attraktive Dienstleistungen in diesem Bereich sind ein positives Zeichen für Mitarbeitende.</p>
<p>Absicht</p>	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Verbesserung des Arbeitsklimas durch die Verbesserung der allgemeinen Lebensqualität (sich um sich selber kümmern, um sich besser um andere kümmern zu können) ➤ Das Image als Betrieb stärken, der seiner sozialen Verantwortung nachkommt ➤ Das Bewusstsein im Zusammenhang mit der Gesundheitsvorsorge schärfen
<p>Zielsetzung</p>	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Die Einnahme von Mahlzeiten im Betrieb vereinfachen und attraktiv gestalten ➤ Mitarbeitenden helfen, ein dauerhaftes «Gesundheitsbewusstsein» zu entwickeln ➤ Bedürfnisse von Mitarbeitenden erfüllen, die eine spezielle Ernährungsweise beachten müssen ➤ Verständliche und zugängliche Informationen zur Gesundheitsvorsorge anbieten ➤ Personen unterstützen, denen im Alltag die Gelegenheit, die Zeit oder die Ressourcen fehlen, um Gewohnheiten für den Erhalt ihrer Gesundheit zu entwickeln
<p>Ideen zur Umsetzung</p>	<p>Verbesserung des Personalrestaurant-Angebots</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Einen qualitativen und quantitativen Fragebogen erstellen: <ul style="list-style-type: none"> - Bedürfnisse, Einschränkungen und Wünsche bezüglich der Ernährung - Häufigkeit der Einnahme von Mahlzeiten im Betrieb ➤ Mit Hilfe einer in der Gesundheitsvorsorge tätigen Ernährungsberaterin Alternativen prüfen ➤ Das Personal oder Gruppe zu den ermittelten Alternativen konsultieren <p>Mögliche Kriterien: andere Mahlzeiten als die Bewohner/innen, vegetarisches Angebot, « Light »-Angebot, internationale Küche, Allergien und Intoleranzen, usw.</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Küchenchef sensibilisieren

Ernährungs-Workshops

Im Rahmen der BGM, für den Teil «persönliche Vorsorge», den Mitarbeitenden Workshops zu Ernährungsthemen anbieten.

Beispiel:

- Workshops « ausgewogene Ernährung »
- Workshops « Ernährung und Budget »

Woche « anders essen »

Alle ein oder zwei Jahre eine Veranstaltung im Zusammenhang mit ausgewogener Ernährung organisieren, mit spielerischen Aktionen, Informationen und Tests.

Individuelle Ernährungsberatung

Den Mitarbeitenden eine individuelle Ernährungsberatung anbieten, die ganz oder teilweise vom Betrieb übernommen wird

Integration ins BGM

- Die unternommenen Aktionen dokumentieren, indem sie in die Gesundheitspolitik des Betriebs integriert werden (siehe Arbeitsblatt 06-03)
- Darauf achten, dass die Massnahmen zur individuellen (aktuelles Arbeitsblatt) und kollektiven Gesundheitsvorsorge (Risikoanalysen, Stressprävention durch organisatorische Massnahmen), ausgeglichen sind