

Leitfaden

# Ist Ihr BGM-Programm inklusiv?



Leitfaden

## **Wenn es um Wohlbefinden am Arbeitsplatz geht, ist ein Einheitskonzept für alle nicht die richtige Wahl. Unternehmen müssen aktiv werden und auf die unterschiedlichen Bedürfnisse und Hintergründe ihrer Mitarbeitenden Rücksicht nehmen.**

Vielfalt, Gleichberechtigung und Inklusion sind essenziell für den Aufbau einer Unternehmenskultur, die die Mitarbeitererfahrung und -gesundheit fördert. Die Investition in eine BGM-Strategie, die die gesamte Belegschaft weltweit mit einbezieht und die gleichzeitig auf die individuellen Bedürfnisse, Erfahrungen und die persönliche Identität der Mitarbeitenden zugeschnitten ist, ist entscheidend. Das bedeutet im Detail, sowohl lokale als auch globale Inhalte zu schaffen und Lösungen in verschiedenen Sprachen anzubieten, so dass alle Mitarbeitenden sich darin wiederfinden und sich repräsentiert fühlen. Damit verleihen Sie Ihren Mitarbeitenden eine Stimme in Bezug auf interne Initiativen im Bereich Vielfalt, Gleichberechtigung und Inklusion und im Bereich Gesundheitsmanagement.

Wir bei Virgin Pulse engagieren uns für die Förderung von Vielfalt, Gleichberechtigung und Inklusion in unserem eigenen Unternehmen und motivieren andere Unternehmen dazu, dasselbe zu tun. Inspiriert von unserem Team für Vielfalt, Gleichberechtigung und Inklusion, führt Sie diese Übersicht durch die wichtigsten Bereiche, die Sie bei der Bewertung Ihres BGM-Programms in Hinblick auf Vielfalt, Gleichberechtigung und Inklusion berücksichtigen müssen. Damit gelingt es Ihnen, Ihre Teams auf eine Art und Weise zu erreichen, die Alter, geografischen Lebensraum, kulturellen Hintergrund, Fähigkeiten, Hautfarbe und ethnische Zugehörigkeit, Geschlecht und sexuelle Identität, finanziellen Hintergrund und Gesundheitszustand sowie andere Persönlichkeitsmerkmale berücksichtigt.

---

**Wir bei Virgin Pulse engagieren uns für die Förderung von Vielfalt, Gleichberechtigung und Inklusion in unserem eigenen Unternehmen und motivieren andere Unternehmen dazu, dasselbe zu tun.**



# Verwenden Sie inklusive Sprache und Bildmaterialien

Treten Sie einen Schritt zurück und betrachten Sie das Gesamtbild. Fragen Sie sich, ob die Bilder und Inhalte in Ihrem BGM-Programm inklusiv sind.

Sie müssen dafür sorgen, dass sich Ihre Mitarbeitenden auf der Arbeit geschätzt und anerkannt fühlen. Indem Sie sie dabei unterstützen, ihr volles Potential zu entfalten, können Sie dazu beitragen, dass die Zufriedenheit, Kreativität und Produktivität Ihrer Mitarbeitenden steigt. Ob die Beschilderung am Arbeitsplatz, die Unternehmenskommunikation oder die Inhalte auf der BGM-Plattform, inklusive Sprache und Bilder sind von entscheidender Bedeutung. Damit vermitteln Sie Akzeptanz und Gleichberechtigung und tragen dazu bei, dass Ihre Mitarbeitenden jeden Tag ihr Bestes bei der Arbeit geben. Denken Sie darüber nach: Das Mitarbeiterengagement wird sinken, wenn Ihr Unternehmen ausschließlich fitte, hellhäutige Personen ohne Beeinträchtigungen abbildet und sich auf eine Sprache beschränkt, die Minderheiten vernachlässigt. Die direkte oder indirekte Ausgrenzung von bestimmten Mitarbeitenden wird diese davon abbringen, an Ihrem BGM-Programm teilzunehmen und ihnen das Gefühl geben, nicht Teil der Unternehmenskultur zu sein. Wenn Sie Gesundheit und Wohlbefinden für Ihre Mitarbeitenden zu einem greifbaren Erlebnis machen, dann sind diese viel eher gewillt, an einer unternehmensweiten Gesundheitschallenge teilzunehmen oder einen Termin bei einem Gesundheitscoach zu vereinbaren.

# Bieten Sie Ihren Mitarbeitenden ein personalisiertes Erlebnis

Gesundheit ist persönlich. Keine zwei Personen befinden sich auf exakt dem gleichen Weg zu mehr Gesundheit und Wohlbefinden und haben exakt dieselben Lebensumstände. Die Gestaltung eines äußerst personalisierten Erlebnisses ist der Schlüssel, um individuelle Gesundheitsergebnisse zu erzielen und zu verbessern.

Für Menschen mit chronischen Erkrankungen gelten andere Bewegungsempfehlungen als für Personen, die nicht chronisch krank sind. Personen, die an akuten oder langwierigen Erkrankungen leiden, wie zum Beispiel Covid 19, Krebs oder Autoimmunerkrankungen, richten ihre Anstrengungen in Bezug auf Gesundheit und Wohlbefinden womöglich auf die Verbesserung ihres Gesundheitszustandes und die Verbesserung der allgemeinen Lebensqualität aus, anstatt auf Schritte oder Schlaf. Gleichzeitig erfordern andere Erkrankungen wie beispielsweise Diabetes eventuell häufigere und gezieltere Messung und Überwachung von bestimmten Gesundheitsparametern. Berücksichtigen Sie diese Umstände, damit Ihr Unternehmen erfolgreich mit Menschen interagiert, die gesundheitliche Probleme haben.



# Stellen Sie sicher, dass Ihr BGM-Programm für alle zugänglich ist



**Alter, finanzielle Umstände und viele andere Persönlichkeitsmerkmale spielen eine bedeutende Rolle dabei, wie Ihre Mitarbeitenden Ihr BGM-Programm annehmen und damit umgehen. Die Gestaltung eines Erlebnisses, das sich den individuellen Bedürfnissen und Zielen der Nutzenden anpasst, ist entscheidend, damit alle Mitarbeitenden ihren ganz persönlichen Weg zu mehr Gesundheit und Wohlbefinden souverän steuern können.**

Es gibt mehrere Gründe, warum sich für ihr digitales BGM-Programm Hindernisse ergeben können. Sie sollten in Bezug auf das Alter, die finanzielle Situation und andere sozioökonomische Unterschiede Ihrer Mitarbeitenden aufmerksam und rücksichtsvoll sein, denn all diese Faktoren können die Zugänglichkeit beeinflussen. Wie bereits vorab erwähnt, ein personalisierter Ansatz ist entscheidend, und zwar nicht nur im Hinblick auf die Inhalte selbst. Auch die individuellen Fähigkeiten und Möglichkeiten zur Nutzung des Programms müssen berücksichtigt werden, seien es fehlende IT-Kenntnisse oder fehlende technologische Ressourcen, oder aber schlicht die Zugehörigkeit zu einer anderen Generation.

Arbeitgebende sollten Sie sich der digitalen Kluft zwischen den Generationen bewusst sein. Trotz der stetigen Entwicklung des Internets, hinkt die digitale Kompetenz häufig noch hinterher.

Daten der britischen Regierung belegen, dass ungefähr [11,7 Millionen Menschen \(22 %\) im Vereinigten Königreich nicht die für den Alltag notwendigen digitalen Kompetenzen besitzen; 9 Millionen \(16 %\)](#) sind nicht in der Lage, das Internet und die entsprechenden Geräte eigenständig zu nutzen und zu bedienen. [Zahlen des britischen Amts für Statistik beleuchten marginalisierte Gesellschaftsgruppen](#); so machen zum Beispiel diejenigen, die sich selbst als körperlich beeinträchtigt bezeichnen, 56 % der Erwachsenen aus, die das Internet nicht nutzen. Dies verdeutlicht die wachsende Kluft und digitale Ungleichheit unter den einzelnen Gesellschaftsgruppen. Für viele kann es ein Hindernis sein, auf die benötigten Tools zur Nutzung eines BGM-Programms zuzugreifen oder eigenständig grundlegende Informationen zu Gesundheit und Wohlbefinden für sich zu nutzen.

## Um die Zugänglichkeit Ihres BGM-Programms zu beurteilen, sollten Sie folgende Punkte betrachten:

---

Ist es für die Nutzenden einfach, Support in einer Sprache zu erhalten, die sie verstehen und die sie sprechen?

---

Sind die FAQs leicht zu finden?

---

Sind Anleitungen klar und ausführlich?

---

Bieten Sie den Nutzenden eine Einführung in schriftlicher Form, mithilfe von Videomaterial oder einer Live-Führung oder in anderer Form an, um sie dabei zu unterstützen, sich auf der Plattform gut zurechtzufinden und alle angebotenen Funktionen nutzen zu können?

---

Werden die Inhalte in mehreren Sprachen angeboten?

---

Ist Ihre Programmstruktur so ausgelegt, dass alle Nutzenden Meilensteine erreichen und Anreize erhalten können?

---

Können Nutzende sich auch mit einfacheren und günstigeren Mobiltelefonen, PCs und Fitness-Trackern mit der Plattform verbinden?

---

Sind die Inhalte so gestaltet, dass sie kultursensibel und ansprechend sind?

---

Bietet die Plattform personalisierte Empfehlungen, die auf die sozioökonomischen Umstände der einzelnen Nutzenden zugeschnitten sind?



Wenn Sie eine oder mehrere dieser Fragen mit „Nein“ beantwortet haben, ist es an der Zeit, Ihr BGM-Programm zu überdenken. Es ist entscheidend, Ihr BGM-Programm so zu gestalten, dass es für alle zugänglich ist, sodass Sie auch die schwer zu erreichenden Gesellschaftsgruppen mit einbinden, die häufig auch eine stärkere Tendenz zu suboptimalen Gesundheitsergebnissen aufweisen. Verleihen Sie Ihren Mitarbeitenden eine Stimme – starten Sie eine anonyme Umfrage und erhalten Sie wertvolle Einblicke und Erkenntnisse, ehrliches Feedback und nützliche Vorschläge von Ihren Mitarbeitenden. Das gibt Ihren Mitarbeitenden das Gefühl, gehört zu werden, und zeigt ihnen, dass Ihre BGM-Initiative sich an ihre Bedürfnisse anpasst.



## Ermöglichen Sie Interaktion

Ihre BGM-Plattform sollte so gestaltet sein, dass sie Ihre gesamte Belegschaft miteinander vernetzt. Bei einem BGM-Programm mit hoher Nutzeraktivität loggen sich die Mitarbeitenden fünf bis sieben Mal pro Woche ein, um Inhalte, Tools und Ressourcen zu nutzen. Also ein idealer Ort, um sich mit Ihren Mitarbeitenden zu vernetzen und sie dazu zu motivieren, sich untereinander zu vernetzen.

### Eine solide BGM-Plattform sollte:

---

als zusätzlicher Kommunikationskanal genutzt werden, um unternehmensweite Nachrichten zu versenden.

---

den Mitarbeitenden die Möglichkeit bieten, über arbeitsbezogene Themen hinaus miteinander zu interagieren.

---

für regelmäßige Feedback-Umfragen genutzt werden.

Erinnern Sie Ihre Mitarbeitenden an verfügbare Mitarbeiter-Benefits, Ressourcen und wichtige Events. Durch die Einbindung verschiedenster Kommunikationskanäle in Ihr BGM-Programm sorgen Sie für mehr soziale Vernetzung zwischen Ihrem Unternehmen und Ihren Mitarbeitenden. Mithilfe dieser asynchronen Kommunikation überwinden Sie geografische Hürden und verbinden weit verstreute Teams. Dies bietet eine weitere Ebene

der Kommunikation zwischen Arbeitgebenden und Arbeitnehmenden, schafft Vertrauen und sorgt für wachsende Loyalität.

Soziale Beziehungen sind essentiell für die psychische und physische Gesundheit und sind ein wesentlicher Teil der sozialen Gesundheitsfaktoren. Einer weit verstreuten Belegschaft die Möglichkeiten zu bieten, sich auf eine völlig neue Art und Weise miteinander zu vernetzen, wie sie es sonst eventuell nicht tun würden, zum Beispiel über Interessengruppen, Challenges und Shoutouts, kann Ihre Mitarbeitenden zusammenbringen und sie dazu motivieren, Teil von etwas zu sein, das größer ist als sie selbst.

Vielfalt in den Teams ist zwar ein wichtiger Aspekt für das Mitarbeiterengagement, aber es ist genauso wichtig, dass sich alle Mitglieder Ihrer Belegschaft in Ihrer Unternehmenskultur inkludiert fühlen. **Die Zahlen des „Global Human Capital Trends“-Berichts von Deloitte zeigen eine positive Wechselbeziehung zwischen Vielfalt und Inklusion am Arbeitsplatz und Mitarbeiterengagement. Studien zeigten eine 74-prozentige Zunahme der Umsetzung von Best Practices im Bereich Vielfalt, Gleichberechtigung und Inklusion, was zu gesteigertem Mitarbeiterengagement, besserer Leistung und gestiegenen Umsätzen führt.**

Neben der Förderung gesundheitlicher Chancengleichheit, trägt eine BGM-Plattform, die eine gesellschaftsgruppenübergreifende Kommunikation ermöglicht, zu besseren Unternehmensergebnissen bei. Eine BGM-Plattform sollte Mitarbeitende mit den Unternehmensvisionen und -zielen verbinden und damit den Zusammenhalt im Team fördern und soziale Beziehungen stärken. Durch die Anregung zu sozialer Vernetzung und Teamarbeit fördern Unternehmen eine inklusive Unternehmenskultur.



## Berücksichtigen Sie die sozialen Einflussfaktoren auf Gesundheit

**Das Wohlbefinden und die Gesundheit einer Person werden unter anderem durch das persönliche Umfeld, den Zugang zu Informationen und Gesundheitsleistungen, genetische Faktoren, generationsübergreifende Traumata, historisch bedingte Vorurteile und Diskriminierung im Gesundheitswesen beeinflusst. Zusammengefasst gehören diese Faktoren zu den „Sozialen Determinanten der Gesundheit“. Hierbei ist es wichtig hervorzuheben, dass soziale Determinanten der Gesundheit ein globales Thema sind – und obwohl sie Auswirkungen auf jede und jeden von uns haben, haben sie häufig einen unverhältnismäßig großen Einfluss auf Minderheiten. Ein wesentlicher Aspekt einer inklusiven BGM-Strategie ist die Erkenntnis, dass Menschen egal welchen Hintergrund sie haben, ihre Gesundheit nicht vollständig selbst in der Hand haben, und auch nicht alle dieselbe Ausgangssituation haben.**

Personen und Familien mit geringerem Einkommen verfügen oftmals nicht über dieselben zeitlichen, ökonomischen oder sozialen Ressourcen, um sich um ihre Gesundheit zu kümmern, wie finanziell besser gestellte Personen, die in generationsübergreifenden Haushalten, Wohnungen in Mehrparteienhäusern oder anderen Wohnsituationen leben, in denen häufig Lärm herrscht, haben beispielsweise möglicherweise Probleme, jede Nacht die empfohlene Menge Schlaf zu bekommen. Marginalisierte Bevölkerungsschichten sind häufig größeren Stressfaktoren ausgesetzt – größerer finanzieller Stress, weniger nährstoffreiche und sättigende Lebensmittel,

die zur Verfügung stehen, Ängste rund um die persönliche Sicherheit in der eigenen Nachbarschaft, mangelndes Wissen darüber, wie man ausreichend Sport treibt oder die mangelnden Möglichkeiten dazu – all das sind Faktoren, die in einem inklusiven BGM-Erlebnis berücksichtigt werden müssen.

Unternehmen müssen bei der Entwicklung ihres BGM-Programms der Tatsache Rechnung tragen, dass Gesundheit und Wohlbefinden, von der persönlichen Ausgangssituation der einzelnen Teilnehmenden bis hin zu den einzelnen Aktivitäten, die sie individuell unternehmen müssen, um ihren persönlichen optimalen Gesundheitszustand zu erreichen, für jeden Menschen anders sind. Personalisierung gepaart mit High-Tech- und High-Touch-Tools sind die perfekte Voraussetzung, um die einzelnen Mitglieder auf den richtigen Weg zum Erreichen ihrer persönlichen Ziele zu bringen. Keine zwei Personen befinden sich exakt auf demselben Entwicklungsweg, demnach sollten auch ihre Erfahrungen und Erlebnisse mit dem BGM-Programm nicht gleich aussehen. Ein BGM-Programm muss nicht nur die einzelnen Nutzenden tiefgreifend verstehen, sondern auch umfassende Programminhalte, Tools und umfangreichen Support bieten. Eine solide Plattform in Kombination mit einem stark personalisierten Nutzererlebnis sorgen dafür, dass die Bedürfnisse der einzelnen Mitglieder der Belegschaft angesprochen werden und diese das Programm als wertvoll empfinden.

## Sie können Ihre Mitarbeitenden dabei unterstützen, ihren Weg zu mehr Gesundheit und Wohlbefinden besser zu steuern, indem Sie:

---

die Nutzenden bitten, an einer Ersterhebungsumfrage teilzunehmen, die dazu dient, Inhalte, Ressourcen und Vorschläge auf die spezifischen Wünsche, Bedürfnisse und Lebensumstände auszurichten.

---

künstliche Intelligenz und maschinelles Lernen nutzen, um ein wahrhaft personalisiertes Erlebnis zu schaffen, das mit den Nutzenden lernt und wächst, während diese mit der Plattform interagieren.

---

Live-Support anbieten, wie zum Beispiel Gesundheits-Coaching oder Leitfäden, die die Einflussfaktoren auf die Gesundheitsergebnisse berücksichtigen und wirkungsvolle, auf die einzelnen Nutzenden zugeschnittene Lösungen aufzeigen.

---

---

eine Plattform einsetzen, bei der regelmäßig die plattforminternen Inhalte überprüft werden, um sicherzustellen, dass diese inklusiv sind, und zwar für alle Personen, unabhängig von Hautfarbe, Geschlechtsidentität, sozioökonomischem Hintergrund, geografischem Lebensraum, Bildungsniveau und religiöser Anschauung.

---

regelmäßig anonymes Feedback einholen, um das Erlebnis der Teilnehmenden kontinuierlich zu verbessern.

---







## Bestärken Sie die Mitglieder darin, ihren eigenen Weg zu mehr Gesundheit und Wohlbefinden zu beschreiten.

Keiner kennt die Ziele, Motivationsfaktoren, den persönlichen Hintergrund und den persönlichen Motivationstyp Ihrer Mitarbeitenden besser als sie selbst. Ihren Mitarbeitenden die Möglichkeit zu bieten, mithilfe eines inklusiven, personalisierten, vielfältigen und ganzheitlichen BGM-Programms ihre Gesundheit und ihr Wohlbefinden selbst zu steuern, ist der wohl beste Weg, um in allen Gesellschaftsgruppen größere Gesundheitserfolge zu erzielen.

Die Definition von Wohlbefinden hat sich weiterentwickelt und die BGM-Benefits Ihres Unternehmens müssen das auch tun. Ausschließlich sportliche Aktivitäten anzubieten reicht nicht mehr aus. Gute und umfassende BGM-Programme decken das gesamte Spektrum der Anliegen und Probleme rund um Gesundheit und Wohlbefinden ab, die die Arbeitnehmenden heutzutage beschäftigen.

Ihre vielfältige Belegschaft hat vielfältige Bedürfnisse. Daher müssen die Personen, die in Ihrem Unternehmen die Entscheidungen bezüglich der BGM-Initiativen treffen, auch **selbst unterschiedliche Hintergründe haben**. Mitarbeitende benötigen die verschiedensten Tools und Ressourcen, um Herausforderungen in den Bereichen körperliche Gesundheit, psychische Gesundheit, finanzielles Wohlbefinden, soziale Vernetzung, chronische Erkrankungen, Ernäh-

rung, Familiengesundheit, Schlaf, Achtsamkeit und Stressmanagement, Work-Life-Balance, Gesundheit des Bewegungsapparats, Raucherentwöhnung und vielem mehr zu bewältigen. Indem Sie das Team der Entscheidungsträger\*innen diversifizieren und damit dafür sorgen, dass die Art und Weise, wie die einzelnen Mitglieder der Belegschaft auf diese Tools zugreifen und mit diesen interagieren, berücksichtigt wird, wird Ihr Unternehmen im Laufe der Zeit eine gesteigerte Nutzung des Programms verzeichnen und bessere Gesundheitserfolge und Geschäftsergebnisse erzielen.

Wie können Sie es Ihren Mitarbeitenden so einfach wie möglich machen, auf Lösungen zuzugreifen, die ihren spezifischen Bedürfnissen entsprechen? Indem Sie eine **ganzheitliche, digitale BGM-Plattform** anbieten, die mitlernt und sich an die sich stetig verändernden Bedürfnisse der Mitarbeitenden anpasst. Das führt zu stärkerem Engagement, unterstützt eine starke, gesündere Unternehmenskultur, und fördert ein Gefühl von Gemeinschaft und Inklusion. Es gibt zwar gewisse Schritte, die Unternehmen selbst ergreifen können, um die gesundheitliche Chancengleichheit zu fördern. Aber diese Arbeit erfordert einen abgestimmten Einsatz mehrerer Akteure, zum Beispiel das Unternehmen selbst, die Kommune, Vertreter des öffentlichen Gesundheitswesens und Behörden.

# Leben zum Guten verändern.®

Niemand kennt seine Gesundheit besser als man selbst. Wir bei Virgin Pulse glauben fest daran. Wir wissen, dass jede Lebenserfahrung einen ganz eigenen Umgang mit Gesundheit und Wohlbefinden mit sich bringt, und dass jede Person eine ganz individuelle Herangehensweise hat. Wie auch immer diese aussehen mag. Wir wollen allen Nutzenden die Kontrolle über den eigenen Geist und Körper geben.

Unsere Plattform ermöglicht den Nutzenden, ihre übergeordneten Ziele zu erreichen, indem sie Teilziele ansteuern und sich auf die Bildung von gesunden Gewohnheiten konzentrieren. Durch die Einbindung nützlicher und bewährter Anregungen und Impulse in die täglichen Routinen unserer Mitglieder können wir durch die kontinuierliche Förderung der Eigenverantwortung nachhaltige Veränderungen und messbare Gesundheitsergebnisse erreichen.

Die einzelnen Funktionen können personalisiert und auf Ihre Bedürfnisse zugeschnitten werden. Das bedeutet, dass es möglich ist, ein BGM-Programm zu gestalten, das alle Personen in Ihrem Unternehmen mit einbezieht, unabhängig von ihrem sozioökonomischen Hintergrund, ihrem Alter, ihrem Gesundheitszustand, ihrem Glauben und ihrem kulturellen Hintergrund. Virgin Pulse unterstützt Sie und Ihr Unternehmen bei der Bewältigung jeglicher Herausforderungen in Bezug auf Gesundheit und Wohlbefinden und hilft Ihnen dabei, eine Kultur des Wohlbefindens in Ihrem Unternehmen aufzubauen, in der Vielfalt, Gleichberechtigung und Inklusion im Vordergrund stehen.

● Nachfrage

Hallo Aubrey, wie geht es Ihnen heute?



# Leben zum Guten verändern.®

Möchten Sie ein vielfältiges und inklusives BGM-Programm gestalten? Unterstützen Sie all Ihre Mitarbeitenden dabei, sich auf ihren ganz persönlichen Weg zu mehr Gesundheit und Wohlbefinden zu begeben. Wenden Sie sich an unser Expertenteam und finden Sie heraus, wie.

Anfrage senden

Weitere Informationen finden Sie unter [virginpulse.com](https://virginpulse.com)  
Besuchen Sie uns auf [Facebook](#) | [Twitter](#) | [LinkedIn](#)



Weitere Informationen finden Sie unter [virginpulse.com](https://virginpulse.com)  
Besuchen Sie uns auf [Facebook](#) | [Twitter](#) | [LinkedIn](#)