

Medienmitteilung 30. März 2026

KMU Forum zu Gast im Mühlhof in Tübach: Mit betrieblicher Gesundheitsförderung Mitarbeitende in herausfordernden Arbeitsfeldern stärken

Am KMU Forum vom 25. März 2026 im Mühlhof in Tübach diskutierten rund 50 Teilnehmende, wie Führungspersonen mit ihrem Verhalten die psychische Gesundheit und Motivation von Mitarbeitenden verbessern können. Im spezialisierten Zentrum für Suchttherapie und Rehabilitation wurde zudem aufgezeigt, wie betriebliche Gesundheitsförderung mit konkreten Massnahmen und einer offenen Unternehmenskultur umgesetzt werden kann.

Wer macht Pausen, wenn er gerade viel Stress hat? Wer lässt sich auf Gespräche mit Arbeitskollegen ein, wenn der Zeitdruck hoch ist? Was ist wichtiger für Führungspersonen - kompetent auf der Sachebene oder auf der Beziehungsebene zu sein? Mit diesen Fragen regte Referent Curdin Sedlacek von der Conaptis GmbH die rund 50 Teilnehmenden des KMU Forums am 25. März 2026 im Mühlhof in Tübach zum Nachdenken an. Gerade als Führungsperson müsse man sich seiner Vorbildfunktion bewusst sein und daran denken, dass das eigene Verhalten sich direkt auf die psychische Gesundheit der Mitarbeitenden auswirke.

An der vom Forum BGM Ostschweiz organisierten Veranstaltung ging Sedlacek zudem auf Faktoren wie soziale Eingebundenheit, Wirksamkeit, Selbstbestimmung und Autonomie ein. Diese gehören zu den Grundbedürfnissen von Menschen und müssen auch bei der Arbeit erfüllt sein, damit Mitarbeitende motiviert sind.

Interessant waren diese Fragen und Aspekte vor allem vor dem Hintergrund, dass das KMU Forum im Mühlhof stattfand. Der Mühlhof ist ein spezialisiertes Zentrum für Suchttherapie und Rehabilitation für die Behandlung von Alkohol- und Medikamentenabhängigkeit. «Das ist ein herausforderndes Arbeitsumfeld mit Klienten und Klienten in schwierigen Lebenssituationen. Es braucht gute Rahmenbedingungen für die Mitarbeitenden, um gute Arbeit leisten zu können», sagte Zentrumsleiter Gerold Pfister. Auf einem Rundgang mit Kathrin Wenger, ebenfalls Zentrumsleiterin, über das Areal mit Gärtnerei und vielen weiteren Arbeitsbereichen, Atelier,

Wohnhaus und Therapiehaus erhielten die Teilnehmenden einen Einblick in den Betrieb und wie gesundheitsfördernde Massnahmen konkret umgesetzt werden.

Im Mühlhof arbeiten 28 Personen in 20 Vollzeitstellen. Das Zentrum verzeichnet 60-70 Eintritte pro Jahr sowie 8600 Klientinnen- und Kliententage. Ein wichtiger Teil der betrieblichen Gesundheitsförderung sind als Beispiel frühzeitige Arbeitsplanung, der Einbezug der Mitarbeitenden in Entscheidungsprozesse, regelmässige Mitarbeitendenbefragungen, Informationsfluss und Transparenz. «Das ist die Basis für Vertrauen und die Mitarbeitenden können Entscheide nachvollziehen», sagte Gerold Pfister und betonte die Grundhaltung im Mühlhof, Eigenverantwortung und eine offene Kommunikation zu fördern, sowie Fehler als Lernchancen zu nutzen.

An einem Ideenmarkplatz hatten die Teilnehmenden Gelegenheit, sich über Erfahrungen und offene Fragen zur betrieblichen Gesundheitsförderung auszutauschen. Einfache Tipps, niederschwellige und kostenlose Tools für Unternehmen bis hin zu Beratungen oder die Zusammenarbeit mit Fachpersonen, oder sogar eine Zertifizierung mit Friendly Work Space: Annette Nitsche vom Forum BGM Ostschweiz sowie Mireille Félix von der Stiftung Gesundheitsförderung Schweiz zeigten den Teilnehmenden auf, was im Bereich betriebliche Gesundheitsförderung alles möglich ist. «Man muss nicht gleich ein Label erhalten. Vielmehr könnte ein erster Schritt eine Standortbestimmung sein, wo das eigene Unternehmen in Bezug auf die betriebliche Gesundheitsförderung steht», sagte Mireille Félix. Entsprechende Unterlagen würden auf der Website kostenlos zur Verfügung stehen. Zudem stellte Mireille Félix niederschwellige und ebenfalls kostenlose Tools vor wie die HR-Toolbox oder das Leadership-Kit, die helfen, sich auf der Beziehungsebene besser kennenzulernen.

Dass viele Unternehmen sich bewusst dafür entscheiden, in die Betriebliche Gesundheitsförderung zu investieren, zeigen auch die Zahlen vom Forum BGM Ostschweiz: 2007 gegründet, sind mittlerweile über 330 Ostschweizer Betriebe, ein Grossteil davon KMUs, Mitglied. Diese erhalten kostenlose Beratung sowie Vergünstigungen für Veranstaltungen und

Fortbildungen. «Es lässt sich schon mit einigen Massnahmen vieles bewirken», sagte Annette Nitsche. Dies sei wichtig weil viele kleine und mittlere Unternehmen im Gegensatz zu grossen Betrieben oftmals nicht die Ressourcen hätten, eigene Stellen für betriebliche Gesundheitsförderung zu schaffen.

Das war ein Punkt den auch Michael Götte, Nationalrat und Stiftungsratspräsident des Mühlhofs aufgriff. Er dankte den KMUs und betonte deren wichtige Rolle als zentrale Player der Schweizer Wirtschaft. «Das funktioniert nur, wenn es den Mitarbeitenden, den Menschen in den Firmen, gut geht», sagte er. Den Abschluss des KMU Forums bildete der Apéro aus der hauseigenen Küche: Im Atelier des Mühlhofs konnten sich die Teilnehmenden untereinander und mit den Referentinnen und Referenten austauschen.

Rückfragen: Annette Nitsche, nitsche@bgm-ostschweiz.ch, 058 229 87 67

Das Forum BGM Ostschweiz (FBO) setzt sich für die Förderung von Gesundheit bei der Arbeit ein. Es vereint das Wissen aus der Forschung mit der Erfahrung aus der Praxis. Seine Kompetenzteilt es gerne mit Unternehmen und Organisationen aus der Ostschweiz und dem Fürstentum Liechtenstein.
www.bgm-ostschweiz.ch