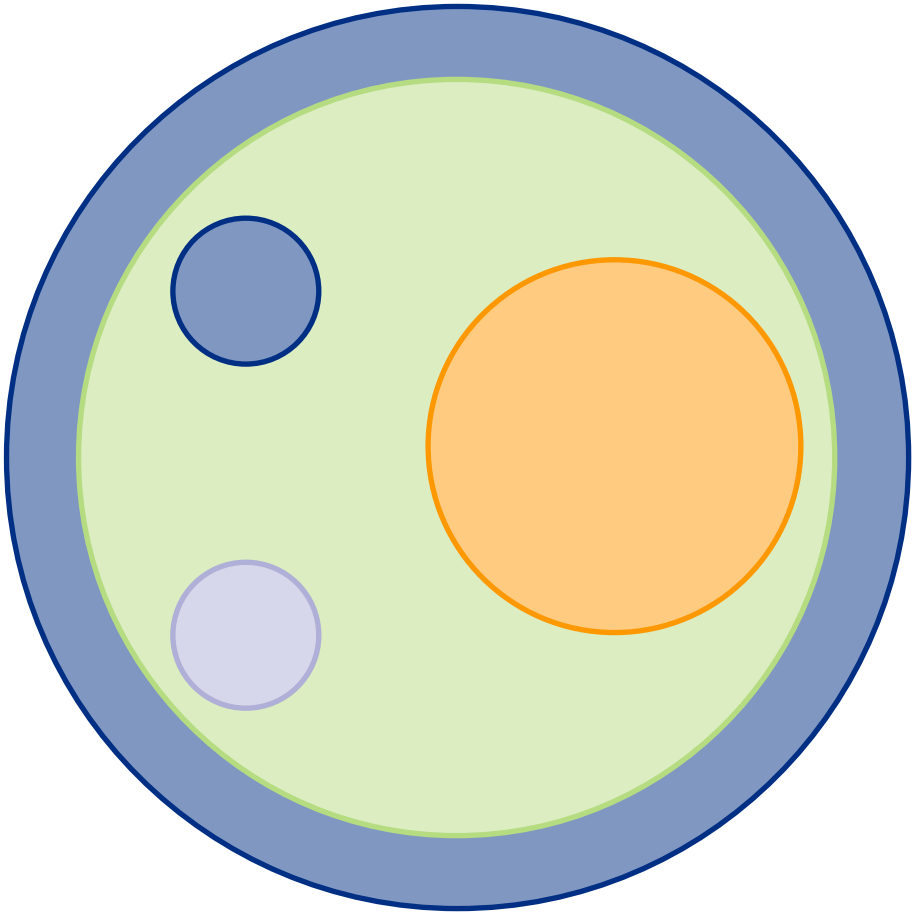


lifetime health

JAHRESBERICHT 2022

ÜBERSICHT

VORWORT **2**

ORGANISATION **3**

Mitarbeitende 3

Teamanlässe und Weiterbildungen 3

STARTRAMPE **5**

Zahlen und Fakten 5

Aus den Modulen 7

BETRIEBLICHES GESUNDHEITSMANAGEMENT **9**

Übersicht und Projektauswahl 9

GESUNDHEITSBILDUNG UND BERATUNG **10**

Übersicht und Projektauswahl 10

VORWORT

Wir können wiederum auf ein erfolg- und ereignisreiches Jahr zurückblicken. Wir haben uns in unserem neuen Zuhause gut eingelebt und konnten dies im Mai mit einem gelungenen Einweihungsfest mit vielen von Ihnen und dem Team so richtig feiern.

Es gelang uns auch im 2022 in unseren drei Aufgabenfeldern *Berufliche und Soziale Integration*, *Gesundheitsbildung und Beratung* sowie *Betriebliches Gesundheitsmanagement* positive Akzente zu setzen.

Die neue erweiterte Leistungsvereinbarung mit der SVA Zürich zusammen mit dem Ergebnis der Wiedereingliederung von 38% der Klient*innen in den ersten oder zweiten Arbeitsmarkt, bestärkt uns in unserer Arbeitsweise.

Wir sind überzeugt, dass unsere konsequente Ausrichtung auf die Stärkung der Selbstwirksamkeit unserer Kundinnen und Kunden – eine Schlüsselkompetenz im heutigen Arbeitsleben – einen grossen Anteil an unserem Erfolg hat. So gestaltet das Team in allen drei Geschäftsbereichen Lernfelder, in welchen jede Person durch individuelle Lernerfahrungen das Vertrauen in ihre eigenen Fähigkeiten stärken kann, positives Feedback bekommt und dadurch Erfolgserlebnisse spürt und die Gewissheit erfährt, die Herausforderungen meistern zu können und damit den Anforderungen des Arbeitsmarktes gewachsen zu sein.

Auch intern haben wir stark an unserer organisationalen Selbstwirksamkeit gearbeitet. Wir sind auf dem Weg zur «Kollegialen Führung» und haben 2022 an zahlreichen internen Weiterbildungen und Arbeitsgruppensitzungen konkrete Ideen entwickelt, wie wir uns künftig organisieren wollen. Durch die neue Organisationsform möchten wir die Verantwortung breiter abstützen und allen Mitarbeitenden noch mehr Raum für persönliche Weiterentwicklung geben.

Wenn Sie die verschiedenen Facetten unserer Arbeit kennenlernen möchten, dann tauchen Sie ein in den monatlichen Podcast von lifetime health zu aktuellen Themen im Kontext von Arbeit & Gesundheit. Unterwegs auf einem Spaziergang erzählen Menschen über ihr (Arbeits-)Leben und wie es ihnen gelingt, dieses zu gestalten.

An dieser Stelle möchten wir uns bei allen Kunden, Mandats- und Kooperationspartnern und Mitarbeitenden herzlich für die gute Zusammenarbeit bedanken.

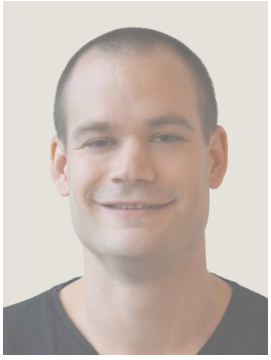
Auf den folgenden Seiten erwarten Sie einige Augenblicke aus unserem Geschäftsjahr 2022. Viel Spass beim Lesen!

Die Geschäftsleitung

MITARBEITENDE

Im Frühjahr 2022 haben sich die Mitarbeitenden der LTH gemeinsam mit der Geschäftsleitung entschieden, sich auf den Weg hin zu einem kollegial geführten Unternehmen zu begeben. Nebst der Pensionierung von Barbara Spörri, Gründungs- und Geschäftsleitungsmitglied, die im Herbst 2022 ihr Pensum reduziert hat, ist der Hauptgrund für die Umstruktierung das Ziel, dem Team Weiterentwicklung zu ermöglichen. Die Mitarbeitenden sollen in ihren Tätigkeiten weitergebracht werden, Führungsaufgaben übernehmen können und sich in neue Bereiche einbringen können. Barbara wird uns glücklicherweise weiterhin in einem niedrigen Pensum unterstützen und den Prozess zur Kollegialen Führung begleiten. In der Arbeitsgruppe Transformation kümmert sie sich gemeinsam mit der Geschäftsleitung und weiteren Mitarbeitenden um die Entwicklung der neuen Organisationsstruktur, welche bis zum Herbst 2023 vollständig im Einsatz sein soll.

Über das Jahr 2022 hat es weitere personelle Veränderungen gegeben. Mit Christoph Möhl, Johanna Plank, Bryan Bachmann und Deborah Rimml (neue Herausforderungen) sowie Richi Kübler (Pensionierung) haben uns tolle und zuverlässige Persönlichkeiten verlassen. Neu in das Team gekommen sind Selina Gantenbein, Tobias Ehrensperger und Salome Kaufmann (Integrationsberatung) sowie Vanessa Vogler und Verena Manser (Modul Arbeit).



TEAMANLÄSSE UND WEITERBILDUNGEN

Im Frühjahr 2022 hat die Einweihungsfeier der Räumlichkeiten an der Hofstrasse stattgefunden. Zahlreiche Gäste haben den Anlass bei Apéro, Abendessen und Musik genossen. Der Teamevent im Herbst führt die Mitarbeitenden nach Zürich und auf den Foxtrail.

Die Kollegiale Führung ist auch an den internen Weiterbildungen eine ständige Begleiterin gewesen. Um alle Mitarbeitenden in die wichtigen Entscheidungsprozesse einzubinden und regelmässig Feedbacks zu den Entwicklungen abzuholen, wurden durch die Arbeitsgruppe Transformation und von unseren externen Fachpersonen an zwei Tagen Workshops durchgeführt.

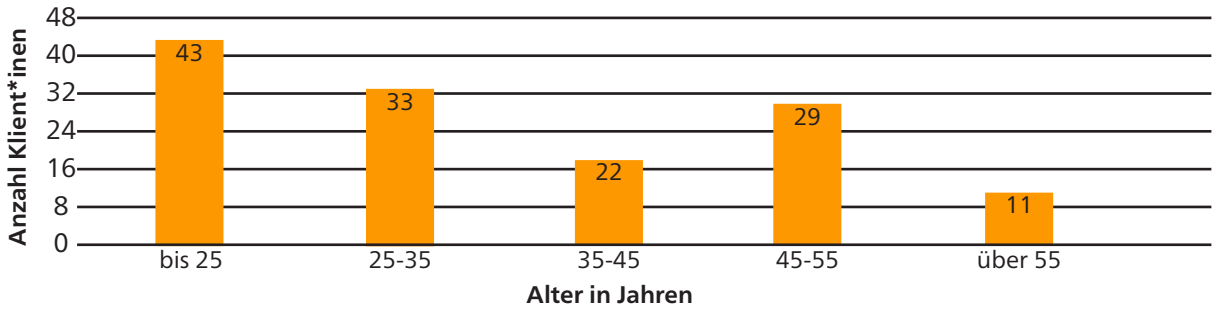
Ausserdem sind die Mitarbeitenden an der Weiterbildung im August von Aurel Beck, welcher das interne Angebot «inklusiv» durchführt, sowie einer Expertin der ZHAW über psychologische Aspekte und Entwicklungsthemen von Personen in der (Post-)Adoleszenz informiert worden.

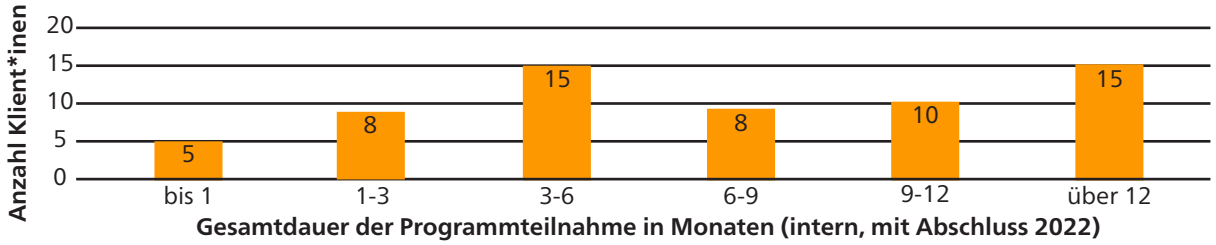
Aktuelle und interessante Themen aus den Bereichen Arbeit und Gesundheit werden in unserem Podcast besprochen. Hören Sie rein, wenn Menschen auf einem Spaziergang über ihr (Arbeits-)Leben erzählen.

lifetime health & work podcast

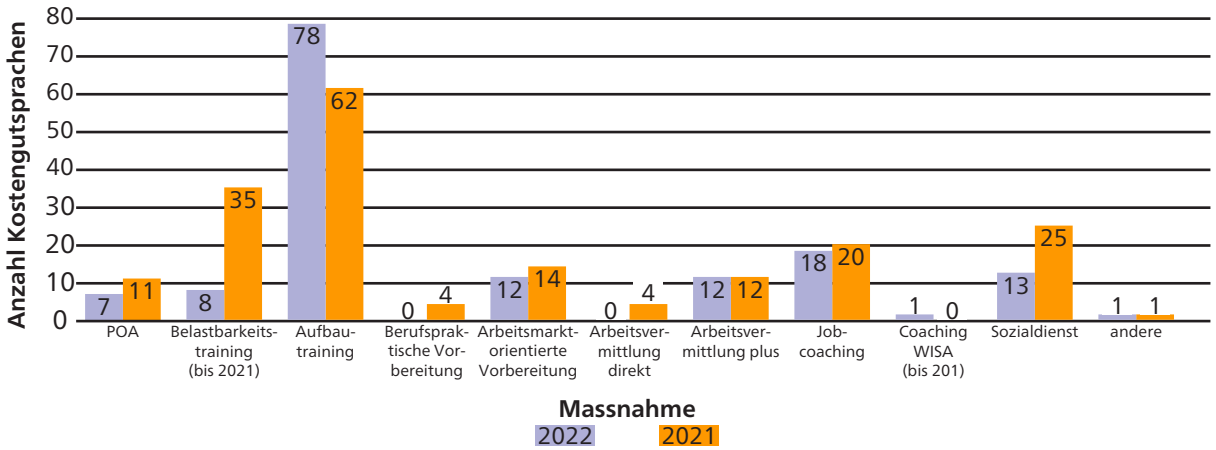
ZAHLEN UND FAKTEN

In das Jahr 2022 starten wir mit 78 internen und externen Klient*innen. Total nehmen 138 Personen (71 davon weiblich, 67 männlich) unsere Unterstützung in Anspruch. 61 interne Klient*innen, davon 38 Frauen und 23 Männer, beenden das Programm in diesem Jahr. Die durchschnittliche Programmdauer beträgt 7.9 Monate (rund 1 Monat länger als im Vorjahr). Von den 137 Klient*innen ist die jüngste Person 13 (externe Massnahme), die älteste 60 Jahre alt.



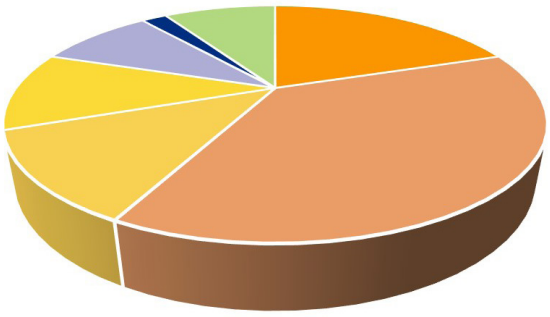


Im Jahr 2022 wurden total 176 Kostengutsprachen für die Startrampe gesprochen, 131 davon waren interne Massnahmen. Der Vergleich mit dem Vorjahr zeigt, dass wir 11.1% weniger Kostengutsprachen für die Startrampe erhalten haben, was vor allem am Wegfall der Massnahme «Belastbarkeitstraining» sowie an weniger Zusprachen durch die Sozialdienste liegt.

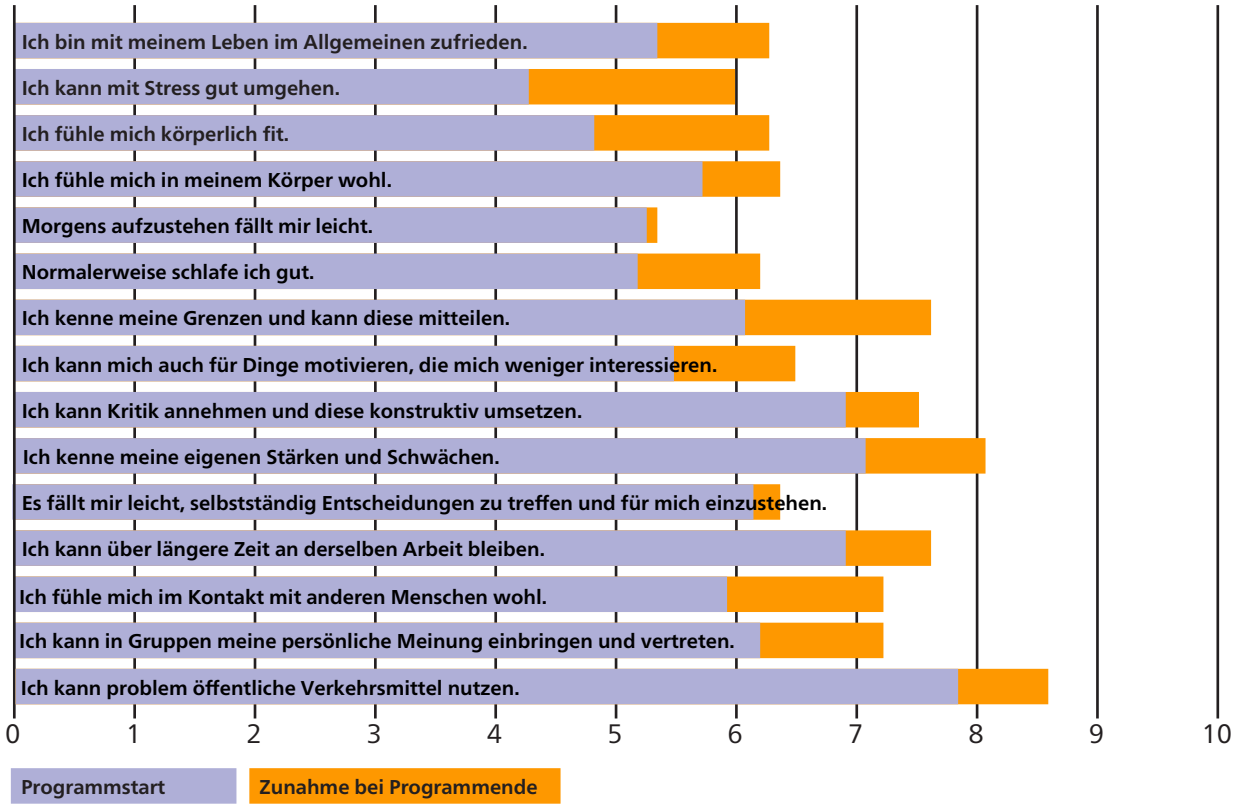


Die 66 aus dem Programm austretenden Personen (aus internen und externen Massnahmen) haben dies aus verschiedenen Gründen getan. Zu unserer grossen Freude konnten 38% eine Arbeits- oder Lehrstelle antreten (Vorjahr: 34%).

38% Arbeits- oder Lehrstelle
20% Rentenprüfung / Rente / Teilrente
12% Gesundheitsbedingter Abbruch
11% Vorzeitiger Abbruch
9% Auftrag beendet ohne Anschlusslösung
2% Wechsel in anderes Angebot / RAV
9% andere Gründe



Jeweils bei Ein- und Austritt erfragen wir bei den Klient*innen die Selbsteinschätzungen ihrer Sozial- und Selbstkompetenzen:



Auch dieses Jahr zeigt sich ein deutlich positiver Trend zwischen Programmstart und -ende. Die Klient*innen verbessern ihre Kompetenzen im Durchschnitt in allen Bereichen.

Und hier noch einige Stimmen zu den Modulen und dem Coaching:

«War wirklich gut für meine Gesundheit!!»

über das Modul Gesundheitsförderung

«Ich habe endlich einen aktuellen Lebenslauf und Zeugnisse. Ich habe die Zeit auch viel genutzt, um Schnuppermöglichkeiten zu suchen und mich mit der Ausbildung zur [...] intensiv zu befassen.»

über das Modul Bewerbung

«Die Zusammenarbeit lief bisher stets reibungslos. Bei Fragen konnte mir meine Bezugsperson stets Auskunft geben. Ziele und Strategien wurden gemeinsam behandelt und führten zu guten Ergebnissen für meine persönliche Weiterentwicklung.»

über das Coaching

«War stets abwechslungsreich und hat mir persönlich sehr geholfen.»

über das Modul Bewegung

«War ein guter Abschluss in das Wochenende und ich konnte auch einiges mitnehmen.»

über das Modul Bildung

«Menschlich weiter gekommen, Teamarbeit, fachlich werde ich wohl eher weniger in eine Holzwerkstatt gehen. Hausreinigung und zweimal Garten hat Spass gemacht und war eine gute Abwechslung.»

über das Modul Arbeit

AUS DEN MODULEN

In Modul Bewegung versuchen wir, Routine und Abwechslung zu vereinen. Nebst einem Zeitfenster für das individuelle Training stehen viele verschiedene Spielformen auf dem Programm, im Wechsel mit koordinativen und kreativen Aufgaben.

Auch in der Gesundheitsförderung wird neben den Unterrichtsinhalten zu diversen Themen (Entspannung, Stressmanagement, Ernährung uvm.) immer wieder Neues ausprobiert. Dazu gehört auch die zweite Durchführung zum Thema Erlebnispädagogik, welche unsere Freelancerin Lena Stucki mit den Klient*innen durchgeführt hat. Der halbtägige Event führt die Teilnehmenden in den nahegelegenen Wald, wo auch Feuer gemacht und das Mittagessen zubereitet wird.

Im Modul Arbeit bekommen die Klient*innen einen Einblick in die verschiedenen Bereiche Atelier, Hauswartung, Holz- oder Velowerkstatt, KV-Arbeitsplatz sowie VZO-Unterhaltsarbeiten und haben die Möglichkeit, ihren Fähigkeiten und Zielen entsprechend, mitzuarbeiten. 2022 werden diverse Produkte produziert und vermarktet sowie kundenspezifische Dienstleistungen erbracht.

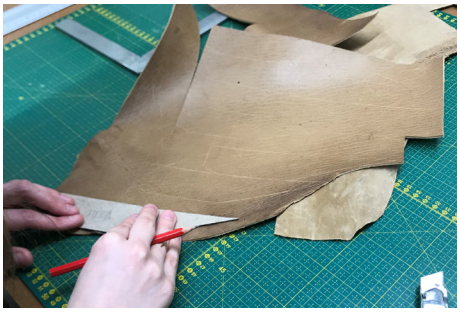
Gerade am KV-Arbeitsplatz finden über das Jahr verteilt einige Veränderungen statt. Durch zusätzliche Aufgaben der Shangrila Entwicklungshilfe sowie die Abwicklung von organisatorischen und buchhalterischen Aufgaben für Street Racket, BGMnetzwerk.ch und lifetime health werden mehr Ressourcen benötigt.

Immer wieder erhalten wir im Atelier und in der Holzwerkstatt Anfragen für individuelle Anfertigungen. Gerade im Atelier fokussieren diese Wünsche häufig auf Produkte mit Blachen, wie beispielsweise die Abdeckung eines Mattenwagens für einen Sportverein.

In der Holzwerkstatt dürfen wir für ein Kinderfachgeschäft Schuhbänke herstellen.

Im Tagesgeschäft können wir uns weiterhin auf bewährte Aufträge verlassen:

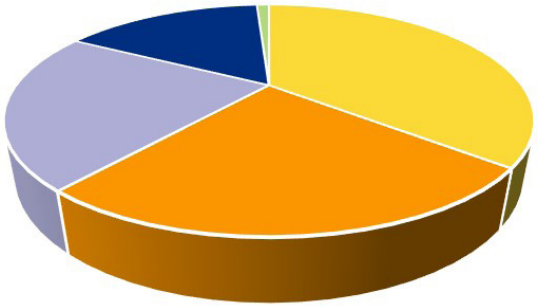
- Für Street Racket produzieren wir die qualitativ hochwertigen Schläger, neu sogar mit unserem Logo eingebrannt;
- Für den hauseigenen Webshop stellen wir in der Holzwerkstatt und dem Atelier Produkte her, welche wir auch an B2B-Kunden weitergeben können;
- In der Hauswartung kümmern wir uns um unsere Räumlichkeiten und die Liegenschaft an der Guyer-Zeller-Strasse, wo wir früher beheimatet waren;
- Für die VZO sind wir regelmässig auf Tour und kümmern uns um den Unterhalt der Haltestellen und dürfen am Firmensitz in Grüningen Umgebungsarbeiten ausführen;
- In der Velowerkstatt werden immer wieder Fahrräder repariert und alte Zweiräder aufgemotzt.



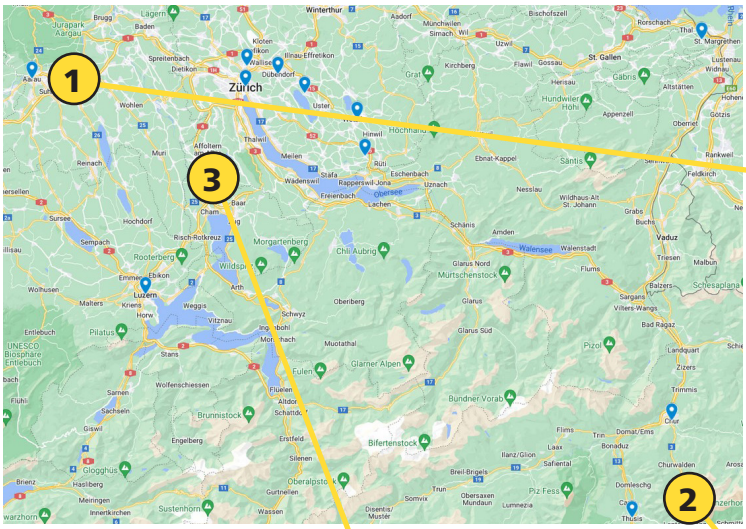
ÜBERSICHT UND PROJEKTAUSWAHL

Nachdem wegen der Covid19-Pandemie die Aufträge eher spärlich ausgefallen sind, können wir auf eine verbesserte Situation im Jahr 2022 zurückblicken. Die Anteile am Umsatz nach Sparte fallen für das vergangene Jahr folgendermassen aus:

36% Beratung und Führung
25% Erlebnistag / Team-Tag
22% Psychische Gesundheit
16% Physische Gesundheit
1% Gesunde Schule



Auch das Jahr 2022 führt uns mit unseren Angeboten und Projekten in der ganzen Deutschschweiz umher. Eine Auswahl davon präsentieren wir hier:



Zusammen mit der BGM-Leitung von Coop Schweiz konnten wir in einem Pilotprojekt ein BGM Cockpit mit der Sokrates-MapConcept erstellen. Die Karte soll helfen, ein gemeinsames Verständnis für die betriebliche Gesundheit mit den involvierten Anspruchsgruppen zu entwickeln und dadurch die Komplexität und die Effektivität von BGM managen zu helfen.

Für die ibW Maienfeld konnten wir für zwei Klassen einen Input zum Thema Gesundheit in der Biathlonarena Lantsch gestalten. Die angehenden Förster lernten die Elemente des Programms «Gesund bleiben in der Forstwartlehre» kennen und vertieften ihr Wissen in den Bereichen Ergonomie, Checkkarten «Bereit für die Forstarbeit», Belastungen und Ressourcen sowie Ernährung. Einen Ausgleich erlebten sie beim Biathlon.

Für rund 25 Lehrpersonen der Schule Knonau (Kindergarten und Primar) konnten wir einen Ressourcenparcours durchführen. Bei bestem Wetter absolvierten die Lehrpersonen in Kleingruppen die 24 Posten auf einem 7km langen Spaziergang in der Umgebung von Knonau.

1

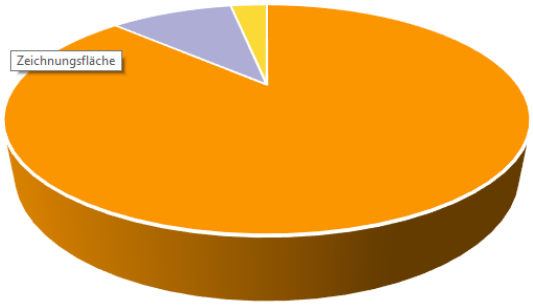
2

3

ÜBERSICHT UND PROJEKTAUSWAHL

Auch im Bereich der Gesundheitsbildung haben wir verschiedene Angebote, welche ihren Teil zum Umsatz beitragen:

87% **Mobilität im Alter**
10% **Bewegung im Strafvollzug**
3% **Bewegtes Lernen**



In der Gesundheitsbildung und Beratung können wir auch 2022 wieder mehrere Angebote aus allen drei Bereichen (Mobilität im Alter, Bewegtes Lernen, Bewegung im Strafvollzug) anbieten:

Nachdem 2022 die Massnahmen zur Pandemiebekämpfung aufgehoben worden sind, können die «agil & mobil»-Kurse wieder ohne Einschränkungen durchgeführt werden. Seit bald zwei Jahrzehnten bildet unser Mandat für die SAW das Kernelement des Bereichs Gesundheitsbildung und Beratung.

Danke für das Vertrauen!

Stiftung Alterswohnungen der Stadt Zürich SAW

An der PH Graubünden können wir schon zum zweiten Mal für Lehrpersonen der Volksschulen im Kanton einen Workshop zum Thema «Bewegtes Lernen» durchführen. Es nehmen elf Lehrpersonen aus verschiedenen Schulen teil. Wie die Feedbacks zeigen, bewährt sich der abwechslungsreiche Mix von Theorieinput, Praxiswerkstatt und Erfahrungsaustausch.

Im 2022 finden zum zweiten Mal der Weiterbildungskurs „Bewegtes Gefängnis“ statt, welchen wir für das Schweizerische Kompetenzzentrum für Justizvollzug (SKJV) anbieten können. Mitarbeitende aus rund 10 Gefängnissen nehmen am zweitägigen Kurs teil und erarbeiten Möglichkeiten, wie Bewegungs- und Entspannungsangebote im Kontext Justizvollzug konzipiert und durchgeführt werden können. Alle Teilnehmenden setzen dies in einem konkreten Projekt in ihren Institutionen um.

Wir möchten uns an dieser Stelle auch herzlich bei unseren Kooperationspartnern bedanken:

lifetime health
www.lifetimehealth.ch
Wir beraten mit den Angeboten Friendly Work Space von:
Gesundheitsförderung Schweiz
Promotion Santé Suisse
Promozione Salute Svizzera

...schlank wie ein KMU.
BGM-KMU.CH

Verkehrsfachschule
Académie du Transport Public
Accademia di Trasporto Pubblico

SVA Zürich

Insertion Suisse
Arbeitsintegration Schweiz
Inserimento Svizzera

ergosens

Stadt Zürich
Sozialdepartement

Thales Beratung
für Menschen mit Autismus

SOKRATES MAPCONCEPT

zh aw Gesundheit

BGMnetzwerk.ch
Wir bringen zusammen.

IQES online
schulentwicklung.ch

STREET RACKET
anyone – anytime – anywhere

ensa
Erste Hilfe für psychische Gesundheit

zh aw Angewandte Psychologie
Psychologisches Institut

IMPRESSUM

Redaktion:
Nico Monn

Mitwirkung:
Annina Singer, Barbara Spörri, Pascal Kunz, Salome Kaufmann, Samuel Maurer

Layout:
Nico Monn

Fotos:
lifetime health

Icons:
www.flaticon.com (Freepik)

© lifetime health GmbH - Juni 2023

lifetime health gmbh
Hofstrasse 94c
8620 Wetzikon
Telefon: 044 251 51 71
E-Mail: info@lifetimehealth.ch
Website: www.lifetimehealth.ch