

Hilti Entwicklungsgesellschaft mbH & MOOVE GmbH

## "CHOOSE TO MOVE" Mit dem Coaching-Ansatz zum individuellem Health Management

PRACTICE BENCHMARK | 02.10..2023

"Wer gesund ist, leistet auch mehr!" - oder? So oder so ähnlich klingt jedenfalls ein oft gehörter Satz eines Gesundheitsmanagers. Auf diese direkte Verknüpfung von Gesundheit und Produktivität verzichtet Hilti jedoch ganz bewusst. Das Projekt „Choose to move“ in Kooperation mit der MOOVE GmbH und der AOK Bayern (bis Juni 2023) rückt etwas anderes in den Fokus: Wohlbefinden. Und da das doch recht subjektiv daher kommt, fielen auch die Projektmaßnahmen entsprechend aus: hochgradig persönlich auf die individuellen Bedürfnisse der Mitarbeitenden angepasst. Wie das genau ablief, erfahren Sie auf den folgenden Seiten.



Die Corona-Pandemie hat es eindrucksvoll gezeigt: Gesundheitliche Herausforderungen und Bedürfnisse können sich schnell ändern. Unabhängig von der unternehmensspezifischen Ausgangslage verzeichnen wir in der Arbeitswelt einen stark angestiegene Teil an Home-Office-Arbeitsplätzen. Dies geht in punkto Ergonomie und Bewegung mit neuen organisationalen Herausforderungen einher. Laut aktueller Studienlage möchten 2/3 der Mitarbeitenden zudem auch künftig einen Teil ihrer Arbeit im Home-Office verrichten. Die Kommunikation untereinander folgt hier anderen Regeln und die Abnahme sozialer Kontakte kann sich auf psychischer Ebene negativ auswirken. Insgesamt ergeben sich daraus neue Anforderungen an den Bereich des Betrieblichen Gesundheitsmanagement und deren Konzepte. Die Entscheidung nach dem Ansatz lautet nicht mehr analog oder digital, sondern in jedem Falle hybrid.

„Gemeinsam bauen wir eine neue Zukunft“. Mit diesem Slogan hat die Hilti Entwicklungsgesellschaft mbH mit Sitz in Kaufering beschlossen, dem "New Normal,„. Nach rein digitalen Projekten in Corona-Zeiten, wurde mit hybriden Projekten nach Corona weitergemacht, da nichts über die persönliche Bindung geht. Hilti entwickelte einen strategischen BGM-Ansatz, der Einzelmaßnahmen konzeptionell bündelt. In den Fokus rücken neben der Stärkung gesundheitsförderlichen Verhaltens auch die Anpassung von Arbeitsbedingungen. Und all das möglichst hybrid, sodass die einzelnen Bausteine flexibel in den Arbeitsalltag integriert werden können. Im Rahmen des Projekts „Choose to move,„ soll speziell Bewegung und Ergonomie, aber auch Stressreduktion an die Mitarbeitenden herangeführt werden – mit der Eigenverantwortung und -befähigung, die mit diesen Themen einhergehen.



## Hilti Entwicklungsgesellschaft mbh

Die Hilti Gruppe beliefert die Bau- und Energieindustrie weltweit mit technologisch führenden Produkten, Systemlösungen, Software und Serviceleistungen. Mit rund 32.000 Teammitgliedern in über 120 Ländern steht das Unternehmen für direkte Kundenbeziehungen, Qualität und Innovation. Die Mission der Hilti Gruppe ist "Making Construction Better", basierend auf einem leidenschaftlichen und inklusiven Team sowie einer mitarbeiter- und leistungsorientierten Unternehmenskultur. Der Hauptsitz der Hilti Gruppe befindet sich seit der Gründung im Jahr 1941 in Schaan, Liechtenstein. Der Hauptsitz von Hilti in Deutschland befindet sich in Kaufering nahe München und ist neben der Konzernzentrale der größte Hilti Standort weltweit. Die Hilti Entwicklungsgesellschaft beschäftigt mehr als 800 Mitarbeitende und hat ihren Sitz in Kaufering. Projektleiterin: Stephanie Lehmann

[www.hilti.com](http://www.hilti.com)

## MOOVE GmbH

Die MOOVE versteht sich als Wegbegleiter für erfolgreiches Betriebliches Gesundheitsmanagement und ist ganzheitlicher BGM-Dienstleister.

MOOVE wirbt im Besonderen für passspezifische, individuelle Lösungen und besitzt mit 50 Mitarbeitenden und über 300 Expertinnen im Netzwerk über 15 Jahre Erfahrung im BGM-Markt.

Projektleiterin: Ramona Niederberger

[www.my-moove.de](http://www.my-moove.de)

Grundlage des Projekts ist deshalb das "SQM"-Modell, das sich aktuellsten Erkenntnissen der Verhaltensforschung bedient: erfolgreiche Verhaltensänderung über Sensibilisierung, Qualifizierung und Motivation. Fortschritte durch die Projektmaßnahmen wurden für die Bereiche Bewegung und Ergonomie per Prä-Post-Befragung an genau diesen Parametern gemessen.

Das Projekt wurde auf Grundlage eines Führungskräfteinterview und der Bedarfsanalyse im Team konzipiert. Das Projekt bediente sich dabei mehreren effektiven Ansätzen. Zum Einen wurde durch einen gemeinsamen Kick-off und 3 kurze Bewegungseinheiten pro Woche ein starker motivationaler Gruppenbezug hergestellt. Zum Anderen arbeitete das Projekt auf individueller Ebene durch von Expert:innen der MOOVE geführte 1:1 Coachings mit dem Schwerpunkt auf Ergonomie oder spezifische Gesundheits Herausforderungen."

Hilti in Kaufering unterstützt gesundheitsförderliches Verhalten durch zusätzliche Angebote wie, ein betriebsinternes Fitnessstudio, Übungsmaterialien und –Videos sowie eine umfangreiche, weiterführende Benefitsplattform.

Für alle Maßnahmen gilt dabei grundsätzlich: Sie sind digital oder hybrid abrufbar. Das Ergonomicoaching gilt auch für das Home Office. Da Hilti international agiert, wurden die Informationen und Angebote zudem auf deutsch sowie englisch zur Verfügung gestellt.

Und was zeigt die Evaluation? Bei allen drei Parametern Sensibilisierung, Qualifikation und Motivation zeigten sich Verbesserungen – und auch bei der wichtigsten Kennzahl, dem Wohlbefinden.

Diese wurde in den Kategorien Genussfähigkeit und Belastbarkeit erfasst, und auch hier zeichneten sich positive Trends durch die Projektmaßnahmen ab.

Seit Beendigung von "Choose to Moove" gab es bereits 5 weitere abteilungsspezifische Folgeprojekte mit den Schwerpunkten an Ergonomie und Bewegung. Je nach Team Zusammensetzung fanden diese auf Deutsch oder Englisch statt.

Darüber hinaus wurde auf Wunsch der Teilnehmenden von „Choose to move“ sowie der anderen Projekte ein multimedialer Workout-Guide durch die MOOVE GmbH erstellt, der motivierten Mitarbeitenden sowohl in analoger als auch in digitaler Form zur eigenständigen Gestaltung von aktiven Pausen befähigt.



## NACHGEFRAGT

3 Fragen an Stephanie Lehmann

### Was macht dieses Projekt für Sie so besonders?

Das individuelle Ergocoaching, unabhängig davon, wo sich die Mitarbeitenden befunden haben. Dies hat einen massiven Mehrwert gebracht und auch die direkte Ansprache bzw. den Austausch intensiviert.

### Welche Herausforderungen gab es bei der Umsetzung?

Die Ansprache der Belegschaft in den beiden Arbeitsplatz-Settings vor Ort und Home Office. Allseits bekannt, ist eine zielgruppenspezifische Kommunikation bei Gesundheitsmaßnahmen ein großer Hebel mit Blick auf den Erfolg des Projekts.

### Was war Ihr Erfolgsrezept?

Der Teamzusammenhalt. Wenn Mitarbeitende gemeinsam Zeit verbringen und an Zielen arbeiten, kann dies dazu beitragen, nicht nur eine positive Arbeitsumgebung zu schaffen, sondern auch das Engagement und die Motivation der Mitarbeitenden zu steigern zur Erreichung ihrer persönlichen sowie arbeitsbezogener Ziele.