

„Der TERGON-Bürostuhl hält uns gesund und zwäg!“

Im Gespräch mit Gerold Schatt – Leiter Sicherheit der Emmi Gruppe

Interview: K. Göbel-Groß; Bilder: J. R. Sigrist

Der Luzerner Milchverarbeiter Emmi ist das führende Schweizer Unternehmen für die Herstellung von Käse und Milchprodukten. Die Mitarbeiter an den verschiedenen Standorten erhalten regelmässig Besuch von Gerold Schatt, weshalb der 31-jährige Ingenieur etwa einen Drittel seiner Arbeitszeit im Auto verbringen muss. Deswegen hat er die Zeit im Büro umso mehr zu schätzen gelernt. Nicht zuletzt wegen seines eigens auf ihn eingestellten TERGON-Bürostuhls.

Wir haben Gerold Schatt gefragt, wie er auf den TERGON-Bürostuhl kam und warum es bei Emmi immer mehr TERGON-„Besitzer“ gibt.

Sitzen Sie heute schon länger auf Ihrem Bürostuhl?

Ich habe es mir heute früh schon um sieben Uhr in meinem Büro bequem gemacht. Das heisst: Heute, wo ich viel telefonieren und Gespräche führen muss, habe ich den TERGON-Ergochair gleich so eingestellt, dass ich mich darauf aktiv bewegen kann. So kann ich beim Anlehnen wippen und gleichzeitig die Rückenmuskulatur trainieren. Diese war bei mir schon immer eine Schwachstelle. Im Moment sind Rückenlehne wie auch Sitzfläche flexibel, d.h. freischwingend eingestellt.

Wie fühlt sich Ihr Rücken dabei an?

Ich kann es selbst kaum glauben, aber wenn ich auf meinem TERGON-Bürostuhl sitze, d.h. seit nunmehr 3 Jahren, geht es meinem Rücken richtig gut. Meine Beschwerden im Rücken treten, sogar nach einem langen Arbeitstag, nicht mehr auf – ganz anders als beim Autofahren.

Wie sind Sie auf das TERGON-Konzept aufmerksam geworden?

Da ich oft mit Verspannungen im Rücken zu kämpfen hatte, kam 2005 der damalige Leiter Sicherheit auf mich zu und bot mir an, einen TERGON-Ergochair während ein paar Wochen auszuprobieren. Ich bekam eine detaillierte Einweisung und der Stuhl wurde individuell auf mich eingestellt. Nach kurzer Zeit war mein Rücken viel lockerer und ich konnte wieder entspannt arbeiten. Wie das genau funktioniert, kann ich Ihnen aber nicht erklären.

Haben auch andere Kolleginnen oder Kollegen ähnliche Erfahrungen gemacht?

Ja, eine Kollegin kam vor Weihnachten zu mir, weil sie starke Nackenschmerzen hatte. Sie war bereits in physiotherapeutischer Behandlung. Ich habe ihr einen Teststuhl der Firma TERGON besorgt und als wir uns im Neuen Jahr wieder gespro-

chen hatten, waren die Probleme weitgehend verschwunden.

Die Geschichte eines anderen Kollegen liegt schon etwas länger zurück – etwa 3 Jahre. Er hatte grosse Probleme mit dem Rücken. Mein Vorgänger organisierte ihm einen TERGON-Teststuhl. Heute sitzt dieser Mitarbeiter wieder beschwerdefrei und würde den Stuhl nicht mehr hergeben.

Gibt es bei Emmi für alle Mitarbeiter einen TERGON-Bürostuhl? Oder nur für einige? Demnach, was Sie eben beschrieben haben, klingt es so, als ob doch noch einige Mitarbeiter auf anderen Stühlen sitzen würden ...?

Das ist tatsächlich so. Bisher sind 80 TERGON-Stühle im Einsatz. Wir setzen sie heute in der Firma punktuell ein, da wo eben der Schuh oder der Rücken drückt.

Ich habe die Erfahrung gemacht, dass diejenigen Leute, die mich gezielt auf das Thema „Ergonomie“ hin angesprochen haben, auch bereit waren, sich intensiv mit dem neuen Stuhl auseinander zu setzen. Wir verfolgen im Unternehmen den Ansatz, dass die Mitarbeiter für das eigene Wohlbefinden mit Verantwortung tragen.

„Nach kurzer Zeit war mein Rücken viel lockerer und ich konnte wieder entspannt arbeiten.“

Wichtig dabei ist, dass sie selbst aktiv werden, mitdenken und uns ihre Bedürfnisse – im Hinblick auf Ihre Gesundheit – kommunizieren. Wir unterstützen sie wenn immer möglich bei der Umsetzung.

Wie sieht diese Unterstützung aus?

Im Moment läuft bei Emmi gerade die Kampagne „gesund und zwäg“. Jeden zweiten Monat informieren wir unsere Mitarbeiter über ein neues Thema rund um die Gesundheit, indem wir ihnen Anregungen und Tipps geben, wie man sich zum Beispiel gesund ernährt, sinnvoll Sport treibt oder Arbeitsunfälle vermeidet. Die Mitarbeiter werden über Plakate am Infobrett informiert oder wir kleben Sprüche wie „Arbeitsweg = Fitness“ auf die Toilettenspiegel.

Wenn einer Ihrer Mitarbeiter einen Bürostuhl von TERGON bekommt, wie stellen Sie dann sicher, dass er diesen auch richtig einsetzt?

Zunächst erhält jeder einen Teststuhl und dann eine individuelle Einweisung. An jedem Standort haben wir einen Verfahrensleiter für Büroergonomie. Wenn die ersten Tage vorüber sind, schaut er persönlich nochmals, ob alles passt. Der Kollege kann ergänzende Fragen stellen, weitere Sitzpositionen ausprobieren und natürlich nach-



3'000 Mitarbeiter/innen arbeiten für Emmi Schweiz, verteilt auf 38 Standorte.

justieren. Man sollte sowieso die Einstellungen immer wieder anpassen, da sich die Bedürfnisse stetig ändern. Wichtig ist das „bewusste Sitzen“. Also immer wieder da-

ran denken sich anzulehnen, ganz nach hinten zu rücken und die Sitzfläche – vom Sitzneigewinkel her – stufenlos zu verstellen.

Die Mitarbeiter, die auf einem solchen Stuhl sitzen, kennen sich mittlerweile mit den Einstellmöglichkeiten sehr gut aus. Sie geben sich sogar gegenseitig Tipps. So bleibt zudem die Motivation bestehen, sich immer wieder richtig auf den Stuhl zu setzen. Nur so kann der Stuhl auch seinen Zweck erfüllen. Das macht er richtig gut. Eine Investition in die Gesundheit, die sich auf jeden Fall lohnt. (kgg)

Gerold Schatt (31)

arbeitet seit 2003 bei Emmi Schweiz. Ursprünglich liess er sich zum diplomierten Lebensmittelingenieur ausbilden. Der leidenschaftliche Mountainbiker und Vater eines kleinen Sohnes ist verheiratet und wirkt seit 2007 als Leiter Sicherheit der Emmi Gruppe.

