

Beschwerdefreies Sitzen: MIGROS setzt auf TERGON

Die in Gossau SG ansässige Genossenschaft Migros Ostschweiz beschäftigt 9.000 Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter an ca. 120 Standorten. Die Gesundheit der Mitarbeiter steht auf der Prioritätenliste des Detailhandelsunternehmens ganz weit vorne, mit Konsequenzen, die im wahrsten Sinne des Wortes „sitzen“, wie Markus Blunski uns berichtete. Die Bürostühle der Marke TERGON gehören seit einigen Jahren zum Möbelstandard. Wir wollten wissen warum.

Für den Leiter der Abteilung Gesundheit/Soziales bilden Fragen von Arbeitsschutz und Gesundheit am Arbeitsplatz die zentralen Anliegen seiner Tätigkeit. Im Gespräch mit Markus Blunski spürt man, dass ihm dieses Thema, auch aus persönlicher Motivation heraus, sehr am Herzen liegt: Mit 20 Jahren erlitt der heute 59-jährige während des Militärdienstes einen Unfall, der ihm in Folge von Fehlbehandlungen bis heute Beschwerden bereitet (u. a. Rückenschmerzen). Diese Erfahrung schafft Bewusstsein und Verständnis für die gesundheitlichen Probleme der Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter.

Der gelernte Heilpädagoge, mit langjähriger Erfahrung in Schule und Wirtschaft, ist seit viereinhalb Jahren bei Migros tätig und beschreibt seine Aufgabe als „spannenden Spagat zwischen dem betriebswirtschaftlichen Denken und

dem Wohlbefinden der Menschen, die die Leistung erbringen.“

Drei Säulen für gesundes Arbeiten

Die Gesundheit der Mitarbeiter hat sich in den vergangenen Jahren zu einem zentralen Thema im Unternehmen entwickelt und findet in drei Bereichen Ausdruck. Der Bereich Arbeitssicherheit und Gesundheitsschutz kümmert sich um Fragen des Arbeitsschutzes der Belegschaft, sowohl hinsichtlich der gesetzlichen Vorgaben, als auch mit unternehmenseigenen Initiativen. Das Präsenzmanagement verfolgt das Ziel, mit Hilfe von Reintegrationsmassnahmen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern mit gesundheitlichen Einschränkungen die weitere Arbeit am bisherigen oder an einem anderen Arbeitsplatz zu ermöglichen.

Als dritte Säule bietet die Sozialberatung den Angestellten die Möglichkeit, persönliche Probleme, die als einschränkend und blockierend erlebt werden, mit kompetenten Ansprechpartnern zu besprechen und zu lösen. Durch diese Massnahmen sind die Absenzen heute bei Migros um 25% tiefer als im Jahr 2002.

Für alle Fälle TERGON

Das gesunde, ergonomische Sitzen bildet einen wichtigen Teil des erfolgreichen Gesundheitskonzepts des Unternehmens.

Mit den Ergochairs von TERGON kam Markus Blunski durch Zufall in Berührung. „Als ich vor viereinhalb Jahren meine Tätigkeit bei Migros aufnahm, war der Bürostuhl, der an meinem Arbeitsplatz bereitstand, vollkommen durchgesessen“, erinnert er sich. „Ich tauschte ihn, zwei Jahre später, mit dem neueren Standardmodell des Unternehmens, aber darauf sass ich noch schlechter, die Feineinstellungen waren nicht ausreichend und die Situation mit den Rückenschmerzen verbesserte sich auch nicht.“

Ein Arbeitskollege bot ihm dann einen Musterstuhl an, den ein ihm unbekanntes Unternehmen für einen Monat bereit gestellt hatte. „Nach einer Woche wollte ich den Stuhl am liebsten behalten,“ schmunzelt Blunski.



Die Zentrale der Genossenschaft Migros Ostschweiz in Gossau SG.

„Die Marke TERGON kannte ich nicht und sie interessierte mich ehrlich gesagt auch wenig. Ich wollte einfach beschwerdefrei sitzen“, resümiert er. „Ich sitze heute noch auf diesem Stuhl und bin nach wie vor sehr zufrieden damit.“

Gesundes Sitzen als wesentlicher Teil der Gesundheit

Durch die Vielzahl der Feineinstellungen und variablen Positionen, erlaubt der Ergochair jedem Nutzer die Anpassung an die individuelle Tagesform und Arbeitssituation. So zum Beispiel flexibles Zurücklehnen beim Telefonieren oder stabile Unterstützung der Lendenwirbelsäule beim Schreiben am PC.

„Natürlich gehe ich insgesamt sehr bewusst mit meiner Gesundheit und den Beschwerden um. Viel Bewegung, gesunde Ernährung und gezieltes Krafttraining sind dabei zentrale Aspekte. Der richtige Bürostuhl ist natürlich ein sehr wesentliches Element. Den Ergochair kann ich dem Tagesempfinden entsprechend einstellen. Perfekter geht es nicht“, erläutert er. Dies ist um so wichtiger, weil er, wie viele seiner Kollegen, 50 - 75% seiner Tätigkeit sitzend verrichtet, mit Gesprächen, Telefonaten, Denk- und Schreibtischarbeit.

„Das tönt jetzt nach Werbung, aber der TERGON-Stuhl ist in meiner gesamten beruflichen Laufbahn der erste Stuhl, auf dem ich hervorragend sitze, so dass ich am Ende eines Arbeitstages beschwerdefrei nach Hause gehen kann“, sagt er und setzt sich lächelnd auf seinen Ergochair. „Natürlich habe ich den Stuhl empfohlen, denn diesen gesundheitlichen Vorteil sollte ja möglichst jeder haben. Andere Mitarbeiter haben den Stuhl ausprobiert, er hat überzeugt, wie ein kleiner Flächenbrand“. Inzwischen ist der TERGON-Ergochair das Standardmodell des Unternehmens. (kr) ■



„Auf dem Ergochair von TERGON sitze ich endlich beschwerdefrei.“ Markus Blunski, Leiter Gesundheit/Soziales, Migros Ostschweiz