

Der TERGON-Bürostuhl: Besser als Urlaub!

Im AWO Kreisverband Markt-Schwaben haben Rückenbeschwerden keine Chance

Der AWO Kreisverband Ebersberg e.V. hat seinen Sitz im oberbayerischen Markt Schwaben. Zu ihm gehören acht Ortsverbände und 18 Kindertagesstätten, einen Ambulanten Dienst für Menschen für Behinderung und ein ambulanter Pflegedienst. Seit 2006 leitet Ulrike Bittner die Geschäftsstelle in Markt Schwaben, in der weitere elf Kolleginnen und Kollegen beschäftigt sind. Einige Mitarbeiter freuen sich nach jedem Urlaub schon richtig darauf, endlich wieder ins Büro zu gehen. Im Interview erklärt die Geschäftsführerin Ulrike Bittner, was das mit den TERGON-Bürostühlen zu tun hat...

Frau Bittner, was genau ist Ihre Aufgabe in der AWO?

Bittner: Ich bin Geschäftsführerin des AWO-Kreisverbands Ebersberg e.V. in Markt Schwaben. Im Wesentlichen kümmere ich mich um Personaleinsatz, die Finanzplanung und den Blick in die Zukunft: Welche Geschäftsfelder sind interessant? Ich muss dafür sorgen, dass es uns in zehn Jahren auch noch gibt.



Zum Kreisverband der AWO Ebersberg gehören 16 Einrichtungen für Kinder. Hier werden schon die Kleinsten von Anfang an liebevoll und professionell betreut.

TERGON: Welche Ausbildung haben Sie?

Bittner: Ich bin Diplom-Verwaltungswissenschaftlerin. Nach dem Studium habe ich bei der AWO im Bereich der Verwaltung angefangen, dann wurde ich Verwaltungsleiterin und nachdem die Geschäftsführerin

in Ruhestand ging, habe ich ihren Posten übernommen.

TERGON: Seit wann sind Sie im Kreisverband tätig?

Bittner: Seit 1. August 1996 bin ich hier beschäftigt und seit 1.3. 2008 als Geschäftsführerin.

TERGON: Worauf sitzen Sie gerade?

Bittner: Auf einem TERGON-Stuhl natürlich! Einem roten. Unsere Büro-stühle sind alle rot und gepolstert – und ohne Armlehne.

„Immer, wenn wir neue Bürostühle beschaffen, werden TERGONs bestellt. Die Kollegen schätzen den Komfort und die breite Sitzfläche.“

TERGON: Seit wann sitzen Sie heute schon auf Ihrem Büro-stuhl?

Bittner: Seitdem ich ins Büro kam – und das ist seit 10.00 Uhr.

TERGON: Wie fühlen Sie sich?

Bittner: Es ist ja jetzt schon 17.00 Uhr – ich fühle mich aber immer noch sehr gut und fit.

TERGON: Seit wann haben Sie an Ihrem Standort in Ebersberg TERGON-Bürostühle?

Bittner: Das weiß ich gar nicht mehr so genau. Wir haben im Jahr 2006 mit einem Stuhl mal angefangen, den hatten wir von Herrn Weiß zur Probe bekommen und dann gar nicht mehr zurückgeschickt und dann immer mehr nachbestellt. Anfangs waren die Kollegen noch sehr verhalten und meinten: „So einen Stuhl brauchen wir nicht.“ Da hat der Preis eher abgeschreckt. Aber wer einmal drauf gesessen hat, der will nimmer runter! Man sitzt ja so lang jeden Tag auf seinem Bürostuhl, da ist der Preis völlig gerechtfertigt. Als die ersten Kollegen Probe gesessen hatten, ging es Zug um Zug und es wurden immer mehr TERGON Büro-stühle angeschafft.

TERGON: Wie viele Kolleginnen und Kollegen arbeiten in Ihrem Haus – und sitzen täglich auf den Bürostühlen?

Bittner: Alle. Wir sind zwölf die inzwischen auf TERGON sitzen. Wir haben natürlich auch mal Außentermine und sind auch öfter mal unterwegs, aber in der Regel sitzen wir im Büro.

TERGON: Warum haben Sie sich für TERGON-Stühle entschieden?

Bittner: Es gab da zwei Schlüsselerlebnisse: Ein Kollege, der hatte erhebliche Probleme mit der Wirbelsäule. Er sagt, er merkt es immer, wenn er längere Zeit im Urlaub war, dann tut ihm der Rücken weh, dann freut er sich wieder aufs Büro, wenn er endlich wieder auf

seinem TERGON sitzen kann. Dann gehen die Rückenschmerzen auch wieder weg. Und eine andere Kollegin hatte einen Steißbeinbruch. Sie sagt, immer wenn sie auf dem TERGON sitzt, dann geht es ihr erheblich besser. Ich selbst merke zum Beispiel auch, dass mich die Arbeit nicht ermüdet, selbst wenn ich lange im Büro sitze. Ich bin auch nach langen Arbeitstagen immer noch fit.

TERGON: Was sagen die anderen Mitarbeiter zu den TERGON-Bürostühlen?

Bittner: Alle Kolleginnen und Kollegen sind restlos überzeugt. Der TERGON ist einfach gut und tut allen gut. Ich kann die Stühle nur wärmstens weiterempfehlen. Unsere Arbeitsmedizinerin hat auch schon gesagt, solche Stühle hätte sie gern überall in den Büros, dann würden viele gesundheitliche Probleme erst gar nicht entstehen.

TERGON: Was tut die AWO außerdem für die Fitness und Gesundheit Ihrer Mitarbeiter? Gibt es spezielle Angebote oder Gesundheitsprogramme?

Bittner: Wir beteiligen uns mit bis zu 500 Euro pro Jahr daran, wenn ein Mitarbeiter eine Rückenschule oder etwas Ähnliches macht, das die Krankenkasse nicht zahlen würde. Uns ist es wichtig, dass sich alle Mitarbeiter auch um ihre Gesundheit kümmern.

„Für unsere Mitarbeiter ist ein fitter Rücken besonders wichtig!“

TERGON: Woher wissen Sie, wie man richtig auf einem TERGON-Bürostuhl sitzt?

Bittner: Nach der Anleitung durch Herrn Weiß haben wir gelernt, wie man den TERGON richtig einstellt. Und dann hat man das ja auch schnell im Gefühl, wie man sitzen muss, damit es richtig passt. Es fühlt sich ja für jeden anders an.

TERGON: Welche Eigenschaften sollte nach Ihrer Meinung ein guter Bürostuhl heute bieten?

Bittner: Ich persönlich finde es sehr angenehm, wenn die Rückenlehne mitgeht, und die Rollen gut laufen. Manchmal mag ich, dass die Sitzfläche kippt und manchmal stell ich sie mir auch lieber fest, je nachdem. Wichtig ist mir die Vielfalt. Je nach Tagesform und Arbeitsweise braucht man ja unterschiedliche Einstellungen.

TERGON: Unsere Erfahrung zeigt, dass über 40% der Mitarbeiter die Einstellmöglichkeiten beim Bürostuhl nicht richtig nutzen. Wie stellen Sie in Ihrem Betrieb sicher, dass die Mitarbeiter den TERGON-Bürostuhl richtig einstellen und optimal verwenden?

Bittner: Das ist ja beim TERGON fast selbsterklärend. Und man kann auch jederzeit Herrn Weiß um Hilfe bitten. Die Kollegen erklären sich das aber meist gegenseitig. Erst vor kurzem hatten wir eine Sicherheits- und Arbeitstechnische Begehung, da wurde das alles überprüft: der Winkel der Oberschenkel, der Unterarme und wie die Augen auf den Bildschirm gerichtet sind. Dabei hat sich herausgestellt, dass eine Mitarbeiterin ihren Bürostuhl offenbar nicht richtig eingestellt hatte, wie er sein sollte. Sie hat das dann sofort korrigiert. Das ist ja auch wirklich denkbar einfach. Und jetzt spürt sie auch den Unterschied.

TERGON: Gab es schon Reklamationen oder Schäden an den Stühlen?

Bittner: Nein, das hatten wir in den ganzen Jahren noch gar nicht.

TERGON: Nun noch etwas Persönliches: Was tun Sie zum Ausgleich, wenn Sie gerade nicht auf Ihrem Bürostuhl sitzen? Was machen Sie in Ihrer Freizeit?

Bittner: In der Regel hab ich einen Zehn- bis Zwölfstunden Tag, geh dann heim, und verbringe die Zeit mit meiner Familie und Freunden.. In den Ferien bin ich am liebsten am Meer, an der Ostsee in Usedom oder Rügen. Ich mache Feldenkrais und wenn ich mich draußen bewege, dann beim Spazierengehen. Dabei erhole ich mich gut.



Auf ihrem roten TERGON Bürostuhl bleibt Ulrike Bittner auch an langen Arbeitstagen entspannt.

Zum Hintergrund:



Die Arbeiterwohlfahrt, kurz: AWO, ist unter den Verbänden der Freien Wohlfahrtspflege auf Grund ihrer Geschichte und ihres gesellschaftspolitischen Selbstverständnisses ein Wohlfahrtsverband mit besonderer Prägung. Hier haben sich Frauen, Männer und junge Menschen als Mitglieder und als ehren- und hauptamtlich Tätige zusammengefunden, um in der Gesellschaft bei der Bewältigung sozialer Probleme und Aufgaben mitzuwirken und um den demokratischen, sozialen Rechtsstaat zu verwirklichen. Seit ihrer Gründung 1919 ist die AWO ein unabhängiger und föderal organisierter Sozialverband. Seine Struktur entspricht im Wesentlichen den Verwaltungsgebietsgrenzen der Bundesrepublik Deutschland. So sind dem AWO Bundesverband insgesamt 29 Landes- und Bezirksverbände angeschlossen. Zu den AWO-Landes- und Bezirksverbänden gehören die Kreisverbände ihrer Verwaltungsgebiete. Diese wiederum setzen sich aus den Ortsvereinen des Kreisgebietes zusammen. Einer davon ist der Kreisverband Markt-Schwaben, östlich von München.