

Erzieherinnen sind jetzt „rückenfit“

HEMSBACH. Das Berufsleben von Erzieherinnen kann bisweilen ganz schön anstrengend sein - auch körperlich. Unter anderem gehört das Wickeln und Tragen von Kindern wieder vermehrt zum Arbeitsalltag vieler Erzieherinnen. Seit nämlich der Rechtsanspruch auf einen Kita-Platz für unter Dreijährige besteht, wurde die Arbeitsbelastung nicht weniger.

Beim Pater-Delp-Kindergarten in der Stettiner Straße 40 hat der Träger, die katholische Kirchengemeinde, auf die veränderten Rahmenbedingungen reagiert und für die Erzieherinnen einen Rückenschule initiiert. „Abwechslung und Bewegung gehören unbedingt zum Arbeitsalltag“, weiß Kindergartenbeauftragte Marlies Flotho.

Unterstützt und begleitet wurden die Erzieherinnen bei ihrem sechswöchigen Kurs von der Hemsbacher Physiotherapeutin Brigitte Benthin. Unter ihrer erfahrenen Leitung lernten die Teilnehmerinnen, wie sie im Berufsalltag und in der Freizeit individuell mit Belastungen ihres Rückens umgehen.

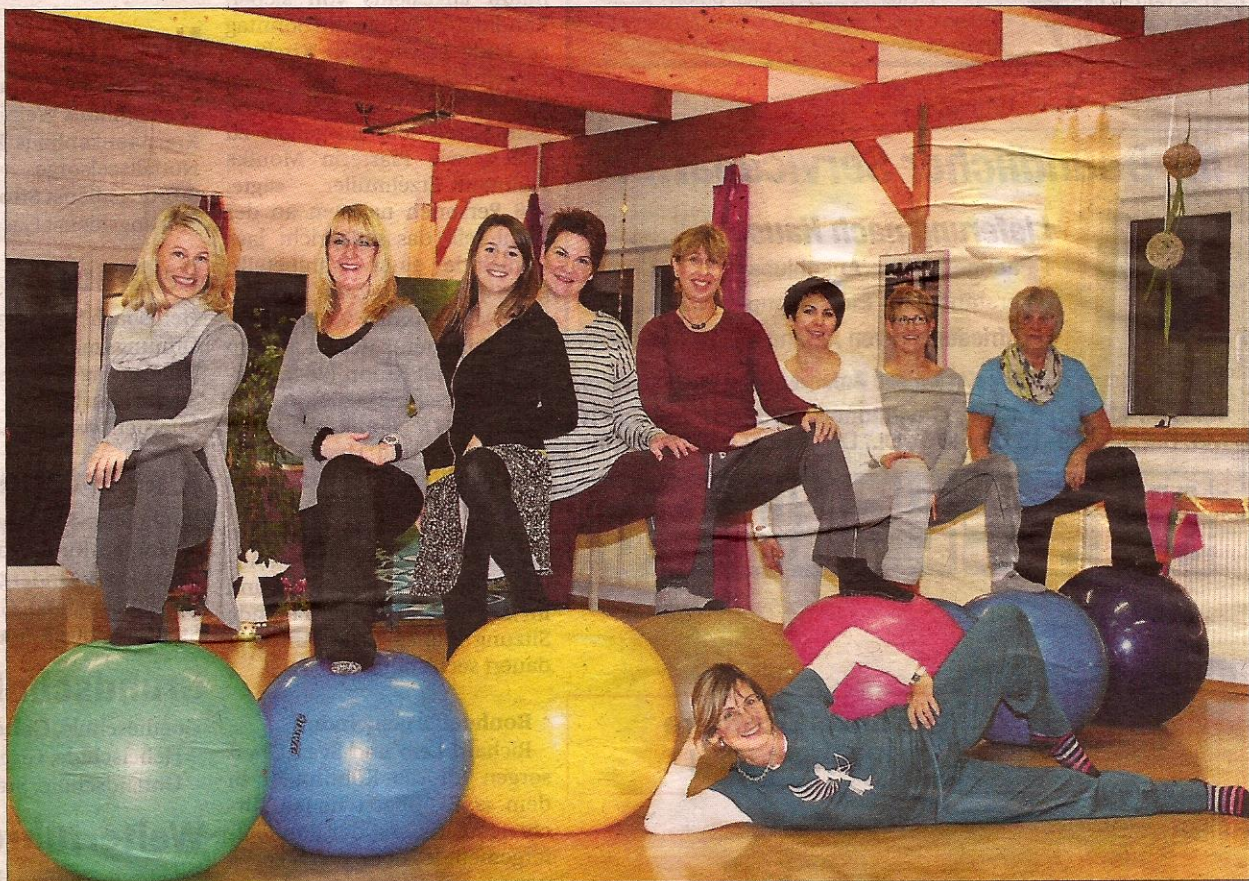
Im Vordergrund der Schulung stand das Training rückengerechter Arbeitsabläufe, Entlastungsübungen und die Sensibilisierung des Teams, sich gegenseitig im Arbeitsalltag zu unterstützen und die Kollegin auf vermeidbare Belastungen hinzuweisen. Belastungen im Arbeitsalltag wahrzunehmen und Fehlbelastung zu vermeiden, beispielsweise beim Sitzen auf

kleinen Kinderstühlen, beim Heben von Kleinkindern, beim Bücken an niedrigen Kindertischen, das war der Beginn des Präventionsprogramms. Zugleich lernten die Erzieherinnen ihre Gesundheit durch das richtige Sitzen, regelmäßige Bewegung, kurze Dehnübungen, regelmäßige Pausen und Entspannungsphasen zu pflegen. Ergonomische Möbel und durchdachte Arbeitsorganisation sind ohnehin schon fester Bestandteil im Pater-Delp-Kindergarten.

„Mit der Rückenschule kam jetzt ein wichtiger Baustein zur Prävention dazu“, so Kindergartenleiterin Claudia Oeburg. Das Team des katholischen Pater-Delp-Kindergartens ist jetzt jedenfalls „rückenfit“. MC

Hemsbach
extra

04.12.2013



Erzieherinnen sind jetzt fit