



## "Alles im Lot" bei Mitarbeitern der Kinder- und Jugendhilfe?

*Bedenkenswertes und Bedenkliches rund um das Thema Gesundheit.*

Nürnberg. Die Fachgruppe für Mitarbeitende in der Kinder- und Jugendhilfe im Verband kirchlicher Mitarbeiter(vkm) Bayern hatte Anfang Oktober zu einem Fachtag rund um das Thema "Gesund bleiben im Beruf" eingeladen. Eingeladen war auch der Verkaufsleiter Thomas Lauterbach vom Massivholzmöbelhersteller "die holzschmiede". Er stellte ergonomische Sitzmöbel aus dem Programm AGILE vor, die in Nürnberg über eine eigene Filiale vertrieben werden.

Die Referentin Maria Fritzsche nahm die Teilnehmer mit auf eine kurzweilige Reise in die Welt der Gesundheitsforschung. Sie machte vertraut mit dem darin enthaltenen Perspektivenwechsel. Wie erkennen wir Stressoren aber auch Ressourcen in unseren vielfältigen Lebensbezügen, in Beruf, Familie, und Freizeit. Können wir aussteigen aus sich immer wiederholenden Stressmustern oder einfach lernen entspannter damit umzugehen?

An diesem Fachtag konnten die Teilnehmerinnen viel Nützliches erfahren, um mehr Balance in den Alltag und ihre Denkmuster zu bringen.

Neben der Eigenverantwortung für die Gesundheit wurden auch die Anforderungen an das berufliche Umfeld thematisiert. Welche Arbeitsbedingungen brauchen gerade Mitarbeitende der Kinder- und Jugendhilfe in ihren unterschiedlichen Arbeitsfeldern, um den Herausforderungen gewachsen zu bleiben? Nicht nur beim Umgang mit kleineren Kindern haben die Mitarbeiter häufig Probleme mit dem Sitzen an niedrigen Tischen und Arbeit im Bodenbereich. Rückenschmerzen sind oft die Folge und führen zu Krankheitstagen, die vermieden werden können. Nach dem Prinzip "dynamisches Sitzen" gibt es für alle Arbeitsbereiche die passenden ergonomischen Sitzmöglichkeiten. Sie beugen Rückenschmerzen vor und verbessern die körperliche Beweglichkeit und Fitness. Auch Konzentriertheit und Aufmerksamkeit werden nachweislich gesteigert. Verschiedene Modelle konnten am Fachtag ausprobiert werden.

So gab es rund um den Fachtag jede Menge Tipps zur körperlichen Gesundheit. Neue Ansätze und Ideen.

Unterstützt wurde die Veranstaltung von der Firma "die holzschmiede" aus Thurnau. Der Massivholzmöbelhersteller vertreibt seine Produkte über ausgesuchte Fachhändler, Internetshops und Filialen in Nürnberg und Bamberg.

### Pressekontakt

die holzschmiede Massivholzmöbel GmbH

Herr Reinhold Bornemann  
Erlenstegenstrasse 82  
90491 Nürnberg

massivholzmoebel-nuernberg.de  
nuernberg@holzschmiede.de

### Firmenkontakt

die holzschmiede Massivholzmöbel GmbH

Herr Reinhold Bornemann  
Erlenstegenstrasse 82  
90491 Nürnberg

massivholzmoebel-nuernberg.de  
nuernberg@holzschmiede.de

die holzschmiede Massivholzmöbel GmbH produziert in Thurnau in Oberfranken/Bayern hochwertige Massivholzmöbel. In handwerklicher Tradition, kombiniert mit einem modernen Maschinenpark, werden Edelhölzer aus Nachhaltiger Forstwirtschaft verarbeitet. Die Filiale Nürnberg der holzschmiede vertreibt diese ökologisch wertvollen Möbel in der Metropolregion Nürnberg - Fürth - Erlangen zusammen mit Natur-Bettausstattungen deutscher und schweizer Hersteller, die sich strengen Herkunfts- und Schadstoffprüfungen unterwerfen.

Anlage: Bild

