Foto: Sven Betz

Mit einem Diplom-Sportwissenschaftler wurde ein auf die Bedürfnisse der Mitarbeiter zugeschnittenes Rückentraining und Rückenstärkungsprogramm ausgearbeitet

„Du musst was tun, dich bewegen“

RÜCKENSCHULE: Das A und O eines erfolgreichen Betriebes ist die Gesundheit der Mitarbeiter. Immer mehr Unternehmen bieten daher ein Gesundheitsmanagement für ihre Mitarbeiter an, wie das Handwerksunternehmen Hans Hund in Bocholt.

VON **ULI GEUB**

Ein persönlicher Impuls brachte Hans Hund auf die Idee. „Durch meine häufig sitzende Tätigkeit und längere Fahrten mit dem Auto wurden meine Rückenprobleme größer. Da kam mir der Gedanke: Du musst dich bewegen und was für dich tun“, so der Handwerksunternehmer aus dem münsterländischen Bocholt, der 1981 einen Fachbetrieb für Gebäudetechnik gründete und die Geschäftsführung seit zwei Jahren gemeinsam mit seinem Sohn wahrnimmt.

„Da mir das Wohl unserer Mitarbeiter sehr am Herzen liegt, habe ich mit meinem Sohn Alexander beschlossen, ein leichtes Sportprogramm für die Belegschaft auf die Beine zu stellen.“ Ein großzügiges Platzangebot war durch den Umzug der Hans Hund GmbH im Jahr 2014 in ein neues, modernes Firmengebäude vorhanden und so ein Raum für die sportlichen Aktivitäten im Betrieb schnell gefunden. Hund legte Wert darauf, dass die Mitarbeiter nicht erst nach Hause müssen, um mit dem Sportprogramm zu starten. „Bei unserem Konzept muss nur einmal pro Woche eine Stunde an die Arbeitszeit drangehängt werden, und man hat etwas Wichtiges für die Gesundheit getan.“

Wirbelsäulen-Aktivtraining wöchentlich

Mit dem Bocholter Diplom-Sportwissenschaftler Markus Kühn, der auch die Trainingseinheiten im Betrieb durchführt, wurde ein auf die Bedürfnisse der Mitarbeiter zugeschnittenes Rückentraining und Rückenstärkungsprogramm ausgearbeitet. Nach einem erfolgreichen Probetraining konnte das Programm im September 2014 starten. „Für uns war es von Anfang an wichtig, die Mitarbeiter mitzunehmen. In Einzelgesprächen mit dem Trainer konnte jeder seine Probleme und Wünsche darlegen, wodurch im Training speziell auch die individuellen Schwerpunkte berücksichtigt werden.“

Die seitdem einmal pro Woche über einen Zeitraum von 45 bis 60 Minuten gehenden „Wirbelsäulen-Aktivtrainingseinheiten“ beschäftigen sich aber nicht nur mit der Kräftigung und Mobilisierung der wirbelsäulenstabilisierenden Muskulatur. Auch ergonomische Aspekte, spezielle Wahrnehmungs- und Entspannungsübungen sowie das Heranführen an ein selbstständiges Training und das Übertragen von korrekten, gesundheitsfördernden Bewegungsabläufen in den Arbeitsalltag sind Ziele des Programms.

Foto: privat

Hans Hund (r.) und Sohn Alexander haben für ihre Mitarbeiter ein gezieltes Programm erstellt

„Da mir das Wohl unserer Mitarbeiter sehr am Herzen liegt, habe ich mit meinem Sohn Alexander beschlossen, ein leichtes Sportprogramm für die Belegschaft auf die Beine zu stellen.“

HANS HUND, UNTERNEHMER

Gesundheitsmanagement

Für Hans Hund ist ein optimiertes, betriebliches Gesundheitsmanagement ein wichtiger Baustein für die Fachkräftesicherung im Kontext des größer werdenden Fachkräftemangels. „Betriebe, die solche Dinge anbieten, binden damit Mitarbeiter. Zudem wissen die Mitarbeiter es durchaus zu schätzen, wenn sich eine Unternehmensleitung um ihre Gesundheit kümmert.“ In das gesamte Maßnahmenpaket gehören für Hund auch die vielschichtigen Aspekte des Arbeits- und Unfallschutzes mit hinein. „Zum Beispiel sind Gehör- und Staubschutz wichtige Dinge, die man besonders den jungen Mitarbeitern immer wieder erläutern muss. Sie müssen lernen, mit den vorhandenen Risiken verantwortlich umzugehen. Jeder Praktikant bekommt bei uns eine halbstündige Einweisung diesbezüglich, bevor es auf die Baustellen geht.“

hans-hund.de

HANS HUND GMBH

1981 gründete der Kälteanlagenbauer- und Elektrotechniker-Meister Hans Hund in einer Garage in Bocholt sein Unternehmen für Gebäudetechnik.

1985 weitete er sein Geschäftsfeld auf den Bereich Lüftungstechnik aus. Im gleichen Jahr fand der Umzug in eine neue 300 Quadratmeter große Betriebshalle in Bocholt-Spork statt.

Ende der 1990er Jahre kamen die Gewerke Heizung und Sanitär hinzu.

2008 trat Sohn Alexander Hund ins Unternehmen ein und wurde 2014 Mitgesellschafter.

2014 zog die Hans Hund GmbH in einen modernen Neubau nach Bocholt-Holtwick um.

ZUR PERSON HANS HUND

Von 1993 bis 1998 war er Obermeister der Elektro-Innung Bocholt. Ferner war er ab 1996 Vorstandsmitglied der Kreishandwerkerschaft Borken.

Und **von 2000 bis 2015** stellvertretender Kreishandwerksmeister (Bezirk Bocholt).

Im Dezember 2014 wurde Hans Hund (65) zum neuen Präsidenten der Handwerkskammer Münster gewählt.

Seit 2015 ist Hans Hund zudem Vizepräsident des Westdeutschen Handwerkskammertages (WHKT).