

Fachkräfte trainieren Justus-von-Liebig-Schüler / Bein- und Rückenschulung

Übungen für junge Friseure

Vechta – An der Justus-von-Liebig Schule in Vechta fand kürzlich ein ganz besonderer Unterricht statt: Anne-Marie Glowienka, Physiotherapeutin, Arbeits- und Ergonomieberaterin der Firma Hochform aus Dötlingen, erklärte angehenden Friseuren, wie sie ihre Beine und ihren Rücken stärken können.

Glowienka zeigte den Auszubildenden zunächst die Wirkungsweise und den Aufbau des Rückgrats und machte anschließend vor, wie sie durch die richtige Körperhaltung rückschonend arbeiten können. Alle zukünftigen Friseure führten die Übungen praktisch durch, um die gute Haltung selber zu erfahren. Anschließend gab es einen kleinen Fitness-Check. Glowienka zeigte den Schülern der Justus-von-Liebig-Schule Übungen zur Kräftigung der Beine und des Rückens, die sie auch abends vor dem Fernseher machen können.



Rückenschonung: Anna-Maria Glowienka (rechts) zeigt den Schülern der Justus-von-Liebig-Schule Übungen. Foto: privat

Regelmäßiges Trainieren dieser einfachen Übungen führen auf Dauer zu einer besseren Kondition und Konstitution. Der zweite

Schwerpunkt war der Hautschutz. Ulla Triesch als Fachkraft für Arbeitssicherheit der Berufsgenossenschaft für Gesundheits-

dienst und Wohlfahrtspflege brachte den angehenden Friseuren den Hautschutz nahe. Sie wurden über die verschiedenen Arten und spezifischen Eigenschaften von Handschuhen aufgeklärt. Neben dem unbedingten Tragen von Handschuhen informierte Triesch umfassend über verschiedene Hautpflegeprodukte, die von den Azubis auf Inhaltsstoffe untersucht und angewendet wurden.

Der Obermeister der Friseurinnung Vechta, Christian Niehaus, zeigte sich auch sehr an diesem Thema interessiert und stellte die große Bedeutung dieser Themen für den Friseur fest. Durch die Einhaltung des Hautschutzplanes und durch aktiven Rücken-schutz wird nicht nur die persönliche Lebensqualität der Friseure verbessert, sondern auch die Kosten für die Berufsgenossenschaft und die Krankenkassen verringert, was zu einer Beitragsverringering führt.