

Völkerkontrolle ohne Bücken

Arbeitserleichterungen beginnen im Kopf!

Haben Sie sich schon einmal überlegt, wie oft Sie sich bei der Völkerdurchsicht bücken? Müssen Sie dabei noch schwere Zargen hochheben, geht das um so mehr „übers Kreuz“! Auch eine längere gebückte Haltung über dem Volk ist ungesund. Die einseitige Belastung drückt auf die Bandscheiben der Wirbelsäule, so dass sich diese bei manch einem „verabschieden“.



... und die Schwerarbeit die Bein- und nicht die Rückenmuskulatur verrichten lassen, auch wenn es anfangs ungewohnt sein mag.

Reduzierte Gewichte

In vielen Branchen wurden die Lasten, die Arbeiter bewegen müssen, in den letzten Jahren drastisch reduziert. Der Sack Zement wiegt heute häufig nicht mehr 50, sondern nur noch 25 kg. Die zu tragenden Gewichte sollen möglichst 10 bis 15 kg nicht überschreiten.

Wie sieht es in Imkereien aus? Eine Holzarge mit 10 honigvollen Zanderwaben bringt ohne weiteres 35 kg auf die Waage, selbst Styropormagazine mit 11 Waben Dt. Normalmaß wiegen da noch etwa 25 kg, und gefüllte Flachzargen sind immer noch 22 kg schwer. Aber wer sagt denn, dass Honigzargen voll gefüllt transportiert werden müssen? Zumindest Imker mit Rückenbeschwerden sollten immer einen Teil der Honigwaben herausnehmen und so das Gewicht reduzieren.

Optimale Arbeitshöhen

Idealerweise hebt man Gegenstände aufrecht stehend mit geradem Rücken an. Dazu sollte sich die Last etwa in Hüft- bis maximal Brusthöhe befinden (ca. 90 bis 120 cm hoch). Steht eine Last auf dem Boden, neigt man dazu, sich zu bücken und sie mit krummem Rücken anzuheben – das belastet das Rückgrat um ein Vielfaches des eigentlichen Gewichtes. Besser ist es, mit geradem Rücken in die

Bruno Binder-Köllhofer
Fachberater für Bienenzucht
HDLGN Bieneninstitut Kirchhain
Erlenstraße 9
35274 Kirchhain
E-Mail: bruno.binder@hdlgn.de

Knie zu gehen und den Gegenstand mit der Beinmuskulatur nach oben zu bewegen. Mit sperrigen Zargen und den Gegebenheiten auf Bienenständen ist dies allerdings häufig etwas schwierig. Arbeitsmaterialien, die in oder über Schulterhöhe abgehoben werden müssen, soll-



Die bodennahe Aufstellung erleichtert bei Völkern mit vollen Honigräumen die Abnahme der schweren Zargen. Nur maximal zwei Völker sollten nebeneinander stehen, damit man leichter von der Seite arbeiten kann.



Ein- und zweiräumige Pflegevölker oder auch Begattungsvölkchen stehen sinnvollerweise auf entsprechend hohen Böcken.



Schwere Zargen sollten nicht auf dem Boden abgesetzt und auf keinen Fall mit rundem Rücken angehoben werden.



Falls man doch einmal eine schwere Zarge vom Boden heben muss, sollte man dies mit gestrecktem Rücken tun...



Auf Dauer strengt das Arbeiten im gebückten Zustand (links) sehr an und belastet die Wirbelsäule. Daher bei der Durchsicht möglichst immer wieder aufrecht stehen (rechts).



Bei ersteren sollte sich die erste Zarge etwa in Hüfthöhe befinden, bei Wirtschaftsvölkern platziert man die erste Zarge für einen stabilen Stand möglichst bodennah.

Zwei effektive Hilfen

Oben abgenommene Honigzargen niemals in Bodenhöhe abstellen – sie müssen nachher wieder hoch –, sondern in Hüfthöhe. Ein Klapptisch oder eine umgebaute Schubkarre sind ideal, um zwei honiggefüllte Zargen darauf abzustellen. Auch Nachbarvölker eignen sich als Abstellplatz, sofern sie nicht mehr als zwei Zargen hoch sind.

Eine Leerzarge mit stabilem Deckel bewährt sich als provisorische Stufe, um die oberen Honigräume leichter abzunehmen oder auch als Sitz, um den untersten Brutraum durchzusehen.

Bevor man mit dem Herumwuchten beginnt und sich den Rücken verrenkt, sollte man daher überlegen, wie sich unnötiges und rückenschädliches Bücken und Lastenanheben vermeiden lässt. □



Hilfreiche Dienste leistet ein Campingtisch, mit stabiler Sperrholzplatte versehen, zum Abstellen von schweren Zargen. Dagegen eignet sich eine Zarge mit stabilem Deckel als Sitzfläche oder Trittstufe zur Abnahme der obersten Honigräume. Fotos: Dr. Nina Köllhofer



ten nicht über 10 kg wiegen, andernfalls kann es auf Dauer zu schmerzhaften Verspannungen führen. Am Besten ist, die zu bearbeitenden Zargen stehen in Hüfthöhe und man braucht schwere Gegenstände erst gar nicht vom Boden aufzunehmen!

Optimale Aufstellung

Die Reihenaufstellung von Bienenvölkern ist immer noch sehr gebräuchlich, da einfach und Material sparend: Zwei Querträger auf dem Boden mit darüber gelegten Kanthölzern – schon ist das Lager für 5 bis 10 Völker fertig. Nachteilig dabei ist

die mühsame Bearbeitung. Vor allem bei Längsbau muss zum Abheben über das Volk gegriffen werden. Das heißt, eine Hand ist körpernah, die andere weit entfernt. In dieser Körperhaltung zu hantieren und womöglich Lasten zu heben, ist äußerst belastend für die Wirbelsäule.

Besser ist es, Völker maximal zu zweit nebeneinander zu stellen. Dabei kann man bequem und schonend von der Seite her arbeiten und die anzuhebende Last gleichmäßig auf beide Arme verteilen.

Bei der Frage der optimalen Aufstellungshöhe ist zu bedenken, ob es sich um Jungvölker mit maximal zwei Zargen oder um honigstrotzende „Wolkenkratzer“ handelt.