



Internationale Fachmesse und Kongress
für sicheres und gesundes Arbeiten.

International trade fair and congress for
safety and health at work.

www.AplusA.de

Sicher bauen, authentisch zeigen – Zimmerin

Annalena May über PSA, Ergonomie und das Handwerk

Auf dem Dachfirst balancieren, den Akkuschauber in der Hand und ein Lächeln im Gesicht – so kennen ihre rund 20.000 Follower Annalena May (@zimmerin.annalena). Die Zimmerergesellin und angehende Meisterin gehört zu den wenigen Frauen, die online zeigen, wie es auf der Baustelle wirklich aussieht: mit Helm, Gurt, Sicherheitsschuhen – und jeder Menge Action zwischen Balken, Werkzeug und Teamarbeit.

Ihre Community schätzt genau das: echte Einblicke statt gestellter Bilder. Jeder Post löst Fragen aus – zu Werkzeug, Projekten oder persönlicher Schutzausrüstung (PSA). Und PSA ist für Annalena alles andere als Nebensache. Sie zeigt, wie Sicherheit, Komfort und Praxistauglichkeit im Handwerk zusammengehören – und warum das Thema auf der A+A 2025 ganz oben auf ihrer Liste steht.

Annalena, du bist eine von wenigen Frauen in einem sehr traditionellen Beruf. Wie bist du Zimmerin geworden – und was fasziniert dich daran?

Annalena: Schon in der Schule war klar: Ich will etwas Handwerkliches machen. Ein Praktikum in einer Zimmerei hat mich dann endgültig überzeugt – die Teamarbeit, das Arbeiten mit Holz und das sichtbare Ergebnis am Ende des Tages. Die Suche nach einem Ausbildungsplatz war nicht einfach, fast zwei Jahre lang habe ich Bewerbungen geschrieben. Heute bin ich Gesellin, mache in Hannover meinen Meister und will 2026 fertig sein.

PSA ist bei dir ein zentrales Thema. Warum?

Annalena: Ohne Schutzbrille, Sicherheitsschuhe, Handschuhe und Gehörschutz gehe ich nicht auf die Baustelle. Wenn's gefährlich wird,



Messe Düsseldorf GmbH
Postfach 10 10 06
40001 Düsseldorf
Messeplatz
40474 Düsseldorf
Deutschland

Telefon +49 211 4560 01
Telefax +49 211 4560 668
www.messe-duesseldorf.de
info@messe-duesseldorf.de

Geschäftsführung:
Wolfram N. Diener (Vorsitzender)
Marius Berlemann
Bernhard J. Stempfle
Vorsitzender des Aufsichtsrats:
Dr. Stephan Keller

Amtsgericht Düsseldorf HRB 63
USt-IdNr. DE 119 360 948
St.Nr. 105/5830/0663

Mitgliedschaften der
Messe Düsseldorf:

The global
Association of the
Exhibition Industry

AUMA
Ausstellungs- und
Messe-Ausschuss der
Deutschen Wirtschaft

FKM
FKM – Gesellschaft zur
Freiwilligen Kontrolle von
Messe- und Ausstellungszahlen

Öffentliche Verkehrsmittel:
U78, U79: Messe Ost/Stockumer Kirchstr.
Bus 722: Messe-Center/Verwaltung



Internationale Fachmesse und Kongress
für sicheres und gesundes Arbeiten.

International trade fair and congress for
safety and health at work.

www.AplusA.de

kommt die Absturzsicherung dazu. Gute PSA ist für mich genauso selbstverständlich wie mein Werkzeug. Sie schützt mich – und gibt mir die Freiheit, mich voll auf meine Arbeit zu konzentrieren.

Ergonomie ist auf der A+A ein großes Thema. Wie spürst du das im Arbeitsalltag?

Annalena: Viele denken, Ergonomie betrifft nur Leute am Schreibtisch. Aber im Handwerk ist sie genauso wichtig. Wenn ein Gurt drückt, eine Jacke zu steif ist oder die Schuhe unbequem sind, merkst du das nach einer Stunde – und irgendwann arbeitest du verkrampft oder unkonzentriert. Das ist nicht nur unangenehm, sondern auch gefährlich.

Du bist als Zimmerin und Influencerin ein Vorbild für viele, gerade auch für Frauen. Gibt es spezielle Herausforderungen bei PSA und Ergonomie für Frauen und was wünschst du dir von den Herstellern, um diese zu lösen?

Annalena: Das fängt schon bei der Passform an. Viele Sachen reichen nicht einfach nur kleiner geschnitten, sondern brauchen einen ganz anderen Schnitt. Vor allem auch Schuhe, es wäre cool wenn es die auch ab Größe 37 geben würde, ist oft ein viel größeres Problem als Jacken. Handschuhe sind auch meist zu groß und Helme sind viel zu groß für meinen Kopf. Mein Wunsch wäre, dass Hersteller mehr PSA anbieten, die von Anfang an für Frauen gedacht sind, leichte, robuste Materialien und Schnitte – nicht nur verkleinerte Männersachen.

Du bist nicht nur Handwerkerin, sondern auch Content Creatorin. Wie kam das?

Annalena: Zuerst habe ich den Alltag zu Hause geteilt – nach dem Hauskauf. Wir haben 2020 ein Fachwerkhaus gekauft, mitten in der Coronazeit. Da durfte uns ja niemand besuchen, also habe ich die ganzen Veränderungen, Sanierungen und Renovierungen festgehalten und geteilt. So konnten Familie und Freunde trotzdem sehen, was passiert und wie es aussieht. Nebenbei habe ich dann auch mal ein bisschen





Internationale Fachmesse und Kongress
für sicheres und gesundes Arbeiten.

International trade fair and congress for
safety and health at work.

www.AplusA.de

was von der Arbeit gezeigt.

Während Corona kam dann noch dieser richtige Schub beim Personal-
mangel – und vor allem beim Nachwuchsmangel. Jedenfalls bei uns im
Handwerk. Da habe ich gedacht: Hey, vielleicht kannst du über Insta
Menschen erreichen und zeigen, dass das ein cooler Job ist! Und ir-
gendwann ist dann tatsächlich ein Reel, das ich selber total banal fand
und bei dem ich gezögert habe, ob ich es überhaupt posten soll, über
Nacht viral gegangen.

Was hat dir an Social Media von Anfang an besonders gefallen?

Annalena: Was mir von Anfang an gefallen hat, war der Austausch mit
anderen. Man konnte sich Tipps holen, Rat geben – gerade beim Haus-
umbau war (und ist) das superpraktisch. Ich habe dann auch meine ei-
genen Erfahrungen geteilt. Und spätestens als ich Nachrichten bekom-
men habe, dass Leute wegen mir eine Ausbildung angefangen haben,
war klar: Damit musst du weitermachen!

War es von Beginn an dein Ziel, als Influencerin groß zu werden?

Annalena: Es war nie geplant, dass das mal so groß wird. Dahinter
steckt kein System oder Strategie. Ich zeige einfach, wie es auf der Ar-
beit läuft, dass ich meinen Job liebe – und der Rest kommt von alleine.
Deshalb finde ich es bis heute irgendwie komisch, als Influencerin be-
zeichnet zu werden.

Am Anfang habe ich einfach meinen Alltag geteilt – ein Foto vom Dach,
ein Video beim Aufrichten eines Balkens. Ich wollte zeigen, wie vielsei-
tig der Beruf ist. Die Community ist schnell gewachsen, und bald kamen
gezielte Fragen zu PSA, Werkzeug und Baustellenalltag. Heute nutze
ich meinen Account, um das Handwerk so zu zeigen, wie es ist: echt,
ohne Filter und mit viel Leidenschaft.

Welche Verantwortung hast du als Influencerin, wenn es um Pro- duktempfehlungen geht?

Annalena: Glaubwürdigkeit ist das Wichtigste. Ich zeige nur, was ich
selbst benutze und empfehlen kann. Wenn etwas nicht funktioniert,



Messe
Düsseldorf



Internationale Fachmesse und Kongress
für sicheres und gesundes Arbeiten.

International trade fair and congress for
safety and health at work.

www.AplusA.de

sage ich das auch. Gerade im Handwerk geht es nicht um Lifestyle, sondern um Sicherheit und Qualität – da muss man ehrlich sein.

Du hast auch dein eigenes Fachwerkhaus saniert. War PSA da genauso wichtig?

Annalena: Ja, unbedingt. Gerade bei privaten Projekten denkt man schnell: „Ach, das geht auch mal eben ohne Maske.“ Aber beim Sanieren war Atemschutz echt das A und O – alte Materialien, Staub, Schimmel, da willst du deine Lunge nicht ungeschützt haben. Und wenn man dann noch auf der Leiter steht oder schweres Zeug bewegt, merkt man schnell, dass Nachlässigkeit keine gute Idee ist. Zuhause gibt's keinen Chef, der dich daran erinnert – da bist du selbst verantwortlich.

Welche Trends beobachtest du aktuell bei PSA speziell für Arbeiten auf dem Dach?

Annalena: Da hat sich in den letzten Jahren einiges getan. Helme sind heute viel leichter und trotzdem stabiler, viele mit Belüftungssystemen, damit man im Sommer nicht überhitzt. Bei Absturzsicherungen merkt man, dass die Hersteller stärker auf Bewegungsfreiheit achten – Gurte, die sich besser anpassen und weniger einschränken. Und auch bei Schuhen gibt es Fortschritte: leichtere Sohlen, die trotzdem rutschfest sind, was gerade auf nassem Dach extrem wichtig ist. Ich finde, man spürt, dass Ergonomie und Sicherheit immer mehr zusammengedacht werden.

Ich bemerke aber auch einen großen Trend bei Sicherheitsschuhen in Sachen Gewicht und Optik. Und die Exoskelette sind voll im kommen.

Was erhoffst du dir von deinem ersten Besuch auf der A+A 2025?

Annalena: Ich will Innovationen sehen, vor allem bei ergonomischen Schuhen, Helmen und Absturzsicherungen. Die A+A ist der beste Ort, um Ausrüstung anzuprobieren und direkt mit Herstellern zu sprechen. Ich freue mich auch auf den Austausch mit anderen Influencern und Ausstellern – da entstehen oft Ideen, die man so gar nicht geplant hätte.





Internationale Fachmesse und Kongress
für sicheres und gesundes Arbeiten.

International trade fair and congress for
safety and health at work.

www.AplusA.de

A+A: Dein PSA-Tipp für Nachwuchshandwerker:innen?

Annalena: Kauft Ausrüstung, die euch passt und die ihr gern tragt. Klingt simpel, ist aber entscheidend – wer sich wohlfühlt, trägt PSA konsequent, und das ist der beste Schutz überhaupt. PSA ist nicht uncool! Wer will mit 40 schwerhörig sein? Vielleicht auch in einer coolen Farbe gönnen! Da gibts doch mittlerweile eine bunte Palette, im wahrsten Sinne des Wortes

Ob auf dem Dach, in der Meisterschule oder bald zwischen den Messeständen der A+A 2025 – Annalena zeigt, wie PSA und ergonomische Arbeitskleidung den Unterschied machen können. Für sie ist das nicht Nebensache, sondern fester Bestandteil eines sicheren, professionellen und modernen Handwerks.

Pressekontakt:

Monika Kühnhenrich-Jacoby

Tel. +49 (0) 211/4560-620

E-Mail: KuehnhenrichM@messe-duesseldorf.de

Meike Rosing

Tel. +49 (0) 211/4560-239

E-Mail: RosingM@messe-duesseldorf.de

Janine Menzel

Tel. +49 (0) 211/4560-7660

E-Mail: MenzelJ@messe-duesseldorf.de



Bei einer Veröffentlichung würden wir uns über ein Belegexemplar freuen!