

# Lieber stehen als sitzen

ONGO sorgt für mehr Bewegung

Die Arbeitswelt ist in Bewegung. Buchstäblich. Der moderne Büromensch ist flexibel, mobil und höchstens ab und zu an einen festen Arbeitsplatz gebunden. Viele Unternehmen sind dazu übergegangen, Bsprenahmen grundsätzlich im Stehen zu absolvieren. Der Effekt ist verbühfend: Die Meetings dauern weniger lange, die Teilnehmer kommen schneller auf den Punkt, das Verfahren wird effektiver. Physiologisch gesehen kann dies kaum verwundern. Alles am Arbeitsplatz ist auf Bewegung auslegt. Permanentes Sitzen in weitgehend unverständer Position ist problematisch für unseren Rücken, unsere Bandscheiben, unsere Sauerstoffaufnahme, die Blutzirkulation und unseren Kreislauf. Bewegung hingegen sorgt dafür, dass sich Wohlbefinden und Leistungstärke einstellen.

> Mehr unter: [www.ongo.eu](http://www.ongo.eu)

Fließende Arbeitsprozesse, offene Formen der Zusammenarbeit und Meetings im Stehen erfordern neue Ausstattungsobjekte. Passend dazu hat ONGO eine ebenso ergonomisch sinnvolle wie verbühfend einfache Lösung entwickelt. ONGO Meet & Swing besteht aus einem hohen schlanke Tisch und vier einfachen Stehhilfen, deren flexible Sitzflächen wie eine straffe Hängematte über eine Gabel gespannt sind. Das System ist schnell aufgebaut und kann nach Gebrauch platzsparend zur Seite gestellt werden. Ganz abgesehen von seinem arbeitsökonomischen Effekt: Im Stehen denkt der Mensch schneller, arbeitet effektiver und kommuniziert direkter.

# Keine halben Sachen!

Stehsitze für höhenverstellbare Tische



Ergänzt den Sitz-Steh-Tisch: der Aktiv-Steh-Sitz muvman.

Eine gute Idee: Gesundere und produktivere Mitarbeiter durch Arbeitsplätze mit höhenverstellbaren Tischen. Rund 32 Prozent der Arbeitgeber investieren in diesen Trend. Tendenz steigend. Oft aber bleibt der Effekt hinter den Erwartungen zurück. Denn die Arbeitnehmer nutzen diese Tische viel zu selten oder gar nicht. Der Grund ist ein Missverständnis. Es geht nicht darum, aus Dauerstuhlen Dauerstehler zu machen, da langes Stehen genauso krank macht wie langes Sitzen. Es geht vielmehr um einen dynamischen Wechsel zwischen Stehen und Sitzen.

Wie das geht? Mit einem Stehsitz, der starres Stehen am Schreibtisch verhindert, viel Bewegung ermöglicht und leicht in der Handhabung ist – wie der muvman von aerts. Er ist weder Stehstuhl noch Stehhilfe, sondern ein Aktiv-Steh-Sitz mit stufenlosem Höhenverstellbereich zwischen 51 und 84 cm (bzw. 60 und 93 cm). Damit können alle Zwischenhöhen zwischen Schreibtisch- und Stehtischhöhe, die sonst häufig ungenutzt bleiben, „besessen“ werden. Das hält die Muskulatur aktiv und fördert über eine bessere Sauerstoffversorgung auch die Konzentration und Leistungsfähigkeit. Der Aktiv-Steh-Sitz muvman ist eine ideale Ergänzung für einen höhenverstellbaren Schreibtisch. Er motiviert mit seiner gesunden Sitz-Steh-Dynamik zur variablen Nutzung des Tisches und sorgt für mehr Bewegung, weniger Rückenprobleme, mehr Gesundheit und mehr Wohlbefinden am Arbeitsplatz.

> Mehr unter: [www.aerts.de](http://www.aerts.de)

Führen schneller zum Ziel: Besprechungen im Stehen.

