

Höhenverstellbare Steh-Sitz-Tische – Ein gesundes Auf und Ab am Schreibtisch

Dynamik, Effizienz und Motivation am Arbeitsplatz durch ergonomische und höhenverstellbare Steh-Sitz-Tische. Fortwährendes Sitzen ist gemäß der Bundesanstalt für Arbeitsschutz und Arbeitsmedizin kein ratsames Verhalten. Der Wechsel zwischen Stehen und Sitzen fördert den Bewegungsausgleich. Ergonomische Steh-Sitz-Tische sollen mehr Bewegung am Arbeitsplatz generieren. Der Online-Shop monitorhalterung.de bietet verschiedene Artikel zur aktiven Förderung der Steh-Sitz-Dynamik.

Wedel, 08.03.2022. Häufiges, dauerhaftes und falsches Sitzen am Arbeitsplatz / Schreibtisch kann zu körperlichen Beeinträchtigungen und Belastungen führen und damit langfristig bei vielen Menschen zu dauerhaften Verspannungen und Schmerzen. Zur Prävention dieser Beschwerden haben sich flexible und höhenverstellbare Steh-Sitz-Tische bewährt. „Neben einer guten und individuell eingestellten Arbeitsplatzausstattung ist auch ein dynamisches Sitzverhalten mit häufigem Aufstehen empfehlenswert, um Gesundheitsrisiken entgegenzuwirken“, erklärt Dipl.-Inf. Steffen Groth von der BTS Business Trading Shops GmbH.

Motorisierte, manuelle oder per Gaslift höhenverstellbare Steh-Sitz-Tische erzeugen die gewünschte Steh-Sitz-Dynamik am Arbeitsplatz und demnach einen schnellen Wechsel der Arbeitshaltung vom Sitzen ins Stehen und zurück. „Ferner müssen Arbeitsplatzstrukturen und -szenarien entwickelt werden, um den Haltungswechsel zu unterstützen“, führt Groth fort. Die Sitz- und Stehschreibtische sind in verschiedenen Farben und Materialien in dem Online Shop monitorhalterung.de verfügbar. Bei Bedarf lassen sich die höhenverstellbaren Schreibtische durch Halterungen für Tablets oder PCs sowie passendes Kabelmanagement ergänzen. Bestehende Schreibtische oder Arbeitsplatten können durch Aufsätze in Sitz-Steh-Arbeitsplätze verwandelt werden. Die Aufsätze bieten darüber hinaus integrierte Monitorhalterungen und Tastaturhalterungen für ein ergonomisches Arbeiten im Homeoffice oder im Büro.

Diese wachsende „Verhaltensergonomie“ hat einige Hersteller dazu animiert, eine integrierte Work & Move Software zu entwickeln. Der „persönliche Coach“ zeigt zum Beispiel im Workflow einen Positionswechsel in definierten Zeitabständen an.

Das umfassende Sortiment des Online-Shops [monitorhalterung.de](https://www.monitorhalterung.de) beinhaltet Steh-Sitz-Schreibtische namhafter Hersteller wie beispielsweise Ergotron, Humanscale oder Neomounts by Newstar. Im Info-Center des Online-Shops ist ein Ratgeber mit Tipps zu finden, wie der ergonomische Arbeitsplatz korrekt eingerichtet wird.

Bildmaterial in Druckqualität und den Text in digitaler Form erhalten Sie unter:

<https://www.business-trading.com/presse.html>

Weiterführende Links:

<https://www.monitorhalterung.de>

<https://www.monitorhalterung.de/arbeitsplatzorganisation/steh-sitz-tisch.html>

<https://www.monitorhalterung.de/info-center/ergonomie-am-arbeitsplatz/>

Weitere Informationen erhalten Sie bei:

BTS Business Trading Shops GmbH
Bardia Salour
Am Marienhof 8
22880 Wedel

Tel. 04103 - 90387-00
Fax 04103 - 90387 11
presse@business-trading.com