

Schulmöbel
Ergonomie

Ergonomie in Schulmöbeln

Kleiner Leitfaden für grosse Wirkung.



GLÄSER

Gib deiner Haltung eine Chance: Sie dankt es dir ein Leben lang

Ergonomie ist ein zentrales Thema. Es sind jedoch oft ganz kleine Dinge, deren Berücksichtigung schwere Folgen vermeiden. Der Mensch muss sein Körpergewicht selber tragen, ein Leben lang.

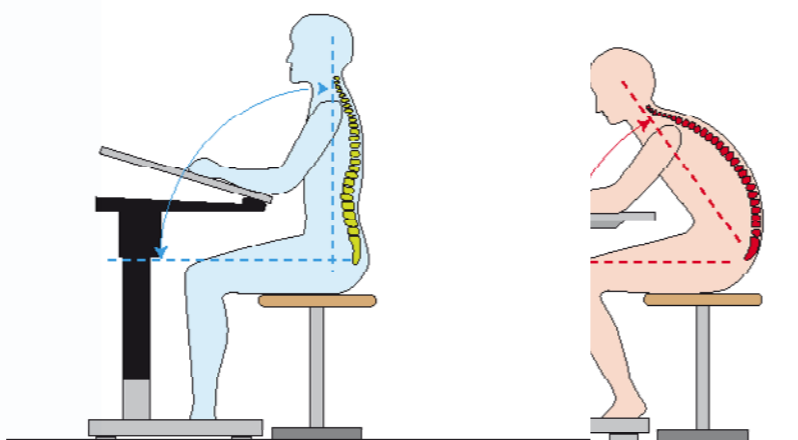
Wie die Fische im Wasser, so die Kids im Klassenzimmer

Der Bauplan aller Lebewesen hat sich im Laufe der Evolution verändert und an die jeweiligen Anforderungen angepasst. Diese Prozesse dauerten viele tausend Jahre. Die Lebensbedingungen der Menschen haben sich in ganz kurzer Zeit radikal verändert, zu schnell für einen evolutionären Wandel unseres Körpers. Darum müssen wir das Lebensumfeld menschenfreundlicher gestalten.

Entlasten – Belasten: Der Wechsel macht's

In der Schule lernen wir rechnen, schreiben und viele andere Dinge. Das Rüstzeug für unser Leben. Aber auch die Haltung will gelernt sein. Wir müssen unser Körpergewicht selbst tragen. Sitzen und Stehen brauchen Kraft und ein intaktes Halte- und Tragsystem. Der Wechsel zwischen Belasten und Entlasten macht uns stark und widerstandsfähig. Lange Phasen der Bewegungsarmut müssen durch Bewegungsphasen unterbrochen werden.

Deshalb machen es GLAESER Schulmöbel Lehrenden und Lernenden leichter.



So ein paar kleine Tipps sind doch easy, nicht?

Mal den Standpunkt wechseln

Verschiedene Arbeits-haltungen im Unterricht verbessern die Aufmerksamkeit und das Wohlbefinden. Bewegung bringt den Kreislauf in Schwung, versorgt unseren Körper mit den nötigen Antriebsstoffen. Das abwechselnde Arbeiten im Sitzen und Stehen stärkt unseren Körper und lässt uns mehr leisten.



Richtig sitzen, aber nicht sitzen bleiben
Der richtige Stuhl unterstützt die aktive Sitzhaltung. Auch Entspannungshaltungen und umgekehrtes Sitzen sind möglich. Der Mensch soll sich bewegen, nicht der Stuhl.

Cool Abstand halten
Die korrekte Tischhöhe und eine schrägstellbare Tischplatte ermöglichen ermüdungsfreies Betrachten von Vorlagen und erleichtern das Schreiben und die Entwicklung der eigenen Handschrift.

Auf Bodenstation bleiben
Eine druckfreie Beinauflage und die angepasste Stuhlhöhe erlauben das feste Abstützen der Füße auf dem Boden. Diese Erdung entlastet den ganzen Körper und hilft gegen müde Beine.



Florian Lehmann, Turnlehrer:

«Wenn ich vom Nucleus Pulposus spreche, meinen alle, ich würde nun eine Geschichtsstunde über die Griechen abhalten. Doch mit der Bandscheibe ist nicht zu spassen. Wer will schon ein Leben lang Rückenschmerzen? Gut dosierte Hinweise können ebenso hilfreich sein wie die Grundvoraussetzung: Ergonomisch einwandfreie Schulmöbel auf zeitgemäßem Niveau.»



Cornelia Winiger, Schülerin:

«Eine Zeit lang dachte ich, was soll der Bla-bla mit Ergonomie und so. Irgendwann machte es klick bei mir. Nicht immer, aber immer öfter achtete ich auf meine Haltung. Ich begann mich den ergonomisch konstruierten Schulmöbeln anzupassen – und sie sich mir. Ich glaube tatsächlich, dass ich mich deswegen besser fühle, mich besser konzentrieren kann im Unterricht.»



Die GLAESER Baden AG bietet Ihnen eine umfassende Palette von ergonomischen Schulmöbeln für alle Stufen und Unterrichtsformen. Fordern Sie eine unverbindliche Bemusterung an.

School-like – GLAESER-like

Grosse Verstellbereiche, hohe Stabilität und hervorragende Material-, Verarbeitungs- und Funktionsqualität bilden den Kern unserer ergonomischen Lösungen, die von allen Lernenden geschätzt werden. Die langjährige Erfahrung und die kontinuierliche Forschung

auf diesem Gebiet zeigen uns, dass eine Kombination von Alt und Neu sinnvoll ist. Neben der Entwicklung, der Herstellung und dem Verkauf von Neuprodukten ersetzen wir Tischplatten, Sitzschalen, Untergestelle und erneuern Oberflächen aller Art.



Cleverer Schüler
verstehen
unter Referenzen
nicht Bahnhof.

Referenzliste wartet auf Einsicht.