

## Entdecken Sie das ZeTT-Ergonomie-Regal: Die Ergonomie-Bibliothek für Ihr flexibles Büro

Im Rahmen des Innovativen Qualifikationskonzepts "Mobiles Arbeiten und Coworking" unterstützt das ZeTT kleine und mittlere Unternehmen in Thüringen bei der Umsetzung flexibler Bürokonzepte. In diesem Kontext können nicht nur Arbeitsplätze flexibel gedacht werden, sondern auch die Bereitstellung von ergonomischen und gesundheitsförderlichen Hilfsmitteln. Hierzu wurde das Ergonomie-Regal entwickelt.



### Die Idee: Eine Bibliothek für gesundes Arbeiten im flexiblen Büro

Das ZeTT-Ergonomie-Regal stellt ergonomische Hilfsmittel für den Schreibtisch flexibel zur Verfügung: Unternehmen können mithilfe des Ergonomie-Regals ihren Mitarbeitenden eine Vielzahl gesundheitsfördernder Arbeitsmittel zugänglich machen.

Das Projekt „Zentrum Digitale Transformation Thüringen (ZeTT+)“ wird im Rahmen des Programms „Zukunftszentren“ durch das Bundesministerium für Arbeit und Soziales und die Europäische Union über den Europäischen Sozialfonds Plus (ESF Plus) gefördert sowie ergänzend durch das Thüringer Ministeriums für Arbeit, Soziales, Gesundheit, Frauen und Familie kofinanziert.

Gefördert durch:

Weiterer Förderer:

### Gesunde Mitarbeitende - Produktive Ergebnisse: Zweck und Nutzen des Ergonomie-Regals

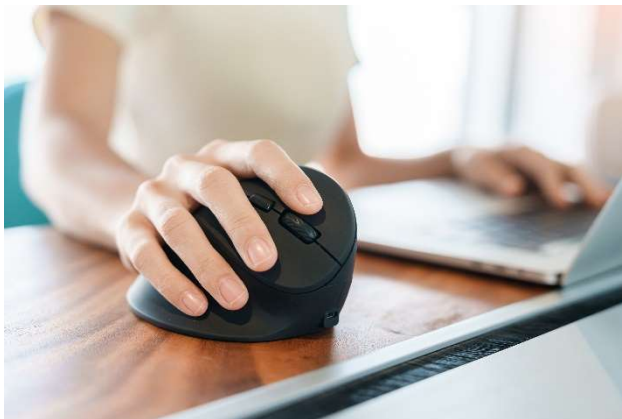
Oft sind ergonomische Hilfsmittel wenig bekannt oder kostenintensiv. Das Ergonomie-Regal ermöglicht es den Mitarbeitenden, verschiedene Hilfsmittel kennenzulernen und zu nutzen, um die Akzeptanz für gesundheitsfördernde Maßnahmen zu steigern. Die zeitweise Ausleihe fördert zudem die Anschaffung von ergonomischem Zubehör im mobilen Arbeiten (z.B. zuhause) und sensibilisiert die Mitarbeitenden dafür, auch in anderen Arbeitsumgebungen auf ergonomische Arbeitsmittel zu achten.

### Flexible Integration in Ihre Arbeitsumgebung: Umsetzung des Ergonomie-Regals bei ORISA

Zusammen mit dem Pilotunternehmen ORISA aus Jena wurde ein erstes Ergonomie-Regal entwickelt. Dieses wird im Zuge der neuen flexiblen Arbeitsräume Ende 2023 im Unternehmen eingeführt. Wie in einer Bibliothek ist ein Ausleihsystem angedacht sowie Karteikarten mit Nutzungshinweisen. Umfangreichere Informationen werden digital bereitgestellt. Begleitet wird die Einführung von Veranstaltungen, im Rahmen derer die Hilfsmittel vorgestellt und ihre Nutzung erklärt werden. Das ZeTT begleitet und evaluiert das Projekt in Zusammenarbeit mit ORISA.

## Was ist im Regal enthalten?

- Freischwinger Hocker, der statisches Sitzen verhindert
- Stehmatten, die Bewegung fördert und druckentlastend wirkt
- Hilfsmittel an Stehtischen, das Bewegung fördert
- Fußstützen, fördern Bewegung der Beine im Sitzen (Durchblutungsförderung etc.)
- Tragbarer Caddy inkl. Laptopständer
- ergonomische Armauflage, zur Entspannung der Schultern und des Nackens
- Sitzkissen für aufrechtere Sitzhaltung bzw. zum Entgegenwirken von statischem Sitzen
- Ergonomische Tastatur und Maus, fördern bessere Handhaltung und sorgen damit für Entspannung im Schulter-Nackensbereich



## Ihre Ansprechpartnerin:



**Dr. Alexandra Bernhardt**  
Friedrich-Schiller-Universität Jena  
Arbeits-, Industrie- und  
Wirtschaftssoziologie

alexandra.bernhardt@uni-jena.de  
Tel.: 03641 205 9722  
Ziegelmühlenweg 1 | 07743 Jena

Das Projekt „Zentrum Digitale Transformation Thüringen (ZeTT+)“ wird im Rahmen des Programms „Zukunftszentren“ durch das Bundesministerium für Arbeit und Soziales und die Europäische Union über den Europäischen Sozialfonds Plus (ESF Plus) gefördert sowie ergänzend durch das Thüringer Ministeriums für Arbeit, Soziales, Gesundheit, Frauen und Familie kofinanziert.

Gefördert durch:

Weiterer Förderer: