

SITAG INFORMIERT

Weder dauerndes Sitzen noch zu langes Stehen ist die geeignete Haltung bei der Büroarbeit. Der Arbeitswissenschaftler Walter Rohmert: «Der menschliche Körper ist vornehmlich für Bewegungsarbeit und nicht für die Einhaltung von Dauerzwangsstellungen geschaffen. Das heisst, jede Körperhaltung ist eine erzwungene. Keine Haltung oder Gliedmassenstellung ist vollkommen genug, dauernd eingehalten zu werden.» Die Lösung: abwechselnd sitzen und stehen. Dadurch kommt Bewegung ins Büro, die Arbeit wird dynamisch. Das verhindert vorzeitiges Ermüden, erhöht die Konzentrationsfähigkeit, vergrössert den Spass bei der Arbeit, steigert die Produktivität und verringert körperliche Beschwerden, vor allem im Rücken und Nacken.

Effekte des Stehpults

Wertung durch Nutzer:
 geringere Ermüdung bei der Arbeit: 67 %
 dynamischeres Arbeiten: 64 %
 bessere Konzentrationsfähigkeit: 32 %
 mehr Spass bei der Arbeit: 32 %
 Zeitgewinn: 28 %
 rationelleres Arbeiten: 26 %
 höhere Arbeitszufriedenheit: 25 %

Stehpult und Produktivität

Keine Steigerung der Arbeitsproduktivität: bei 10 %
 Steigerung um bis zu 50 %: bei 33 %
 Steigerung um 6 bis 10 %: bei 36 %
 Steigerung um 11 bis 20 %: bei 16 %
 Steigerung um mehr als 20 %: bei 5 %

«VOLKSZIMMER»-QUIZ

So gewinnen Sie das «VOLKSZIMMER» im Wert von 20 000 CHF

Zwischen dem 22. September und dem 10. Oktober steht die «VOLKSZIMMER»-Einrichtung im BBB-Center im Schliessa 6 in Triesen bereit. Von Montag bis Freitag kann man zwischen 13.30 bis 17.30 Uhr dort eine «VOLKSWURST» essen, sich dabei fotografieren lassen und hoffen, die ganze Einrichtung des «VOLKSZIMMERS» im Wert von 20 000 Franken zu gewinnen.

Es gibt nur wenige Bedingungen, die man erfüllen muss, um dieses Traumzimmer zu gewinnen. Alle, die im BBB-Center vorbeikommen, müssen eine «VOLKSWURST» essen. Für Vegetarier gibt es natürlich eine Alternative. Kinder unter 14 Jahren dürfen nur in Begleitung eines Erwachsenen mitmachen. Jeder, der gewinnen will, muss sich beim Essen der «VOLKSWURST» im «VOLKSZIMMER» ablichten lassen.

Die Bilder dazu gibt es auch im Internet unter www.volksblatt.li unter «VOLKSZIMMER». Am 10. Oktober wird unter allen fotografierten Essenden der Gewinner gezogen und schriftlich benachrichtigt. Der Zweit- und Drittplazierte erhält ein Wochenende lang einen «VOLKSSMART».

Mehr Bilder unter www.VOLKSBLATT.li

Hopp, an den Tisch

Noch zwei Tage, dann ist er weg



Sie wollte keinen scharfen Senf, hal Sie ist Vegetarierin. Nadlne Pfefferkorn aus Vaduz.



Ihre Wege haben sich schon vor Jahren gekreuzt und sie hängen immer noch aneinander: Anton und Marianne Kindle aus Triesen.



Kein Witz, die zwei wollen auch gewinnen. Alexandra Kindle und Thomas Vogt aus Balzers.



Die eine scheint glücklich, die andere nicht. Kein Wunder, die eine kam freiwillig, die andere nicht. Marina Walch, Ruggell und Martina Mörtner.

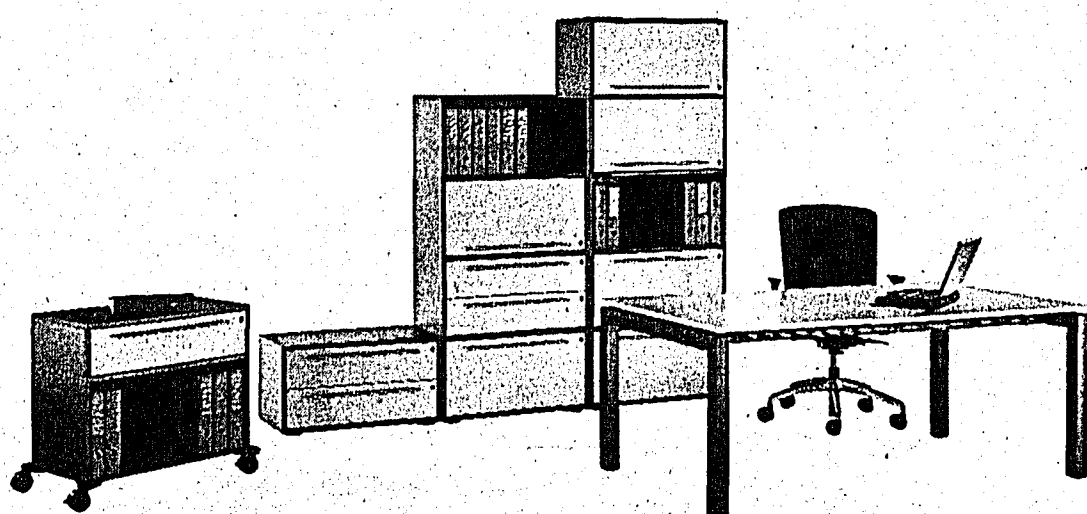


Frau Meler Isabelle aus Schellenberg findet die Einrichtung richtig schön. Ihren Kindern ist das egal.

ANZEIGE



ANZEIGE



A. Beck Aktiengesellschaft
 Schliessa 6 · FL-9495 Triesen
 Tel. 00423/392 41 77
Büro-, Betriebs- und Lagereinrichtungen