

Gesundheit im Büro.

Wertschöpfung durch Wertschätzung.

 **kriesten.**
objekt.design



Ergonomie im Büro: Die Quelle für ein wohltuendes, nachhaltiges sowie gesundes Berufsleben.

Wir gestalten Ihre Arbeitswelten. Modern. Technisch. Ergonomisch. Gesundheit und Nachhaltigkeit ist für uns dabei eine ebenso feste Größe, wie Individualität, Effizienz und Innovation. Wir planen, entwickeln und verkaufen seit über 27 Jahren nicht einfach nur Büromöbel und Einrichtungsideen, sondern entwickeln mit unseren Innenarchitekten, Fachberatern sowie mit unseren qualifizierten Arbeitsplatzexperten maßgeschneiderte und zeitgemäße ergonomische Einrichtungskonzepte: Vom repräsentativen Empfang, über moderne Arbeitsplätze bis hin zum multimedialen Konferenzraum - ganz nach Ihren individuellen Ansprüchen und zugeschnitten auf Ihre Corporate Identity. Die modernen „Work-Life-Balance“- Konzepte, welche wir mit Ihnen erstellen (und natürlich auch umsetzen), sind nachhaltig und individuell auf Ihre Möglichkeiten und Bedürfnisse ausgelegt! Unser Versprechen: Durch die Schaffung von nachhaltigen Arbeitswelten, erhöhen wir Ihre Attraktivität als Arbeitgeber und steigern die Produktivität Ihrer Angestellten.



Der Ergonomie-Kreislauf: Gesundheit in Ihren Arbeitswelten.

Im Wettbewerb um die qualifiziertesten und besten Arbeitnehmer möchten Unternehmen attraktiv sein. Gleichzeitig versuchen Arbeitgeber, Arbeitsausfällen aufgrund von Erkrankungen entgegenzuwirken. Allerdings zeigen Statistiken, dass der demografische Wandel auch dafür sorgt, dass Arbeitsausfälle von Angestellten sich auf einem Höchstlevel bewegen. 2015 fielen laut der Bundesanstalt für Arbeitsschutz und Arbeitsmedizin pro Arbeitnehmer 15,2 Arbeitsunfähigkeitstage an. Die Kosten, die den Unternehmen aufgrund von Ausfällen ihrer Angestellten entstehen, sind dabei enorm. Im Schnitt fallen pro Arbeitsunfähigkeitstag eines Arbeiters 193 Euro Bruttowertschöpfungsausfall an, den es zu kompensieren gilt. In der Summe bedeutet das ein Ausfall an 113 Milliarden Euro an Bruttowertschöpfung pro Jahr. 22% dieser Krankheitstage entstanden aufgrund von Erkrankungen des Muskel-Skelett-Systems, gefolgt von 14,8% aufgrund psychischer Erkrankungen. Aus diesem Grund legen immer mehr Unternehmen ein Augenmerk auf eine ansprechende Unternehmenskultur, eine angenehme Arbeitsumgebung, Förderung von Fähigkeiten und Kompetenzen jedes einzelnen Mitarbeiters und ergonomische Arbeitsmittel zur Unterstützung der Arbeitsabläufe.

Machen Sie Schluss mit leidigen Rückenschmerzen! Vermeiden Sie unnötige Kopfschmerzen! Steigern Sie Ihr persönliches Wohlbefinden! Wie? Ganz einfach: mit Ergonomie am Arbeitsplatz und modernen und ergonomischen Büromöbeln. Unsere ganzheitliche Beratungsleistung umfasst folgende Parameter:

- Work-Life-Balance:** Zusammenspiel von Arbeiten und Leben
- Arbeitsplatzanalyse:** Antrieb der Produktivität
- Büromöbel:** Bürokonzepte der neuen Art
- Beleuchtung:** Leistungssteigerung über Licht
- Elektroverträglichkeit:** Abschirmung von Elektromog
- Akustik:** Störquellen unseres Büroalltags
- Klima:** Wohlfühlklima am Arbeitsplatz
- Bewegung:** Erhalt der Leistungsfähigkeit



Work-Life-Balance - Beruf & Privatleben auf einer Höhe!

Mit dem Begriff „Work-Life-Balance“ wird das Zusammenspiel von Arbeiten und Leben bezeichnet, welches im Optimalfall miteinander in Harmonie gebracht wird. Um auf dem Arbeitsmarkt attraktiv zu sein, richten viele Unternehmen ein Augenmerk darauf, mit Faktoren, die die „Work-Life-Balance“ positiv beeinflussen, zu punkten.

Dazu gehört neben einer familienfreundlichen Unternehmenspolitik, auch die Gesundheit der Mitarbeiter über perfekte Arbeitsbedingungen, wie Mobiliar und Arbeitsmaterialien zu schützen und den Angestellten Bewegungsmöglichkeiten zu bieten. Denn Bewegungsmangel ist das größte Problem im Büroalltag. Das betriebliche Gesundheitsmanagement (BGM) wird, mit einem Höchstsatz von jährlich 500,- € je Mitarbeiter, staatlich gefördert. Zusätzlich sind viele Krankenkassen bereit, Maßnahmen des BGM zu unterstützen.

Die Bewegung der Mitarbeiter, aber auch die Regeneration sollen über speziell eingerichtete Bereiche in den Arbeitsstätten gezielt gefördert werden. Der arbeitende Mensch ist nicht nur ein Funktionsträger seines Betriebes, sondern das Unternehmen fördert auch das Verantwortungsbewusstsein seiner Mitarbeiter im Hinblick auf Gesundheit und Familie.

Arbeitsplatzanalysen: gesundheitliche Defizite müssen dort gelöst werden, wo sie entstehen.

Neben Motivation und gesunde Mitarbeiter, wirkt sich ein betriebliches Gesundheitsmanagement positiv auf das Unternehmen in der Innen- und Außendarstellung aus. Die Produktivität wird gesteigert und höhere Qualitätsstufen erreicht. Geringere Fehlzeiten senken die Kosten im Unternehmen. Gesunde und leistungsfähige Beschäftigte sichern die Zukunft der Unternehmen und Mitarbeiter profitieren vom Engagement des

betrieblichen Gesundheitsmanagement der Unternehmen. Dies braucht Koordination. Unsere eigenen Gesundheitsexperten und unsere externen Gesundheitspartner, begleiten und steuern die Prozesse bis zur Lösungsentwicklung und Umsetzung.

Betriebliches Gesundheitsmanagement mit Langfristigkeit erfordert Kommunikation auf allen Ebenen und ein individuelles

Anreizsystem. Die Identifikation mit dem betrieblichen Gesundheitsmanagement ist der Baustein für Unternehmenserfolg und zahlt sich aus. Synergieeffekte lassen sich durch aktive Kommunikation und regelmäßigen Austausch zwischen dem beauftragten Gesundheitskoordinator und allen Beteiligten generieren. Eine Win-Win-Situation für die Unternehmen und Mitarbeiter.



Gesundheit im Unternehmen: Koordination – Orientierung – Anforderungen! Warum ein Gesundheitskoordinator im Unternehmen unerlässlich ist:

1. Ansprechpartner, Begleitung und Kommunikation mit allen Beteiligten.
2. Konsequentes und zielorientiertes Vorgehen mit Effektivität und Effizienz.
3. Strategie und Planung unter Berücksichtigung der Gesundheitsthemen im Tagesgeschäft.
4. Austausch und Controlling auf Langfristigkeit – Erfolgsmessung – Evaluation; Berichterstattung BGM und Gesundheitskoordinator im Unternehmen.
5. Aktive Beteiligung, Vernetzung und Einbindung von Mitarbeitern sowie Unternehmensführung durch den Gesundheitskoordinator.



Seit mehreren Jahren sind wir zertifizierter Gesundheits- und Ergonomiepartner.

Arbeitsplatzergonomie: Konzepte der neuen Art.

Die Unternehmen der heutigen Zeit wissen, dass ihre Ertragsfähigkeit erheblich davon abhängt, wie gesund ihre Arbeitnehmer sind. Gerade im Büroalltag bedeutet das, dass die Büroeinrichtung und die verwendeten Arbeitsmittel optimiert werden müssen.

In der Vergangenheit standen in vielen Büros Möbel, die nicht auf ihre Nutzer angepasst werden konnten. Heute rückt das sogenannte „körperzentrierte Arbeiten“ zunehmend in den Blickpunkt. Aber nicht nur der Arbeitgeber weiß um die Bedeutung solcher Faktoren.

Auch die Arbeitnehmer interessieren sich bei der Auswahl ihres Arbeitgebers zunehmend auch an Faktoren, wie ein gesundheitsorientiertes Bürokonzept. Dabei rückt die „Steh-Sitz-Dynamik“ immer mehr in den Fokus. Ein hoher Anteil an Bildschirmarbeit soll durch Bewegung ausgeglichen werden und intelligente Büromöbel sollen die negativen Begleiterscheinungen der monotonen Arbeit am Computer abfedern. Für eine bessere Körperhaltung sind

sogenannte 3-D-Sitzmöbel förderlich, die den Arbeitnehmer zu mehreren Positionswechseln pro Stunde verleiten. Darüber hinaus sorgen Steh-Sitz-Möbel für eine bessere Körperhaltung. Um diese neuartigen Stühle und Möbel optimal zu nutzen, empfiehlt es sich, die Angestellten entsprechend zu schulen.

Sogar die Deutsche Rentenversicherung befürwortet den Einsatz dieser Produkte und bezuschusst diese. Sinnvoll ist es, Büros zunehmend flexibel zu gestalten, damit die Bindung an den Schreibtisch immer wieder durchbrochen wird.

Mit Hilfe des Mobiliars und des Zubehörs ist es das Ziel, eine Umgebung zu kreieren, die aktiv zur WORK - LIFE - BALANCE beiträgt. Dazu gehört auch, dass durch das Auslagern von beispielsweise Kaffeemaschinen, Wasserspendern, aber eben auch Druckern oder Kopiergeräten der Mitarbeiter gezwungen ist, seinen Arbeitsplatz zu verlassen und zumindest kurzzeitig seine Sitzhaltung aufzugeben.

Licht - Leistungssteigerung über natürliches Licht!

Licht ist Leben und Licht sorgt für Antrieb. Zu jeder Tageszeit entfaltet das Licht über die Faktoren Helligkeit, Lichtrichtung und Lichtfarbe seine Wirkung und das Gehirn steuert über die Lichtaufnahme des Auges den kompletten menschlichen Körper.

Die sogenannte „Master Clock“ erhält über die Blauanteile des Lichts sämtliche Informationen und steuert darüber Körperfunktionen wie beispielsweise Müdigkeit. Ausgelegt ist dies alles auf das normale Tageslicht. Deshalb muss künstliches Licht möglichst dem Tageslicht gleichen. Zu helles oder zu kühles Licht bringen den menschlichen Körper aus dem Gleichgewicht und hemmt die Produktivität. Außerdem geht die Wissenschaft davon aus, dass zu wenig natürliches Licht das Krebsrisiko beim Menschen erhöht, da Lichtmangel den Hormonhaushalt negativ beeinflusst. Gemessen an diesem Tageslicht mit einem Mittelwert von 20.000 Lux,

ist es in Büros verhältnismäßig dunkel. Gesetzlich vorgeschrieben sind 500 Lux, die aber in vielen Fällen nicht annähernd erreicht werden, weshalb Büroräume immer ausreichend Zugang zu Tageslicht haben sollten. Parallel dazu sollte auch das künstliche Licht bedarfsgerecht gesteuert werden, sodass über das Zusammenspiel von Tageslicht und künstlichem Licht Energie eingespart werden kann.

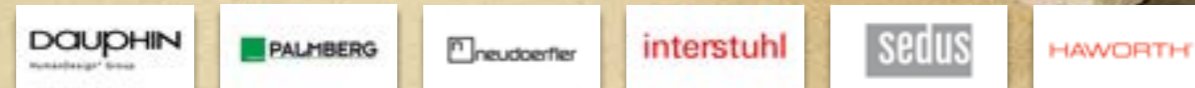
Dabei ist die naturnahe Verteilung von Licht über beispielsweise großflächige Leuchten und die Reflexion an großen weißen Wänden möglich, wobei mit flexiblen LEDs auf individuelle Bedürfnisse eingegangen werden kann. So kann es auch Bereiche geben, in denen über beispielsweise nur 300 Lux Gemütlichkeit, Entspannung und Ruhe erzeugt werden.



Sie möchten weitere Infos zum Thema Beleuchtung?
Scannen Sie dazu einfach den QR-Code.



Auswahl unserer
erstklassigen Partner:





Kopfschmerzen durch elektromagnetische Felder! Elektrosmog abschirmen.

Der Mensch ist in der heutigen Zeit fast überall elektromagnetischen Feldern (EMF) ausgesetzt. Zugleich hat die Wissenschaft herausgefunden, dass die elektromagnetische Verträglichkeit (EMV) einen nicht zu unterschätzenden Einfluss auf den Menschen hat. Umgangssprachlich wird das Wort „Elektrosmog“ verwendet, um auszudrücken, welche elektrischen, magnetischen und elektromagnetischen Felder, die größtenteils durch die heutige Technik unserer Umgebung erzeugt werden, in unserem Umfeld wirken. Diese elektromagnetische Strahlenbelastung, beispielsweise durch unsere Mobilfunknetze, haben nachweislich eine negative biologische Wirkung. So verführerisch die drahtlose Technik der heutigen Zeit ist, so schädigend ist sie für den Menschen. Studien belegen, dass unser Immunsystem geschwächt und Krebserkrankungen gefördert werden.

Aus diesem Grund ist es wichtig, die Strahlenbelastung in Büros möglichst niedrig zu halten, um die Gesundheit der Arbeiter nicht übermäßig zu belasten. Dazu gibt es vielfältige Möglichkeiten, Büros gegen übermäßige Strahlung abzuschildern - von Netzfreeschaltern bis zu speziellen Wandfarben (Abschirmfarbe) oder Abschirmgeweben können Büros optimiert werden.



Lärm - die Störquelle unseres Büroalltags!

Für über 50% aller Menschen, die heutzutage in Büros ihrer Arbeit nachgehen, ist Lärm der Störfaktor Nummer Eins. Damit gemeint ist nicht etwa der Straßen- oder Umgebungslärm, sondern das gesprochene Wort. Nichts stört mehr, als wenn am Nachbarschreibtisch gesprochen wird - sei es, dass der Kollege telefoniert oder mit anderen Mitarbeitern direkt kommuniziert. Die Unterhaltungen und Gespräche lenken den Arbeiter ab und jede dieser Ablenkungen, reißen ihn aus seiner Konzentration und senken dadurch auch jedes Mal die Produktivität.

Bei der Planung eines Großraumbüros muss deshalb ein Hauptaugenmerk auf die Akustik gelegt werden. Es darf zu keiner akustischen Reizüberflutung kommen, damit die Ertragsfähigkeit jedes einzelnen Mitarbeiters nicht leidet.

Gleichzeitig bedeutet diese akustische Ruhe am Arbeitsplatz auch Privatsphäre, die für das Wohlbefinden des Menschen sehr wichtig ist. Die Innenraumgestaltung des Büros hat einen entscheidenden Einfluss auf die Akustik. Aus diesem Grund sind (mobile) Trennwände wesentlicher Bestandteil in einem „Open-Space-Büro“, weil sie einerseits den Raum gliedern und andererseits Privatsphäre schaffen. Außerdem werden sämtliche Wände und Decken dazu genutzt, den Lärm und Schall zu absorbieren.

Neben dem Großraumbüro hat es sich bewährt, Rückzugsräume wie „Besprechungsinseln“ und „Chill-Bereiche“ für Mitarbeitergespräche zu schaffen und sämtliche lärmintensiven Geräte wie Drucker, Kaffeemaschinen usw. aus den Büros in separate Räume zu verlagern.

Besuchen Sie auch unsere Homepage und erfahren Sie mehr über eine innovative Büro- und Objekteinrichtung!



Wohlfühlklima für Ihre modernen Arbeitswelten.

Damit der Arbeitnehmer seine volle Arbeitsleistung entfalten kann, braucht es auch optimale klimatische Bedingungen. Die perfekte Raumtemperatur liegt in Büros zwischen 20°C und 22°C und die relative Luftfeuchte sollte nie geringer als 40% sein, idealerweise bei 45 - 55% liegen.

Natürlich ist Frischluft das A und O eines guten Raumklimas, allerdings sollte diese nur über Stoßlüftung, also kurzes, weites Öffnen

der Fenster in die Räume gelangen. Um eine optimale Luftfeuchte zu erhalten, kann man zusätzlich zur Klimaanlage eine Luftbefeuchtung installieren, denn nur über das Zusammenspiel von perfekter Raumtemperatur und optimaler Luftfeuchtigkeit kann ein echtes Wohlfühlklima entstehen. Eigens entwickelte Systeme zur Luftbefeuchtung können auch nachträglich in die Räume eingebaut werden. Über feinen Sprühnebel wird somit

eine optimale Luftfeuchte erreicht. Hilfreich sind zusätzlich auch Pflanzen, die für ein allgemein besseres Raumklima sorgen. Sie geben Feuchtigkeit an den Raum ab und filtern Schadstoffe aus der Luft.

Auch die Auswahl des Bodenbelags anhand der Staubbindungsqualität der Materialien ist für das Erzielen eines Wohlfühlklimas von entscheidender Bedeutung.



Farbe: mehr als nur Gestaltungselemente!

Über die Farbgebung unserer Räume wird die Atmosphäre nachhaltig geprägt. Helle Farben, die der Mensch mit beispielsweise der Sonne assoziiert, lassen Räume größer erscheinen und haben einen belebenden Charakter, während durch dunkle Farben Räume kleiner wirken. Neben hellen und dunklen Farben unterscheidet der Mensch bei Farben auch die Wärme, die eine Farbe ausstrahlt. Warme Farben wie Rot und Braun lassen auch den Raum wärmer wirken. Dahingegen stehen Blautöne eher für kalte Farben und Räume. Der Mensch nimmt unbewusst viele Dinge aus seinem Alltag zunächst über die Farbe wahr, weshalb der Einsatz bestimmter Farben im Berufsalltag eine immer größere Bedeutung bekommt. Das Zusammenspiel mit dem Büromöbiliar in einem ausgewählten Farbspektrum hat somit aktiven Einfluss auf die Mitarbeiter und ihre Produktivität.

Grüne Natur-Räume für Ihren Erfolg.

Täglich verbringen Sie oder Ihre Mitarbeiter eine Vielzahl an Stunden am Arbeitsplatz. Um einen besonderen Qualitätsanspruch zu gewährleisten, müssen alle Beteiligten stets 100% Leistung bringen. Ein gutes Betriebsklima ist ein wesentlicher Baustein dieses Erfolgs.

Statt den Begriff ausschließlich auf das Teamwork zu beschränken, liegt es ebenfalls nahe, auch technisch messbare Umweltfaktoren einzubeziehen. Saubere reine Luft, eine Luftfeuchte im Wohlfühlbereich zwischen 45 und 55% sowie ein geringer Lärmpegel spielen hier eine wichtige Rolle.

Allein diese physischen Faktoren reduzieren direkt den Stresslevel von Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern ungemein. Eine psychische Entspannung und die Klarheit der Gedanken wird besonders durch Pflanzen und Wasserelemente gefördert.

Bewegung - Erhalt der Leistungsfähigkeit!

Wurden in der Vergangenheit die Arbeitsplätze so strukturiert, dass vom Sitzplatz aus alles in Reichweite steht, liegt oder hängt, weiß man heute, dass dies Gift für die Gesundheit des Mitarbeiters ist, denn dadurch ist der heutige Büroalltag gekennzeichnet durch fehlende Bewegung. Die Angestellten werden träge und Leistungsfähigkeit sowie Konzentration werden zunehmend gemindert. Das Ziel beim Einrichten neuer Büroräume ist deshalb, Bewegung in den Arbeitsalltag des Arbeiters zu bekommen.

Ganz simpel über Stühle mit Sitzdynamik oder Steh-Sitz-Tische oder aber Räume so zu gliedern, dass kurze Besprechungen in einem separaten Bereich im Stehen abgehalten werden können. Entsprechende Studien belegen, dass Arbeiter an dynamischen Arbeitsplätzen zu geringerer Fehlerquote neigen.

Darüber hinaus richten moderne Arbeitgeber ihren Angestellten spezielle Räume, sogenannte Health-Lounges ein, in denen zum Ausgleich während des Arbeitsalltags beispielsweise Kurse zur Förderung der Beweglichkeit angeboten werden (Yoga oder Rückenschule). Dort können die Arbeitnehmer ihre Pause entsprechend der Angebote gestalten und für ihre Gesundheit etwas Gutes tun. Gleichzeitig hat sich dort der Einsatz von Regenerationsliegen und Vibrationsplatten bewährt.

Die Phasen der Bewegung sorgen sogar dafür, dass die Kreativität signifikant in den Arbeitsstunden nach solchen Pausen zunimmt. Aber auch Ruheräume statt Raucherecken können dafür sorgen, Stress abzubauen. Regelmäßige Bewegung wirkt stimmungsaufhellend, wodurch die Mitarbeiter motivierter und stressresistenter sind, was wiederum die Produktivität steigert.



Arbeitsmediziner empfehlen für den Ausgleich des Bewegungsmangels: 60% der Tätigkeiten im Büro sollten im Sitzen verrichtet werden, 30% im Stehen und der Rest in Bewegung.

Kriesten objekt design GmbH | Hauptsitz - Showroom

Meißner Straße 511 | 01445 Radebeul

Tel.: 0351 - 83286 30 | Fax: 0351 - 83286 679 | E-Mail: moebel@kriesten.de

Kriesten objekt design GmbH | Filiale Leipzig - Showroom

Am Kellerberg 2 | 04349 Leipzig

Tel.: 034298 - 5490 20 | Fax: 034298 - 5490 30 | E-Mail: leipzig@kriesten.de

Kriesten objekt design GmbH | Filiale Cottbus

Am Nordrand 40 | 03044 Cottbus

Tel.: 0351 - 83286 30 | Fax: 0351 - 83286 679 | E-Mail: moebel@kriesten.de

Sie erreichen uns zusätzlich unter www.moderne-buerowelten.de
sowie in unserem Onlineshop unter www.objekteinrichter24.com.

