

Dolgozzunk, tanuljunk stílusosan

Avagy hogyan hozhatjuk ki a legtöbbet magunkból

Habár a vakáció kellős közepén tabutéma az iskola, mégis jó idejében megtervezni, hogy a tanévkezdés idejére hogyan alakítsuk ki csemeténk tanulókörnyezetét, miként frissítsük fel. És magunkra is gondolhatunk, hiszen egyre többen dolgoznak otthon. A napi ingázáshoz képest sokkal nagyobb szabadságot, rugalmasságot ad ez a munkastílus, és sokkal több időt tölthetünk a család körében. Ráadásul a sokszor személytelen irodai berendezés kevésbé inspiráló, mint egy otthoni dolgozósarok.

szöveg Héjja Izabella

a munkafelület

A dolgozószoba legfontosabb berendezési tárgya az íróasztal. Lapjának megfelelő magassága 63-76 centiméter. Fontos, hogy munka közben a helyes legyen a testtartásunk, egyenes a hátunk. Aki görbe háttal, leeresztett vállakkal dolgozik, annak túl alacsony az íróasztal. Bár a rosszul elrendezett munkafelület nem feltétlenül okoz fizikai panaszokat, de sok időt elvesztegetünk a fölösleges mozdulatokkal. Mindezt elkerülhetjük azzal, hogy a leggyakrabban használt eszközöket a kezünk ügyében helyezzük el, azaz 76 centiméter távolságon belül, hogy ne kelljen hajolni, nyújtózkodni értük.

Nagyon fontos, hogy a gyerekek asztala állítható magasságú legyen. Az általános iskolai éveit végigkísérheti egy jól kiválasztott, 52-76 centiméter közötti állítási fokozattal kialakított asztal, hiszen a gyerek első osztálytól nyolcadikig 55-60 centimétert nő. Ha arra is figyelünk, hogy a lapja 6-16 fokban állítható legyen, akkor a jó testtartásban is segítünk.



Az Europa Design a felnőtteknek tervezett home office székek mellett a gyerekekre is gondolt! Az ED-M Junior forgószék 2-12 éves korig a gyermekkel együtt növekszik, egészségesebbé téve az asztal melletti játékot és a leckeírást. A gázliffal állítható magasságú asztal a vegyes munkavégzést támogatja.

