

POLECANE ARTYKUŁY



75 rocznica Batmana



Czy Twoi klienci są zadowoleni?



Pierwsza godzina w pracy ludzi sukcesu



Edukacja przyszłości w polskich szkołach



Decoupage coraz modniejszy



Spójrz na własne oczy - zdrowo

Jesteś tutaj: [Home](#) » [Wiadomości](#) » [Z kraju](#) » „Nie zostań technokaleką”

„NIE ZOSTAŃ TECHNOKALEKĄ”

Ocena użytkowników: 5 / 5



Proszę, oceń

Ocena 5

Oceń



ZOBACZ TAKŻE...

- ▶ Polecamy
- ▶ Hity
- ▶ Ogłoszenia
- ▶ Forum branżowe

HITY/ REKOMENDACJE



**PISAKI
MAGIC PEN
CRESCO**



Nowa odsłona kampanii edukacyjnej Fellowes Ergotest

Jak wynika z raportu badania Ergotest firmy Fellowes, na sto stanowisk komputerowych polskich studentów tylko pięć w pełni spełnia wymogi ergonomii. Uzależnione od internetu i gadżetów technologicznych pokolenie Y coraz częściej zapada na choroby związane z nieprawidłowym i nadmiernym użytkowaniem komputera, laptopa czy smartfona.

Edukacyjna kampania ergonomiczna firmy Fellowes organizowana jest od 2006 roku. Głównym celem kampanii jest poprawa ergonomii miejsc pracy i zwrócenie uwagi społeczeństwa na problemy zdrowotne wynikające z pracy w nieodpowiednich warunkach. W tym roku firma postanowiła także skupić uwagę społeczeństwa na stan zdrowia pokolenia Y, zwanego również pokoleniem długich kciuków, od wczesnego dzieciństwa korzystającego z nowych technologii. W ramach tegorocznej kampanii firma Fellowes podjęła współpracę z Biblioteką Uniwersytecką w Warszawie, w ramach której firma wyposażyła ok. 100 stanowisk komputerowych w Bibliotece.

Biblioteka Uniwersytecka w Warszawie jest prekursorem we wprowadzaniu innowacji w uniwersyteckie mury – komentuje Filip Łazicki z Oddziału Promocji BUW – Tak jest i tym razem, gdy dbając o wygodę i komfort naszych czytelników pragniemy poprawić aspekt ergonomiczny stanowisk pracy w bibliotece. – dodaje Łazicki.

Wyniki badania Ergotest

W badaniu Ergotest w latach 2006–2013 udział wzięło 621 studentów z całej Polski. Jak pokazują wyniki badania, tylko 5% stanowisk komputerowych studentów jest w pełni przystosowanych do wymogów ergonomii, natomiast blisko 40% z nich nie spełnia żadnych wymogów ergonomii. Co gorsza, z roku na rok procent stanowisk nie spełniających tych standardów wzrasta (2006 – 34%, 2013 – 70,8%). Wynika to z małej świadomości studentów w tym zakresie, którzy nie są świadomi zagrożeń, jakie niesie za sobą korzystanie z komputera czy innych gadżetów technologicznych w nieodpowiednich warunkach. Tylko 44% badanych studentów ma prawidłowo ustawioną wysokość ekranu monitora – górna część ekranu na linii lub lekko poniżej linii wzroku. Pozostała część respondentów (54%) ma źle umieszczony monitor – centralnie powyżej linii wzroku albo pod kątem z prawej lub lewej strony, wymuszając „skręt” tułowia lub szyi. W przypadku krzesła, na którym studenci spędzają większość czasu pracy przy komputerze, zwłaszcza podczas sesji czy przygotowywania prac zaliczeniowych, tylko 64% z nich posiada krzesła z możliwością regulacji siedziska. Aż 36% badanych nie posiada możliwości regulowania wysokości siedziska, a 32% nie ma także możliwości regulacji oparcia krzesła. Dodatkowo, co czwarty student ma na biurku za mało miejsca na sprzęt i dokumenty, a aż 63% badanych ma umieszczone wpisywane do komputera dokumenty z boku na blacie biurka, co również wymusza skręt tułowia lub szyi.



Stan zdrowia pokolenia długich kciuków

Praca przy stanowisku komputerowym nie spełniającym wymogów ergonomii może powodować różne bóle i dolegliwości, a w konsekwencji prowadzić do poważnych chorób. Większość młodych Polaków ocenia swój stan zdrowia jako bardzo dobry lub dobry – takie deklaracje składa 91,1% osób w wieku 15 - 24 lata oraz 82,8% osób w wieku 25 - 34 lata. Jednak już spora część przedstawicieli pokolenia Y cierpi na dolegliwości związane z nadmiernym korzystaniem z komputera, tabletu czy smartfona w nieodpowiednich warunkach, w tym na zapalenie ścięgien (jak np. zapalenie ścięgien w palcach), bóle mięśni, bóle i deformacje kręgosłupa, problemy z koncentracją czy zaburzenia snu. Chroniczne przeciążenie mięśni i ścięgien (tzw. Repetitive Strain Injury, RSI) objawia się natomiast bólem ramion, a także prowadzi do schorzenia zwanego „smartfonowym kciukiem”.

Praktyczny przewodnik po zdrowym miejscu pracy codziennie dostępny na naszym profilu na Facebook'u.



 Wycieczka społecznośćowa Facebooka

 Odstony: 121

[« poprzednie](#)

[następne »](#)

Hity

Pisaki MAGIC CRESCO to doskonały produkt dla dzieci.



BLINK - PŁYN DO MYCIA CLINEX

Polecane

Nowoczesny, uniwersalny płyn do mycia powierzchni wodoodpornych. Idealny do biura.



ZAKREŚLACZ CRESCO

Polecane

Innowacyjny produkt, którego głównym zadaniem jest usprawnienie pracy.



SPRARKLING DREAM

Polecane

Tornister Step by Step z systemem Anatomic Air łączą bardzo wysoką jakość i funkcjonalność.



SMART & STAMP MARKI HERI

Polecane

Długopis touch pen z pieczętką łączący trzy funkcje użytkowe.

Małe dzieła sztuki na aukcji charytatywnej

St. Majewski - jako firma społecznie odpowiedzialna - zorganizowała ogólnopolski konkurs plastyczny pt. „Małe Dzieła Sztuki”, który ma na celu wsparcie najbardziej potrzebujących. Spośród prac nadesłanych przez dzieci z całej Polski wybrano te najlepsze, a następnie oprawiono w złote, eleganckie ramy i wystawiono na aukcji charytatywnej.

Więcej... >



PAPIER

- > Stora Enso uruchamia celulozownię Montes del Plata w Urugwaju
- > Stora Enso zainwestuje 110 mln euro w papiernię Varkaus
- > Antalis na FESPA DIGITAL 2014
- > Grzegorz Dąbrowski - Europapier - Impap
- > Wyniki Stora Enso za 1. kwartał 2014
- > Kampania interaktywna "Image Yourself"
- > Z Duplo łatwiej



BIURO

- > Nowy wymiar dystrybucji
- > Nowy profesjonalny projektor 4K firmy Sony
- > BenQ MW665 i MX666 – nowe projektory
- > Czas to waluta dwudziestego pierwszego wieku
- > Fujitsu ScanSnap S1100 ułatwia mobilne skanowanie do chmury
- > Anna Putts Dyrektorem Marketingu w Samsung Electronics Polska
- > Pierwsze drukarki A3 firmy Epson z systemem stałego zasilania



SZKOŁA

- > Inteligentne urządzenia wielofunkcyjne stworzone z myślą o szkołach
- > Po raz kolejny bijemy rekord Guinnessa!
- > Violetta Music
- > Tipp-Ex i Pharrell Williams w wyjątkowo twórczej kampanii
- > Darmowe podręczniki w szkołach
- > Sony dla nowoczesnej szkoły
- > „Zostań z BIC-iem ECO Smykiem!”



ZABAWKI

- > 75 rocznica Batmana
- > Słaba jakość? Nie bawimy się w to!
- > Wielka piłka na małej planszy
- > Nowa, kosmiczna gra Egmonta
- > „Polska: Operacja zmiana”
- > Wader myśli o kolejnych rynkach
- > Firma Wader-Woźniak Gazetą Biznesu

scann.R | Papier | Biuro | Szkoła | Zabawki | [Wiadomości](#) | Nasi przyjaciele | Testy | Galeria

