Ergonomie

Optimale Anpassung der Arbeit an die Eigenschaften und Fähigkeiten des arbeitenden Menschen

- Ergonomische Mäuse und Tastaturen

Ergonomische Mäuse und Tastaturen

In einer zunehmend digitalisierten Arbeitswelt verbringen viele Menschen täglich Stunden vor dem Computer. Dabei wird oft unterschätzt, welchen Einfluss die richtige Ausstattung auf unsere Gesundheit hat. Insbesondere ergonomische Mäuse und Tastaturen spielen eine zentrale Rolle dabei, Beschwerden wie Sehnenscheidenentzündungen, Verspannungen oder dem sogenannten Mausarm vorzubeugen.

Unten finden Sie eine Auswahl unserer beliebtesten Modelle.

Bevor Sie sich für ein ergonomisches Gerät entscheiden, sollten Sie in jedem Fall Rücksprache mit Ihrem Ärzte- und Ergotherapieteam halten. Sie können individuell beurteilen, welche Geräte zu Ihrem Körper und Ihren Beschwerden passen – denn nicht jedes Produkt ist für jeden gleichermaßen geeignet.

Ihre Gesundheit wird es Ihnen danken.

Ergonomie am Arbeitsplatz – nicht nur ein "Nice-to-have"

Arbeitgeber sind in Deutschland laut Arbeitsstättenverordnung (§ 3a Abs. 1 ArbStättV) verpflichtet, ihren Mitarbeitenden eine gesundheitsfördernde Arbeitsumgebung bereitzustellen. Dazu gehört auch eine ergonomisch sinnvolle Ausstattung, insbesondere wenn dauerhaft an Bildschirmarbeitsplätzen gearbeitet wird. Die Investition in ergonomische Eingabegeräte kann Ausfallzeiten verringern und langfristig sogar Kosten sparen.

Ergonomie endet nicht bei der Hardware

Doch auch die beste Maus oder Tastatur ersetzt keine regelmäßige Bewegung und eine ausgewogene Ernährung. Kleine Pausen, Dehnübungen, gelegentliches Aufstehen und gesunde Mahlzeiten sind ebenso wichtig wie die richtige Technik. Der Mensch ist nicht für stundenlanges Sitzen gemacht – unser Körper braucht Abwechslung, Aktivität und ein tolles Betriebsklima.

Unternehmen können übrigens auf verschiedenen Wegen Ihren Mitarbeitenden steuerbegünstigte Gesundheits-, Fitness- sowie Speiseangebote bieten.

---

logitech ERGO K860

https://www.youtube-nocookie.com/embed/q-ZUIAgEda4?si=AICQnJAWxrMCM07G

Artikelnummer: 1780

Kurze Beschreibung:

Was unseren Kunden besonders gefällt:

logitech MX Ergo S

https://www.youtube-nocookie.com/embed/LvM1nVcoDNY?si=0ZmOzLNvCgf__ieX

Artikelnummer: 1781

Kurze Beschreibung:

Was unseren Kunden besonders gefällt:

logitech MX Vertical

https://www.youtube-nocookie.com/embed/v3DwobHXAEw?si=kFd68rKnB8wuUIx7

Artikelnummer: 1782

Kurze Beschreibung:

Was unseren Kunden besonders gefällt: