kaiserkraft
Mini-Guides

Ein Arbeitsplatz. Viele Menschen. Null Kompromisse.

Schnell anpassbare Arbeitsplätze für Schichtbetrieb und gemeinsam genutzte Arbeitsbereiche.



Der Arbeitsplatz bleibt. Die Menschen wechseln.

Ob im Schichtbetrieb, in Werkstatt und Lager oder beim Desk Sharing: Häufig teilen sich mehrere Beschäftigte denselben Arbeitsplatz – aber selten dieselbe Körpergrösse, Arbeitsweise oder Aufgabe. Bleibt der Arbeitsplatz starr, verbiegt sich der Mensch. Und das auf Dauer nicht ohne Folgen.

Die gute Nachricht: Es braucht keine Generalüberholung. Mit der richtigen Ausstattung und wenigen Handgriffen arbeitet jeder körpergerecht – egal, wer gerade dran ist.

01 Arbeitsplatz flexibel ausstatten

Einfach verstellen. Statt einfach weiterarbeiten.

Ein ergonomischer Arbeitsplatz muss sich ohne Werkzeug, ohne Aufwand und ohne Diskussion an unterschiedliche Menschen anpassen lassen. Denn eine Regel gilt fast immer: Was kompliziert ist, wird nicht gemacht. Was einfach ist, wird zur Gewohnheit.

Darauf sollten Sie achten:

- Arbeitsplätze werkzeuglos verstellbar gestalten
- Höhenverstellbare Arbeitsflächen für unterschiedliche Körpergrössen vorsehen
- Monitore unabhängig vom Tisch positionierbar machen
- Steharbeit mit geeigneten Hilfsmitteln unterstützen
- Ergonomische Hilfsmittel gut erreichbar platzieren

Praxistipp: Was einfach ist, wird gemacht.

- ☑ Arbeitsplätze wählen, die sich ohne Werkzeug verstellen lassen
- ☑ Monitorarme für unterschiedliche Nutzer einsetzen
- ☑ Anti-Ermüdungsmatten und Fussstützen dort bereitstellen, wo sie gebraucht werden

02 Arbeitsplatz richtig einstellen

Erst anpassen. Dann loslegen.

Mit wenigen Handgriffen passen Sie Arbeitshöhe, Blickrichtung und Greifwege an Ihre Körpergrösse und Tätigkeit an. So nutzen Sie die Flexibilität des Arbeitsplatzes optimal.

Darauf sollten Sie achten:

- Arbeitshöhe passend zur Körpergrösse einstellen
- Bildschirm auf Augenhöhe ausrichten
- Arbeitsmittel im optimalen Greifbereich platzieren
- Sitz- und Stehposition regelmässig wechseln
- Fussstütze bei Bedarf nutzen

Praxistipp: Jeder Nutzer stellt neu ein. Immer.

- ☑ Die Einstellungen des Vorgängers sind nicht Ihre Einstellungen
- ☑ Arbeitshöhe und Bildschirm checken – vor dem ersten Handgriff
- ☑ Erst dann geht's an die eigentliche Arbeit

Quickcheck: Ist Ihr Arbeitsplatz ergonomisch vorbereitet?

	Vorbereitung	Nutzung
Ausstattung	☐ Arbeitshöhe schnell und ohne Werkzeug verstellbar	☐ Ich stelle Arbeitshöhe und Bildschirm passend ein
	☐ Ausreichend Verstellbereich für unterschiedliche Körpergrössen	☐ Ich erreiche Arbeitsmittel ohne Strecken oder Verdrehen
	☐ Monitor unabhängig vom Tisch ausrichtbar	☐ Ich wechsle regelmässig Sitz- und Stehposition
	☐ Hilfsmittel für Steh- und Sitzarbeit vorhanden	☐ Ich nutze Fussstütze bei Bedarf

Bewertung

6–8 Häkchen: Arbeitsplatz ist gut optimiert – für Sie und Ihre Kollegen.

4–5 Häkchen: Mit wenigen Ergänzungen deutlich besser.

0–3 Häkchen: Lohnt sich, einen zweiten Blick auf Ausstattung und Gewohnheiten zu werfen.

Aus Einstellen wird Routine.

- Arbeitsplatz vor jeder Schicht einstellen
- Neue Kollegen kurz einweisen
- Einstellungen sichtbar kennzeichnen

Fazit

Nicht jeder Arbeitsplatz muss neu gedacht werden. Aber jeder sollte sich in Sekunden an den Menschen anpassen, der gerade an ihm sitzt, steht oder schraubt. Genau das ist der Unterschied zwischen Ergonomie auf dem Papier – und Ergonomie im Alltag.

Passende Lösungen von kaiserkraft

- **Für jede Schicht die passende Höhe:** Elektrisch höhenverstellbare Arbeits- und Schreibtische
- **Für jeden Blickwinkel die passende Position:** Monitorarme
- **Für jede Steh- und Sitzphase:** Arbeitsdrehhocker und Stehhilfen
- **Für müde Füsse:** Fussstützen und Anti-Ermüdungsmatten
- **Für mobile Flexibilität:** Mobile Arbeits- und Montagetische

Ein Arbeitsplatz soll Kraft geben. Nicht kosten.

Oft sind es die kleinen Stellschrauben, die den Unterschied machen. Wir planen ergonomische Arbeitsplätze und komplette Arbeitsbereiche – individuell abgestimmt auf Prozesse, Flächen und die Menschen, die dort arbeiten.

Beratung anfragen

041 747 10 10
service@kaiserkraft.ch
kaiserkraft.com/ergonomics

Bei der Erstellung dieses Dokuments wurde Unterstützung durch ein KI-basiertes Sprachmodell in Anspruch genommen. Die KI wurde genutzt, um Formulierungen vorzuschlagen, Inhalte zu strukturieren und sprachliche Korrekturen vorzunehmen. Die inhaltliche Verantwortung, Überprüfung und finale Freigabe der Texte liegen vollständig bei kaiserkraft.

Änderungen und Irrtümer vorbehalten.
KAISER+KRAFT AG | Erlenweg 8 | 6312 Steinhausen

kaiserkraft works.