



T +32 51 40 44 11  
info@zitsta.be  
[www.zitsta.be](http://www.zitsta.be)

©2019 Buro International NV

## ZitSta biedt u de oplossing.

ZitSta bureaus vormen de onmisbare schakel in het kantoor van de toekomst. Ze vormen een antwoord op de vraag naar grotere flexibiliteit waarbij de medewerker zelf de hoogte van zijn bureau wil kunnen bepalen op het moment van zijn keuze. Bovendien kun je met de technologie van vandaag perfect anticiperen op de gevolgen van een langdurig verkeerde zithouding. ZitSta zet een nieuwe standaard op vlak van comfortabel werken.

### Zit@work

Bij zitten komt meer kijken dan je denkt. Een juiste zithouding is cruciaal om op lange termijn gespaard te blijven van fysieke ongemakken. De combinatie van een ergonomische bureaustoel die jouw natuurlijke bewegingen ondersteunt met een elektrisch in hoogte verstelbaar bureau, geeft je de grootste mogelijke individuele aanpasbaarheid.



### Sta@work

De voordelen van staand werken zijn legio. Rechtstaand werken vergroot je focus, want je bent voortdurend in beweging waardoor je alert blijft. Het is goed voor je rugspieren en je verbrandt meer calorieën. Bovendien heeft staand werken een grote impact op hoe je je werk beleeft. Met één druk op de knop pas je eenvoudig de hoogte van het werkblad aan in functie van de activiteit.

### Vergader@work

Staand vergaderen houdt de vaart erin, want alle deelnemers hebben per definitie een actieve houding. De bewegingsvrijheid die rechtstaan toelaat stimuleert de creativiteit en de verbale communicatie. Vergaderen is nog nooit zo dynamisch en efficiënt geweest wat leidt tot een aanzienlijke kostenbesparing. De hoogte van de tafel is à-la-minute elektrisch verstelbaar waardoor je in functie van het thema of de gelegenheid de ideale werkhoogte instelt.

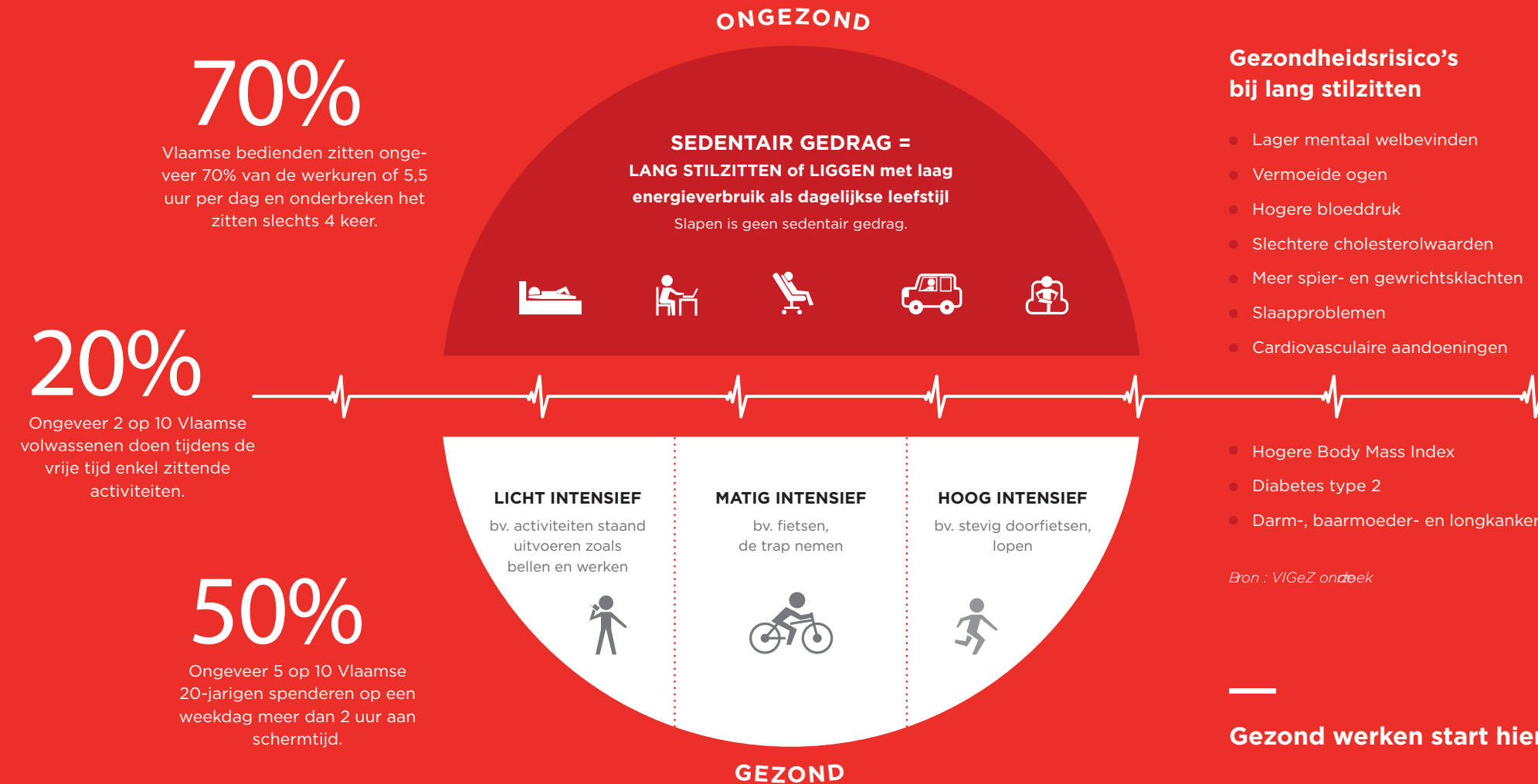
**Bekijk ons assortiment op**  
[www.zitsta.be](http://www.zitsta.be)



**Gezond werken start hier.**

# Zitten is het nieuwe roken.

Lang geleden bewoog de mens veel en intens om in zijn primaire levensbehoeften te voorzien. In de 21ste eeuw kun je echter makkelijk overleven zonder veel te bewegen. Bovendien verleidt de huidige samenleving tot veel en lang stilzitten of liggen. Zowel thuis, op school, op het werk en tijdens de vrije tijd beweegt de moderne mens veel te weinig. Die leefstijl houdt belangrijke gezondheidsrisico's in. Het is tijd om recht te staan en te bewegen!



## ZitSta Pass: stel zelf jouw optimale werkhouding in!

Noteer op deze ZitSta pass jouw persoonlijke instellingen voor je werkplek. Zo heb je de juiste ergonomische instellingen van jouw werkplek altijd bij de hand en kun je alles perfect inrichten voor je aan de slag gaat op een nieuwe werkplek.

**01**

Stel de hoogte van de kantoorstoel in. Je knieën moeten een hoek van 90° vormen en plaats je voeten plat op de grond.

**02**

Stel de hoogte in van het bureel. Leg je polsen plat op het werkblad en hou een ontspannen houding aan.

**03**

Stel de hoogte van het scherm in. Vul vervolgens de afmetingen in de desbetreffende vakjes in.



Mijn optimale tafelhoogte bij zittend werken:

cm



Mijn optimale tafelhoogte bij staand werken:

cm