



**Gesundheitsvorsorge à la Salsero® für mehr Lebens- und Arbeitsqualität
Rückenschmerzen waren gestern: Aktiv-dynamisches Sitzen auf dem Salsero®
Gesundheitsstuhl erhöht die Leistungsfähigkeit und beugt der Volkskrankheit
„Rückenschmerzen“ vor**

München/Rot an der Rot, 1. Dezember 2011 - Die frei auf einer Kugel gelagerte flexible Sitzfläche des Salsero® Gesundheitsstuhls wirkt einer statischen Sitzhaltung entgegen. Der „Be“-sitzer kann durch aktives Kreisen und Kippen des Beckens jederzeit leicht seine Sitzposition wechseln. Er unterstützt damit ein bandscheibenschonendes und rückenfreundliches Sitzen und erhöht zusätzlich seine Konzentrations- und Leistungsfähigkeit.

Ob im Büro oder Zuhause - mit Bildschirmarbeit, Computerspielen in der Freizeit oder mit dem entspannenden Film vor dem heimischen Fernseher am Abend verbringt der Mensch einen großen Teil seiner Tageszeit im Sitzen. Im Laufe eines normalen Bürolebens beispielsweise kommen etwa 80.000 Stunden zusammen und die Tendenz ist steigend.

Umso wichtiger ist es, gerade bei sitzenden Tätigkeiten für mehr Bewegung zu sorgen. Statisches Sitzen, also langes und einseitiges Sitzen in einer starren Sitzposition, ist nachweislich gesundheitsschädlich. Fachleute sind sich einig, dass dynamisches Sitzen der Schlüssel für rückschonendes Sitzen mit einem positiven Einfluss auf Bandscheiben und Rückenmuskulatur ist.

Sowohl der Wirbelsäulenbereich als auch das Herz-Kreislauf-System sind bei statischem Sitzen betroffen. Verspannungen der Schulter-, Nacken- und Rückenmuskulatur, eine Erschlaffung der Bauchmuskulatur und eine einseitige Belastung der Bandscheiben sind die Folgen. Rückenschmerzen sind somit praktisch vorprogrammiert. Die Lösung ist ein

dynamisches Sitzverhalten. Die Sitzhaltung und Sitzposition sollen hierbei ständig gewechselt werden. So können sowohl Gelenke und Muskulatur der Wirbelsäule gestärkt werden als auch die Bandscheiben entlastet und mit wichtigen Nährstoffen versorgt werden. Zudem wirkt sich aktives Sitzen auf die Durchblutung, den Stoffwechsel und die Atmung aus. Die Konzentrationsfähigkeit verbessert sich. Der „Be“-sitzer ist aktiver und leistungsfähiger. Aktiv-dynamisches Sitzen ist somit ein Weg, Rückenschmerzen vorzubeugen und die Lebensqualität zu verbessern. Dieser positive Aspekt ist auch für Arbeitgeber ein wichtiges Argument, um Krankschreibungen und Fehlzeiten aufgrund von Rückenbeschwerden zu reduzieren.

Für das veränderte Sitzverhalten muss das Sitzmöbel jedoch bestimmten Anforderungen entsprechen. Der vom ehemaligen Profi-Tänzer Edwin Jäger entwickelte Salsero® Gesundheitsstuhl ermöglicht mit seiner patentierten Kugelsitztechnik ein aktiv-dynamisches und rückengerechtes Sitzen. Die mittels zweier spezieller Lagerschalen frei auf einer Kugel gelagerte Sitzfläche des Salsero® ist das Kernstück dieses Sitzmöbels. Es ermöglicht eine dreidimensionale Bewegungsfreiheit der Sitzfläche, die den Salsero® einzigartig macht. Die Sitzfläche kann nahezu reibungslos gedreht, gekippt und zudem nach allen Seiten verschoben werden. Gerade diese flexible Sitzfläche ist es, die den Sitzenden ganz automatisch zu einem aktiven und dynamischen Sitzen anregt, das speziell die wichtige, tiefer liegende Rückenmuskulatur mobilisiert und die Bandscheiben entlastet.

"Für Büromenschen ist der Salsero®-Hocker fast wie ein Gesundbrunnen. Schon wenige Minuten auf diesem Hocker erinnern einen daran, dass der Mensch ein Lebewesen ist und dass es Lebewesen eigen ist, sich zu bewegen und bewegt zu werden", so Dr. Wolfgang Hien vom Forschungsbüro für Arbeit, Gesundheit und Biographie aus Bremen. „Aus arbeitswissenschaftlicher Sicht kann ich den Arbeitgebern nur empfehlen, die Büros ihrer Mitarbeiter/innen mit einem Salsero®-Hocker auszustatten. Jede/r sollte mindestens einmal am Tag diesen "Sitzwechsel" vornehmen. Das bringt Bewegung in die verkraмпften Glieder und sorgt darüber hinaus für eine bessere Stimmung."

Der Salsero® Gesundheitsstuhl wird von der im Jahr 2009 gegründeten Salsero Mobilität & Design GmbH mit Sitz in Rot an der Rot produziert und vertrieben. Erfinder und Unternehmensgründer Edwin Jäger - Schreiner, Bühnentänzer, Tanzpädagoge und Rückenschullehrer in einer Person - entwickelte das patentierte Prinzip dieser Sitztechnik ursprünglich zur Mobilisierung und Stärkung der autochthonen Rückenmuskulatur. Der Salsero® Gesundheitsstuhl ist in verschiedenen Modellformen und Ausführungsvarianten



PRESSEMITTEILUNG

erhältlich. Er wird sowohl als Sitzmöbel im Büro und im häuslichen Bereich sowie auch als Therapiegerät eingesetzt.

Der Salsero® Gesundheitsstuhl kann über den Online-Shop und in ausgewählten Einrichtungshäusern erworben werden.

Weitere Informationen sind erhältlich unter www.salsero-gesundheitsstuhl.de

Kontakt:

Salsero Mobilität & Design GmbH

Edwin Jäger

Emishalden 1

D - 88430 Rot an der Rot

Tel.: +49-(0)7568 / 960 60

E-mail: info@salsero-gesundheitsstuhl.de

Web: www.salsero-gesundheitsstuhl.de

Pressekontakt und Fotoanfragen:

Konzept-G GmbH

Susanne Brock

Frankfurter Ring 193a

D - 80807 München

Telefon: + 49 – (0)89 322088-11

Telefax: + 49 – (0)89 322088-14

E-Mail: muc@konzept-g.eu

Web: www.konzept-g.de