

# best på stå-kultur



*– Vi har en del konkurransemennesker i bedriften, og de hadde ikke noe imot å konkurrere i å jobbe stående, sier Lene Bang-Johansen i Essity Norway AS.*

stafetten hvert år. I fjor hadde vi en helseuke globalt i bedriften, med fokus på kosthold og bevegelse.

– Vi pleier også å ha en aktivitet på høsten. Dette kan være kajakkpadling, felles sykkelturer og skiturer om vinteren.

– Via bedriftshelsetjenesten har vi tilbudd personalet avspenningsøvelser også, men tiden er alltid utfordringen, sier Lene.

## Dagens stå-kultur

*– Hva ligger stå-tiden i bedriften på i dag?*

– Faktisk hadde den gjennomsnittlig økt med nesten 30 minutter pr. dag to uker etter at konkurransen begynte.

– Andelen av de som frem-

deles står og jobber deler av arbeidstiden har blitt noe lavere, den har nok sunket en del, sier hun. Vi har en jobb å gjøre for å komme i gode vaner igjen.

Men selv om den gjennomsnittlige stå-tiden i bedriften har sunket, er det fremdeles snakk om en økning sammenliknet med da konkurransen startet.

## Viktig med ståbrett

Bedriften hadde også ståbrett til disposisjon for de som ønsket å bruke det. Det var helt tydelig at de som brukte ståbrettet, sto lenger enn de som sløyfet det, i gjennomsnitt halvannen time mer hver dag, opplyser Bang-Johansen.

– Vi ser i ettertid at vi

kunne kjøpt inn flere ståbrett. Ståbrettet betyr ganske mye for å unngå en statisk stilling når du står og jobber. Du står mer med et ståbrett som verktøy, konkluderer hun.

## Bør konkurrere igjen

Lene mener bedriften kan kjøre i gang en ny konkurranse igjen snart:

Fremdeles er det enkelte som holder stand, sier Lene, og tar oss med inn i kontorlandskapet.

På bakerste pult finner vi en ung medarbeider som står og jobber konsentrert ved hev-/senk-pulten sin:

– Martin Taalesen er best på å stå, konstaterer Lene Bang-Johansen.