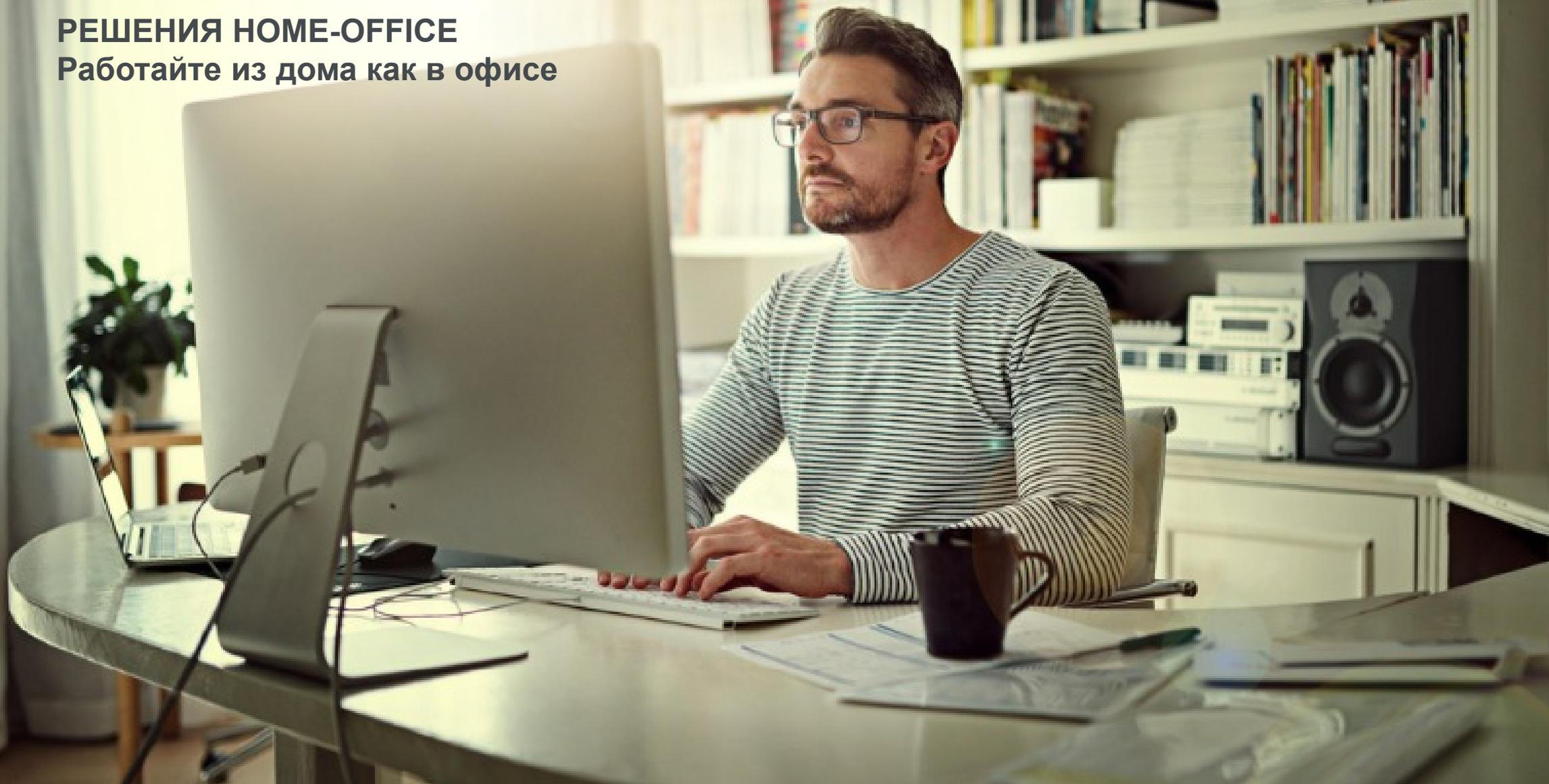


NAYADA

СЕВЕРО-ЗАПАД. МЕБЕЛЬ

РЕШЕНИЯ HOME-OFFICE

Работайте из дома как в офисе



Эффективная удаленная работа

Сегодня удаленная работа коснулась многих людей, особенно в свете рекомендаций по социальному дистанцированию, направленных на замедление распространения Коронавируса (Covid-19). Для некоторых это обычная практика, но для большинства это новый способ работы, который создает и новые проблемы.

Сколько продлится эпидемия COVID-19 и карантин, неизвестно. Поэтому домашний офис лучше сразу обустраивать как следует, с расчётом проработать в таком режиме долго. Возможно, позже вам и не захочется возвращаться в офис, но сейчас может быть трудно привыкнуть к работе в новых условиях.

Дома бывает тяжело сосредоточиться. Хочется попить чай, погладить котика, внимания требует семья... Чтобы не впасть в прокрастинацию и не терять эффективность, попробуйте домашний офис, который настраивает на работу.





Эффективная удаленная работа

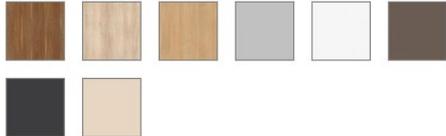
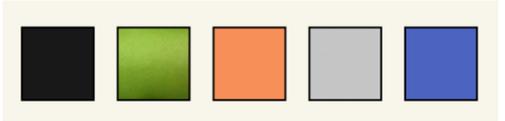
Чтобы немного облегчить Вам задачу, эксперты менеджмента пространства компании Наяда Северо-Запад собрали несколько компоновок рабочего места, удобные эргономичные кресла, лайфхаки и полезные статьи по удаленной работе.

Все рабочие места можно заказать с доставкой по Санкт-Петербургу и ЛО. Представлены варианты в наличие со склада и на заказ, разного ценового диапазона, внешнего вида и текстур.

Для получения расчета рабочего места отправьте запрос на почту tech@nayadaneva.ru, либо обратитесь к своему менеджеру.

По любым возникающим вопросам можно обратиться к руководителю мебельного направления Цветкову Никите
+7 964 390 89 24

Рабочее место №1

1	<p>Стол рабочий Lavoro Panel с 2-мя пласт. заглушками, опоры панели. Столешница и опоры панели толщиной 25мм ЛСДП Egger. Габаритные размеры 80-180 x 60-80 x 74 см. Отделка на выбор.</p>	 <p>Столешницы</p> 
2	<p>Кресло №1. Сиденье ткань, спинка сетка, подголовник экокожа. Механизм топ-ган с фиксацией. Подлокотники ударопрочный пластик. Цвет спинки на выбор.</p>	 

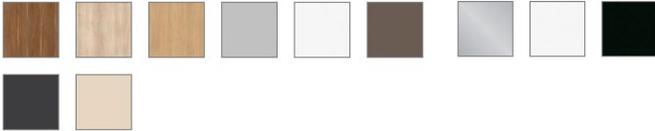
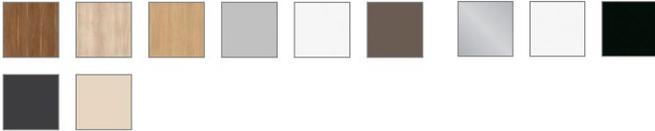


Рабочее место №2

1	<p>Стол рабочий Lavoro с 2-мя пласт. заглушками, опоры П-образные сечением 40*40. Столешница толщиной 25мм ЛСДП Egger, опоры окраска по RAL. Размеры 120-200 x 60-80 x 74см. Отделка на выбор.</p>	 <p>Столешницы</p>  <p>Металлические опоры</p> 
2	<p>Кресло №2. Эргономичная анатомически правильная форма спинки сетка, обивка сидения ткань. Подлокотники с мягкой подкладкой. Гибкая поясничная поддержка. Прочная пластиковая крестовина. Механизм качания топ-ган. Ролики пластиковые полиуретановые. Цвет сетки на выбор.</p>	 <p>Ткань-сетка</p> 

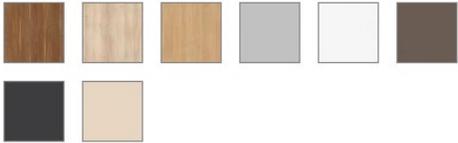


Рабочее место №3

1	<p>Стол рабочий Lavogo с 2-мя пласт. заглушками, опоры А/О-образные сечением 60*30. Столешница толщиной 25мм ЛДСП Egger, опоры окраска по RAL. Размеры 120-200 x 80 x 74см. Отделка на выбор.</p>	 <p>Столешницы</p>  <p>Металлические опоры</p> 
2	<p>Кресло №2. Эргономичная анатомически правильная форма спинки сетка, обивка сидения ткань. Подлокотники с мягкой подкладкой. Гибкая поясничная поддержка. Прочная пластиковая крестовина. Механизм качания топ-ган. Ролики пластиковые полиуретановые. Цвет сетки на выбор.</p>	 <p>Ткань-сетка</p> 



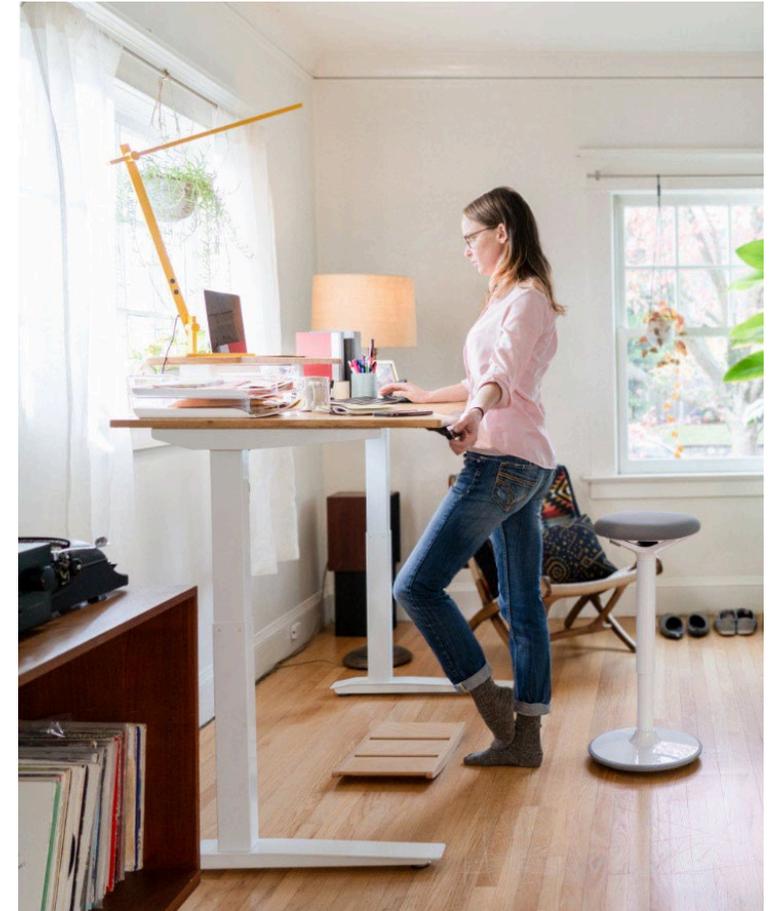
Рабочее место №4

1	<p>Стол Lavoro Meeting, со складным механизмом. Столешница толщиной 25мм ЛСДП Egger, опоры окраска по RAL. Габаритные размеры 120-160 x 70-80 x 74см. Отделка на выбор.</p>	 <p>Столешницы</p>  <p>Металлические опоры</p> 
2	<p>Кресло №3. Материал обивки: ткань/сетка; Цвета: белый пластик, серая сетка; Подлокотники: мягкий пластик, регулировка по высоте ; Ограничение по весу: 120кг.</p>	



Рабочее место №5

1	<p>Стол Lavoro Level, с электрической регулировкой по высоте. Столешница толщиной 25мм ЛДСП Egger, опоры окраска по RAL. Габаритные размеры 100-180 x 80см. Отделка на выбор.</p>	 <p>Столешницы</p>  <p>Металлические опоры</p> 
2	<p>Кресло №4. Эргономичное офисное кресло с синхромеханизмом качания «MultiBlock» - раздельное синхронное отклонение спинки и сиденья кресла. Укороченная натяжная кожаная спинка со съемным 3D подголовником. Мягкое объемное сиденье из износостойкого перфорированного материала NewLeather. Регулируемые 4D подлокотники. Противооткатные полиуретановые ролики. Двухзонная регулировка подпора поясницы.</p>	 <p>Выбор обивки:</p> 



Дополнительные аксессуары

1	<p>Тумба сервисная мобильная 3 ящика, 40x45x60,7 см; тумба приставная 40 x 60-80 x 74см. Каркас и фасады лдсп Egger отделка на выбор, фурнитура цвет на выбор.</p>	 
2	<p>Надставка на стол и навесная полка. Каркас и фасады лдсп Egger отделка на выбор</p>	 

3	<p>Акустическая мобильная панель Lavogo, ткань кат. 2/3 шерсть, экокожа, рогожа, велюр, габаритный размеры 60-90 x 110-150см, опоры стационарные и на колесиках.</p>	
4	<p>Горизонтальный и вертикальный кабель-каналы.</p>	 

Варианты кресел

Широкий выбор моделей,
материалов и цветовых решений.
В наличии на складе и под заказ.



Кресло №5

Цвет:



Кресло №6

Цвет:



Кресло №7

Цвет:



Кресло №8

Цвет:



Варианты кресел



Кресло №9



Кресло №10



Кресло №11



Кресло №12



Кресло №13



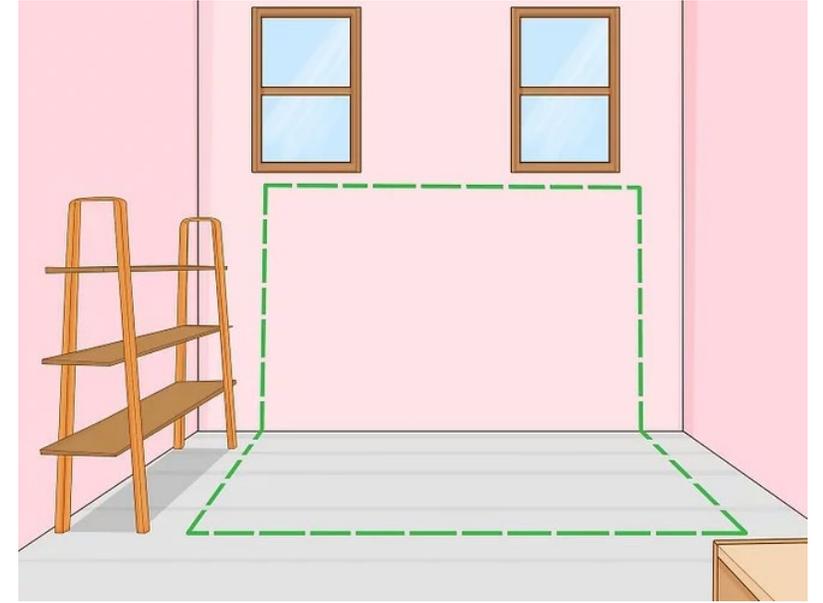
Кресло №14



Лайфхаки для удаленной работы

Рабочее место

Определите зону в вашей квартире или доме, которая будет отведена для работы, и, главное, отделите ее от остальной своей "домашней жизни". К примеру, нежелательно, чтобы рабочим столом выступал стол кухонный, который по несколько раз в день используется для других целей. Поддерживайте температуру в комнате на уровне примерно 21-23 °С и регулярно проветривайте помещение - свежий воздух помогает лучше концентрироваться.



Лайфхаки для удаленной работы



Рабочий стол

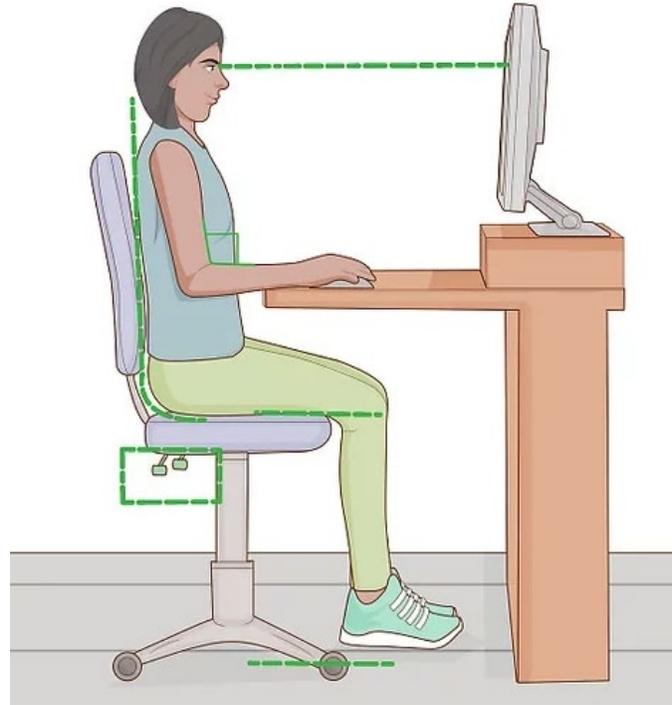
Дома или в офисе, центральным элементом рабочего места остается стол. Убедитесь, что столешница находится на правильной высоте. Оптимальная высота стола – это когда ваше плечо и предплечье находятся под прямым углом. Вашим ногам также должно быть удобно - под столом со всех сторон для них должно быть достаточно места. Убедитесь, что у вас под рукой есть все, что вам нужно для эффективной работы. Какой техникой вы пользуетесь в офисе? Есть ли в вашем "домашнем офисе" все, что окружало бы вас за вашим столом на работе? Попробуйте аккуратно и функционально организовать вещи на своем столе так, чтобы у всего было свое место.

Лайфхаки для удаленной работы

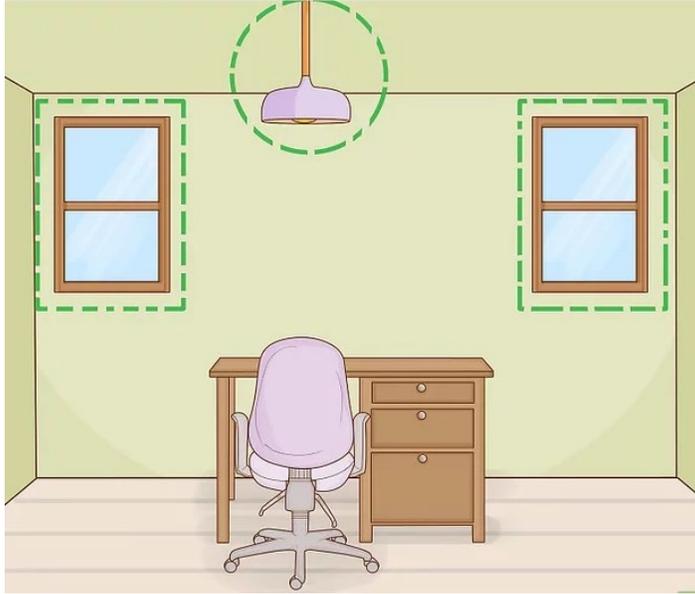
Рабочее кресло

Мы проводим много рабочего времени сидя – в офисе за рабочим столом или во время совещаний и встреч, а дома - за обеденным столом, на диване или в кресле. И то, на чем и как мы сидим влияет на наше состояние, концентрацию, производительность и здоровье. Даже если кресло в вашем "домашнем офисе" менее гибко, чем у вас на работе, все равно есть масса возможностей сидеть правильно, работая из дома. Вот о чем стоит помнить:

- Держать руки и ноги под прямым углом
- Полноценно использовать возможности кресла
- Сидеть активно
- Сидеть прямо
- Менять положения сидя и стоя



Лайфхаки для удаленной работы



Освещение

Хорошее освещение выполняет множество функций: создает настроение и атмосферу, распределяет яркость и обеспечивает правильный уровень контраста для концентрированной работы в течение длительных периодов времени. Вдобавок, оно обеспечивает точную цветопередачу и помогает избежать бликов. Конечно, стоит не забывать об экономии электроэнергии, а следовательно - правильном сочетании естественного и искусственного освещения. Убедитесь, что комната ярко и равномерно освещена: более интенсивное освещение способствует повышению производительности и меньшему количеству допусаемых ошибок.



Расслабление

Самая успешная формула для поддержания личной продуктивности и эффективности — это сочетание напряжения и расслабления. Делайте короткие, преднамеренные перерывы, как сознательно выбранную возможность поразмышлять над тем, что вы делаете. Такие перерывы важны не только для того, чтобы помочь вам сконцентрироваться на своей работе. Особенно в стрессовые времена, подобные нынешним, они помогут вам немного отдохнуть и расслабиться.

Лайфхаки для удаленной работы

Работа из дома: повезло тому, кто это делает много, часто и в одиночестве. И совсем не повезло тем, кто только начинает, а вокруг близкие, которые привыкли к одной ситуации: если вы дома, значит, выходной

Предупредите всех домашних, что вы как бы есть, а на самом деле вас нет - вы на работе. Сначала будет трудно, но потом все втянутся. Починить люстру? Сходить в магазин? Конечно! Только, как обычно, после рабочего дня.

Отличным способом создания комфортного пространства будет мобильная акустическая панель.



Полезные ссылки

Подставка для ноутбука

<https://market.yandex.ru/journal/knowledge/kak-vibrat-stolik-ili-podstavku-dlja-noutbuka>

Настольная лампа

<https://market.yandex.ru/journal/knowledge/kak-vybrat-nastolnuju-lampu>

Как организовать домашний офис

<https://ru.wikihow.com/%D0%BE%D1%80%D0%B3%D0%B0%D0%BD%D0%B8%D0%B7%D0%BE%D0%B2%D0%B0%D1%82%D1%8C-%D0%B4%D0%BE%D0%BC%D0%B0%D1%88%D0%BD%D0%B8%D0%B9-%D0%BE%D1%84%D0%B8%D1%81>

21 совет для создания идеального домашнего офиса

<https://www.ecwid.ru/blog/16-tips-for-building-the-perfect-home-office.html>

Как не выгореть, работая дома

<https://sber.pro/publication/rabota-nikogda-ne-zakonchitsia-kak-ne-vygoret-rabotaia-doma>



www.nayada-neva.ru

8 (812) 449 10 90

Info@nayadaneva.ru

