



## Jak urządzić biuro w domu?

data aktualizacji: 2022.10.22



**W czasie pandemii koronawirusa wiele osób przeszło na tryb pracy zdalnej. Choć sytuacja jest już dużo bardziej spokojna, ten trend nie gaśnie - wręcz przeciwnie. Coraz więcej pracodawców i pracowników zauważa zalety takiego rozwiązania, a możliwość zdalnego pracowania figuruje jako atut w ogłoszeniach o pracę. Ma ono jednak potencjalną wadę - niekiedy trudno nam jest rozgraniczyć życie prywatne od pracy, zarówno psychicznie, jak i przestrzennie, co może negatywnie odbić się na odpoczynku. Jeśli chcesz tego uniknąć, wystarczy, że poznasz sposoby na to, jak urządzić biuro w domu.**

## Jak urządzić domowe biuro? Kilka wskazówek na dobry początek

Zanim zaczniesz planować, jak będzie wyglądał Twój gabinet, ustal, jak dużo miejsca możesz realistycznie na niego przeznaczyć - w taki sposób, by nie zabierał on przestrzeni na inne ważne aktywności. Na szczęście istnieją sprawdzone sposoby na to, jak urządzić biuro w domu, nawet jeśli nie dysponujesz zbyt dużym metrażem.

Przede wszystkim pamiętaj, że biuro to miejsce, w którym będziesz spędzać kilka godzin dziennie. Z

tego względu powinno zapewniać Ci spokój, swobodę i komfort, a także sprzyjać Twojej produktywności. Zastanów się, jakie elementy, czynniki i warunki sprawiają, że tak właśnie się czujesz. Jeżeli na gabinet możesz przeznaczyć osobny pokój, zadbaj o to, by był dobrze oświetlony przez naturalne światło, które pozytywnie wpłynie na Twoje samopoczucie podczas wykonywania obowiązków. Najlepszą opcją jest umieszczenie go po wschodniej stronie mieszkania - dzięki temu zapewnisz sobie dostęp do światła dziennego w godzinach Twojej pracy. W przypadku gdy zastanawiasz się, jak urządzić domowe biuro, dysponując w tym celu częścią pomieszczenia, zadbaj o to, by wydzielić tę przestrzeń, na przykład za pomocą regału, ozdobnego parawanu czy mobilnej ścianki - na rynku znajdziesz także takie, które dodatkowo zapewnią Ci dobrą izolację akustyczną.

## **Jak urządzić biuro w domu - o tym nie możesz zapomnieć!**

Podstawowym elementem każdego biura jest biurko. Jeśli to możliwe, ustaw je bokiem do okna, a jednocześnie przodem do drzwi. Dzięki temu promienie słoneczne nie będą zakłócały czytelności ekranu komputera oraz będziesz czuć się swobodnie, mogąc widzieć osoby wchodzące do pokoju. Planując rozwiązanie tego, jak urządzić domowe biuro, pamiętaj o tym, by zadbać o swój kręgosłup. Twoje biurko powinno mieć nie mniej niż 85 centymetrów głębokości oraz 130 centymetrów szerokości. Wysokość należy dostosować do wzrostu, jednak powinna wynosić co najmniej 75 centymetrów. Krzesło wybierz tak, żebyś siedząc był wyprostowany, stopy oparte były na podłodze, a ręce na blacie.

W gabinecie kluczowe jest również odpowiednie oświetlenie. Dobrze sprawdzają się lampy o regulowanym ramieniu, które znajdziesz w dobrym sklepie z akcesoriami meblowymi. Takie rozwiązanie umożliwi Ci dostosowywanie i utrzymywanie odpowiedniej odległości między źródłem światła a biurkiem. Gadżetem o podobnych korzyściach jest [uchwyt na monitor do biurka](#). Dzięki dostosowaniu wysokości ekranu Twoje oczy i kręgosłup będą mniej się męczyć podczas pracy. Co więcej, tym sposobem zyskasz więcej miejsca oraz możliwość optymalnego zagospodarowania przestrzeni - zwłaszcza jeśli pracujesz na więcej niż jednym monitorze. Uchwyty zakupione w dobrym sklepie z akcesoriami meblowymi pozwalają na umocowanie nawet 4 ekranów.

## **Sklep z akcesoriami meblowymi - co warto posiadać?**

Wybierając się do dobrego [sklepu z akcesoriami meblowymi](#) pamiętaj, by nie przesadzić z ilością dodatków. Wybierz te rzeczy, które naprawdę ułatwią Ci pracę. Uchwyt na monitor do biurka to jeden z najbardziej polecanych dodatków, które sprawdzają się w każdym gabinecie. Kiedy już dobierzesz podstawowe wyposażenie, możesz dodać kilka ozdób, by biuro stało się bardziej komfortowe i „Twoje”. Miej jednak na względzie, by nie było ich zbyt dużo - będą działać rozpraszająco, a po czasie staną się przytłaczające. Przy urządzaniu biura kieruj się tym, aby wystrój sprzyjał Twojemu skupieniu i produktywności.

*Material partnera.*