

Diesen Artikel finden Sie unter: <http://www.wochenblatt.de/artikel/274553>

Veröffentlicht am: 06.02.2019 um 13:41 Uhr

„Walk and Work“

## Mehr Bewegung beim Lernen – Uni führt Geh-Arbeitsplätze in der Bibliothek ein

von Redaktion



(Foto: Universität Regensburg)

**Bewegung fördert die Gesundheit, das Wohlbefinden und die eigene Leistungsfähigkeit. Gerade in Universitätsbibliotheken bleibt diese jedoch oft auf der Strecke, da das Lernen und Arbeiten hier mit lang Sitzzeiten am Schreibtisch verbunden ist. Das kann nicht nur Auswirkungen auf die körperliche Gesundheit haben, sondern auch auf Konzentration und Ausdauer.**

REGENSBURG Im Rahmen des Projekts „Smart Moving“ haben daher das Institut für Epidemiologie und Präventivmedizin der Universität Regensburg und „Walkolution“ Ende Januar – pünktlich zur Prüfungsphase – einen neuen Geh-Arbeitsplatz im Informationszentrum der Zentralbibliothek eingerichtet. Dadurch wird den Studierenden eine optimale Lernumgebung ermöglicht und ihre Produktivität gefördert.

Der Arbeitsplatz besteht aus einem nicht motorisierten Laufband und einem höhenverstellbaren Schreibtisch. An dem Gerät können Studierende lesen, schreiben und lernen – und sich dabei gleichzeitig aktiv langsam körperlich betätigen. Dabei kann der Nutzer mit seinen Schritten die Geschwindigkeit individuell anpassen. Die ruhige Arbeitsatmosphäre ist in einer Hochschulbibliothek von besonderer Relevanz, daher ist das System komplett lautlos, um weder den Lernenden selbst, noch Kommilitonen zu stören oder abzulenken.

Die Universitätsbibliothek Regensburg entwickelt sich stets weiter, um Studierenden und Wissenschaftlern ein modernes und innovatives Arbeitsumfeld zu bieten. So stehen den Nutzern neben dem neuen Geh-Arbeitsplatz, seit Januar auch Schließfächern mit Laptop-Ladestationen zur Verfügung.

Das Projekt „Smart Moving“ ist ein Kooperationsprojekt der Medizinischen Soziologie der Universität Regensburg

(Institut für Epidemiologie und Präventivmedizin), dem Kompetenzzentrum für Ernährung (KErn, im Ressort des StMELF) und der Universität Bayreuth und wird finanziert durch die Techniker Krankenkasse im Rahmen des Gesamtprojekts „Ernährungsverhalten und seine Folgekosten in Bayern“. Es dient der Bewegungsförderung im U Alltag und war verbunden mit einem Wettbewerb für Studierende für einen aktiveren Campus.

Copyright by Wochenblatt Verlagsgruppe GmbH, Maybachstraße 8, 84030 Landshut

Alle Rechte vorbehalten.

Vervielfältigung nur mit schriftlicher Genehmigung.