

Ergonomisch!

OPTIMIERT ARBEITEN



www.premium-format.com

PREMIUM
format GROUP



Ergonomische Betriebseinrichtungen für Ihr Unternehmen

- 3 Gute Arbeitsmittel passen sich dem Menschen an
- 4 Erkennen Sie mögliches Optimierungspotenzial
- 5 Unterstützung durch Ihren PREMIUM Partner

- 6–7 **1 Stehen**
- 8–9 Arbeitstische
- 10–11 Arbeitsplatzmatten

- 12–13 **2 Sitzen**
- 14–17 Industriestühle

- 18–19 **3 Montieren**
- 20–21 Arbeitsplatzsysteme

- 22–23 **4 Transportieren**
- 24–29 Transport- und Hubgeräte

- 30–31 **5 Heben und Bewegen**
- 32–35 Hebezeuge

- 36–37 **6 Akustik**
- 38–39 Stellwände, Raum-in-Raum-Systeme

- 40–41 **7 Büro**
- 42–43 Schreibtische, Bürostühle, Matten

Gute Arbeitsmittel passen sich dem Menschen an

Überall wo Menschen arbeiten, geht es um ideale Arbeitsbedingungen. Diese müssen unter gesundheitlichen, wirtschaftlichen und qualitativen Gesichtspunkten betrachtet werden. Die Anforderungen an diesen idealen Arbeitsplatz werden bislang leider noch zu oft als widersprüchlich empfunden.

Ergonomische Arbeitsplatzgestaltung nutzt den Menschen und den Unternehmen

Da kein Mensch gleich ist, sind ergonomische Arbeitsplätze individuell anpassbar. Höhenverstellbare Tische mit Memory-Funktion für individuelle Einstellungen sind dafür ein gutes Beispiel.

Die Mensch-Maschinen-Schnittstelle

Diese muss perfekt gestaltet sein, damit schnell, sicher und ergonomisch gearbeitet werden kann. Wichtig: Die Technik muss sich dem Menschen anpassen, nicht umgekehrt!

Demografischer Wandel

In Zeiten neu definierter Lebensarbeitszeiten und des Fachkräftemangels hat sich Ergonomie zum betriebswirtschaftlichen Argument entwickelt, wenn es um die Beschaffung von Arbeitsplatzlösungen in Produktion und Verwaltung geht. Wer ohne gesundheitliche Gefährdung arbeiten kann, kann seine Tätigkeit länger und mit weniger Ausfallzeiten ausüben.

Beispiele für technische Lösungen, die der Gesundheit dienen

Lassen Sie sich auf den folgenden Seiten zeigen, wie Sie die Arbeitsbedingungen Ihrer Mitarbeiterinnen und Ihrer Mitarbeiter verbessern können.

Das Institut für Gesundheit und Ergonomie

Unsere Leidenschaft ist es, Wissen und Freude über und an der Ergonomie zu vermitteln. Als Institut für Gesundheit und Ergonomie unterstützen wir die unterschiedlichsten Interessengruppen. Wir forschen, erarbeiten Studien, bilden aus, zertifizieren, sind Entwicklungspartner und Berater.

Das IGR ist Teil eines starken Netzwerks.

Ärzte, Physiotherapeuten, Wissenschaftler, Mitarbeiter des Betrieblichen Gesundheitsmanagements, Behördenvertreter, Produktentwickler und die Berater des qualifizierten Fachhandels, sie alle beschäftigen sich mit Gesundheit und Ergonomie.

Unser Institut hat seinen Sitz in Nürnberg und wurde Mitte der neunziger Jahre gegründet. Durch unsere Initiativen und Projekte unterstützen wir Unternehmen aktiv bei der Umsetzung ihres Unternehmensziels „Gesundheit“.

Zusammenarbeit mit der PREMIUM FORMAT GROUP

Vorliegende Broschüre ist Teil unserer Zusammenarbeit, die auch ein umfassendes Fortbildungskonzept für Fachberater inkludiert.

Die Gestaltung ergonomischer Arbeitsplätze beginnt mit einer guten Analyse und fundierter Beratung. Nutzen Sie die Chancen für Ihre Unternehmen und sprechen Sie Ihren Fachhändler an!

Herzlichst Ihr

Ralf Eisele

IGR Institut für Gesundheit und Ergonomie e.V.

Erkennen Sie mögliches Optimierungspotenzial

Erster Schritt: eine fundierte Analyse!

Eine Gefährdungsbeurteilung ist die Basis für alle möglichen Veränderungen am Arbeitsplatz, sie wird vom Arbeitsschutzgesetz vorgeschrieben. Neben dem Erkennen und Benennen der Gefährdungen ergibt sich daraus die Verpflichtung, diese aktiv zu vermeiden. Neben den Maßnahmen zur Abwendung unmittelbarer Gefährdungen wirken auch ergonomische Verbesserungen präventiv.

Um das Gesundheitsrisiko zu minimieren, steht den Verantwortlichen die Anwendung des sog.

„T.O.P.“ Modells zur Verfügung. Man spricht dabei von **Technischen**, **Organisatorischen** und **Persönlichen** Maßnahmen.

Ein Beispiel: Ein Mitarbeiter klagt über Rückenschmerzen auf seinem Bürostuhl.

Technische Maßnahmen

- Überprüfung der Mechanik, evtl. Reparatur
- Einstellung auf die individuellen Körpermaße
- Austausch des Stuhls durch ein besser geeignetes Modell

Organisatorische Maßnahmen

- Regelmäßige Arbeitsplatzanalysen und Begehungen
- Sicherstellen, dass die richtigen Betriebsanleitungen (z. B. über das Firmennetzwerk) verfügbar sind

Persönliche Schutzmaßnahmen

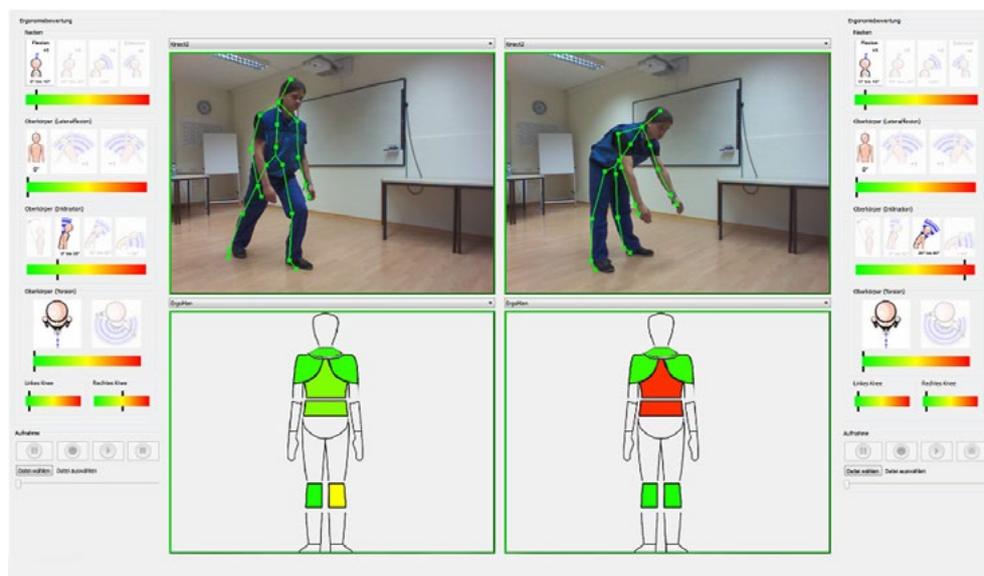
- Schulung des Mitarbeiters zur richtigen Einstellung seines Stuhles
- Schulung von Übungen zum verspannungsfreien Sitzen



Visuelle Methoden

Arbeitsplatzanalysen mit rechnergestützten Messverfahren können durch Visualisierungen den Handlungsbedarf sehr deutlich machen. Zum einen, um den Mitarbeitern sichtbare und damit gut nachvollziehbare Verbesserungsvorschläge zu machen (korrekte Einstellung der Arbeitsmittel, gesünderes Verhalten). Zum anderen als professionelle Grundlage zur Optimierung von Arbeitsprozessen.

Zusammen mit dem IGR stellt Ihr PREMIUM Partner verschiedene Methoden vor, die sowohl im Umfeld der industriellen Produktion als auch für die Verwaltung geeignet sind.



Zu hohe Belastungen werden durch eine Videoanalyse anschaulich



Professionelle Unterstützung durch Ihren PREMIUM Partner!

Zertifizierte Fachberater für Ergonomie

Individuelle Voraussetzungen, individuelle Lösungen. Bei Produkten, die eine spezielle ergonomische Eignung haben, gilt dies im besonderen Maße.

Als Unternehmer, die auch der Beratung verpflichtet sind, stehen wir hier in besonderer Verantwortung. Wir haben daher Fachberater für Ergonomie ausbilden und zertifizieren lassen. Nutzen Sie unser Know-how und optimieren Sie Arbeitsplätze in Ihrem Unternehmen. Weniger krankheitsbedingte Ausfälle, zufriedener Mitarbeiter und eine Optimierung von Prozessen sind die Folge. Ganzheitlich betrachtet steigert Ergonomie zudem die Effizienz Ihres Unternehmens.

Analyse. Planung. Umsetzung.

Als erfahrener Fachhändler der PREMIUM FORMAT GROUP leisten wir Vieles, um Ihre tägliche Arbeit zu vereinfachen. Wir beraten Sie und können Ihnen Produktlösungen anbieten, die das Beste aus den Sortimenten der führenden Betriebseinrichtungs-Hersteller beinhalten. Wir planen ergonomische Einrichtungen, Regalsysteme und Arbeitsplätze aller Art. Wir liefern und bauen auf. Ganz nach Ihrem Bedarf und Ihrem Wunsch. Sprechen Sie uns an.

Wir freuen uns auf Sie!



1 Stehen



Arbeit im Stehen

Sehr viele gewerbliche Arbeitsplätze erfordern eine stehende Tätigkeit, aus der heraus eine Vielzahl von zum Teil körperlich sehr anspruchsvollen Tätigkeiten erfolgt. Entscheidend aus ergonomischer Sicht ist, dass die Arbeitshöhe an die auszuführende Tätigkeit angepasst werden kann. Dadurch allein können zahlreiche Fehlbelastungen schon vermieden werden. Arbeitsqualität und -geschwindigkeit werden zudem gefördert.



Profi-Tipp: Wenn die gedrehten Handinnenflächen auf einer Höhe mit der Arbeitsfläche sind, hat der Tisch für viele Arbeiten eine gute Einstellung

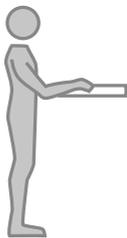
Empfohlene mittlere Höhe von festen Tischen

Körpergröße	Sitzplatzarbeit	Steharbeitsplatz
1,60 m	72 cm	90 cm
1,65 m	72,5 cm	95 cm
1,70 m	73 cm	100 cm
1,75 m	75 cm	102,5 cm
1,80 m	77 cm	105 cm
1,85 m	79 cm	107,5 cm
1,90 m	81 cm	110 cm

Die richtige Tischhöhe einstellen

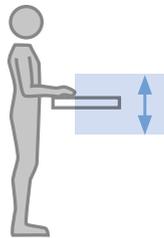
Die ideale Höhe orientiert sich an der Körpergröße (siehe Tabelle links). Diese ist ein erster Richtwert. Durch unterschiedliche Körpergrößen und Tätigkeiten ist der Einsatz von höhenverstellbaren Tischen in vielen Bereichen sehr sinnvoll, um ergonomisch ungünstige Körperhaltungen und damit Fehlbelastungen zu vermeiden.

Die Tätigkeit bestimmt die genaue Arbeitshöhe (Beispiel für 180 cm große Menschen)



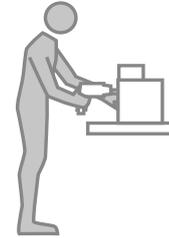
Arbeitshöhe 120 – 150 cm
Tischhöhe 120 – 150 cm

Genaueres Arbeiten mit geringem Sehabstand, z. B. Montage kleiner Bauteile. Arbeitshöhe circa 5–10 cm über Ellenbogenhöhe.



Arbeitshöhe 95 – 120 cm
Tischhöhe 90 – 115 cm

Normale Montage- oder Packtätigkeit: Besonders von Vorteil ist eine elektrische Höhenverstellung, um optimal auf die Werkstückgröße zu reagieren.



Arbeitshöhe 90 – 115 cm
Tischhöhe 75 – 105 cm

Tätigkeit, die höheren Kraftaufwand erfordert, z. B. Werkzeugeinsatz.

Quelle: BAuA – Bundesanstalt für Arbeitsschutz und Arbeitsmedizin



Bewegung hilft

Speziell abgestimmte Arbeitsplatzmatten erleichtern das Stehen auf harten Böden, die Gelenke werden entlastet. Durch die Elastizität des Mattenmaterials wird der Fuß zu Ausgleichsbewegungen stimuliert, was die Blutzirkulation anregt. Gleichzeitig wird das Gewicht ungleichmäßig auf beide Beine verteilt, was ständige Impulse zur Bewegung und damit zu vermehrten Haltungswechseln liefert. Beides wirkt sich positiv auf den Körper aus.

Arbeitstische



Die ANKE Arbeitstische der LIFT Serie sind elektrisch höhenverstellbar bei einer Belastung von bis zu 600 kg bei flächenverteilter Last

Mit LIFT Arbeitstischen zum Erfolg

Darin sind sich die Experten einig: Mitarbeiter müssen sich an ihrem Arbeitsplatz wohlfühlen und diesen selbst mitgestalten können. In der Arbeitsplatzgestaltung hat das oberschwäbische Traditionsunternehmen ANTON KESSEL GmbH, besser unter der Marke ANKE bekannt, jahrzehntelange Erfahrung.



Intelligente Details, die sich im Alltag bewähren

- Ein Unterbauschrank für Schubladen fährt mit der Tischplatte und bietet mehr Fußfreiheit
- Die Schubladen mit Vollauszug gewähren bequemen Zugriff, ohne sich bücken zu müssen
- Maximale Tragkraft pro Schublade: 100 kg
- Einzelauszugssperre
- Die hohe Stabilität der ANKE LIFT Arbeitstische wird durch eine Rückwand erzeugt, die gleichzeitig maximale Kniefreiheit bedeutet, vergleichbar mit einem Büro-Arbeitstisch

Systematisch ausbaubar

Das Zubehörprogramm des LIFT Arbeitstisches von ANKE erweitert die Anwendungsmöglichkeiten und steigert den ergonomischen Nutzen, da eine an den Greifzonen orientierte Platzierung von Arbeitsmitteln ermöglicht wird.

- Ablagen, neigungsverstellbar
- Ablagetablare mit Gelenkarmen
- Aufbaustützen
- Ausleger
- Einhängewannen
- Energiekanäle für Strom, Netzwerk und Druckluft
- Gehäuse mit Kippbehältern
- Geräteträgerschienen
- Halteschienen
- Leuchten
- Monitorhalter mit Lochwandbefestigung oder mit Gelenkarm
- Ordnerhalter
- Schrägablagen
- Sichttafelhalter
- Systemlochwände



Durch Erweiterungsoptionen wird aus der soliden Werkbank ein Systemarbeitsplatz

Grundsolide Qualität

Die neuen LIFT Arbeitstische sind mit einem elektromotorischen Spindelhubsystem ausgestattet. Die Arbeitshöhe kann stufenlos von 740 bis 1140 mm per Knopfdruck angepasst werden. Die Größe der zu bearbeitenden Werkstücke bzw. die Größe der Mitarbeiter/innen kann also immer berücksichtigt werden. Zudem ist ein ergonomisch wertvoller Wechsel zwischen stehender und sitzender Tätigkeit problemlos möglich.

Die beiden Hubsäulen werden über ein U-förmiges Rückenblech ausgesteift und gewähren dem Gesamtsystem die Stabilität und Standfähigkeit einer soliden Werkbank. Bis zu zwölf Hubsäulen können synchron in der Höhe eingestellt werden. Dies ermöglicht auch im Ausbildungsbereich, bei häufig wechselnden Klassen, interessante ergonomische Arbeitsplatzlösungen.

Ergonomie ist kein Luxus

... sondern eine sinnvolle Investition in die Gesundheit und Zufriedenheit der Mitarbeiter. Darüber hinaus fordert das Arbeitsstättengesetz (§ 3 Absatz 1 ArbStättV):

(1) Bei der Beurteilung der Arbeitsbedingungen nach § 5 des Arbeitsschutzgesetzes hat der Arbeitgeber zunächst festzustellen, ob die Beschäftigten Gefähr-

dungen beim Einrichten und Betreiben von Arbeitsstätten ausgesetzt sind oder ausgesetzt sein können. Ist dies der Fall, hat er alle möglichen Gefährdungen der Sicherheit und der Gesundheit der Beschäftigten zu beurteilen und dabei die Auswirkungen der Arbeitsorganisation und der Arbeitsabläufe in der Arbeitsstätte zu berücksichtigen.

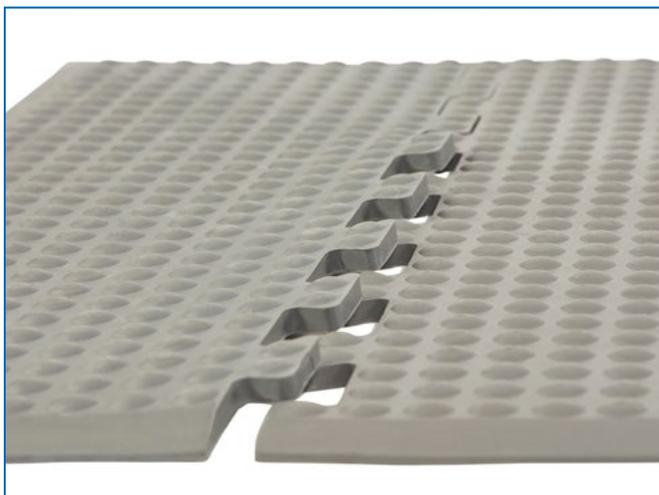
Matten



Arbeitsplatzmatten bieten bei jeder Tätigkeit im Stehen einen ergonomischen Nutzen

Die besten Standpunkte für ergonomisches Arbeiten

Arbeitsplatzmatten von MILTEX sind eine exzellente Grundlage für einen gesunden Arbeitsalltag. YOGA FLEX BASIC, zum Beispiel, ist der Länge nach uneingeschränkt erweiterbar und daher besonders für den Einsatz in der Industrie an langen Montagestraßen geeignet.



Einzelne Mittel- und Endstücke der YOGA FLEX BASIC können einfach ineinander gesteckt und ergänzt werden



Eigenschaften der YOGA FLEX BASIC

- Die Luftkammern der Unterseite sorgen für Ergonomie
- Durch Noppen entstehende Elastizität stimuliert die Füße und regt die Blutzirkulation an
- Temperaturbeständigkeit von -30 °C bis $+60\text{ °C}$
- Allseitig abgeschrägte Seitenränder verringern das Stolperrisiko
- Kosteneffizient und nachhaltig, da verschlissene Elemente einzeln austauschbar sind

Technische Angaben:

- $80\text{ cm} \times 70\text{ cm}$ (Mittelstück)
- $80\text{ cm} \times 30\text{ cm}$ (Endstück)
- $60\text{ cm} \times 90\text{ cm}$ (Einzelmatte)
- Stärke: 13 mm
- Gewicht: 11 kg/m^2
- Härte: $50^\circ \pm 5\text{ Shore A}$
- Oberfläche: Rundnoppen, geschlossen
- Material: 100 % Naturkautschuk (NR)

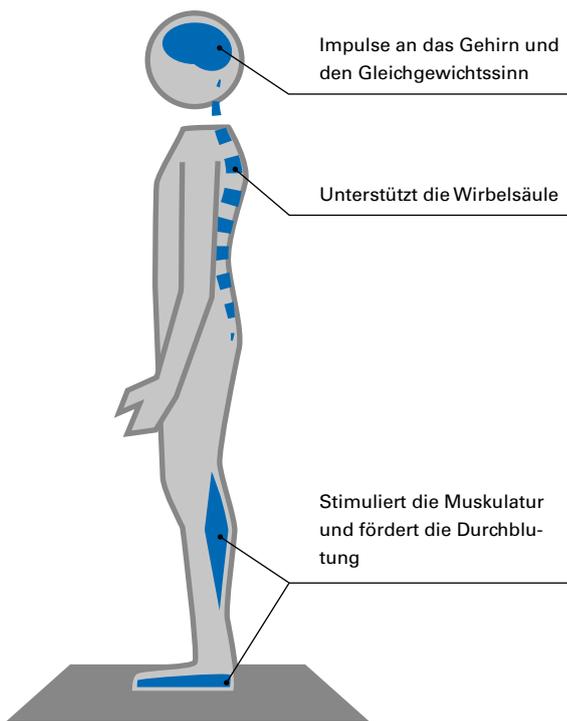
Bewegung fördert einen gesunden Rücken

Eine kräftige Muskulatur stützt den Körper

Das Arbeiten im Stehen ist nur mit einer guten Haltung auf Dauer gesund. Eine trainierte Muskulatur schützt vor Fehlhaltungen und Überbelastungen.

Tägliches Training durch Arbeitsplatzmatten

Weiche Untergründe regen zu kontinuierlichen Haltungswechseln an, die unter anderem die Blutzirkulation und den Muskelaufbau in Rücken und Bauch fördern.



Große Auswahl an Matten für unterschiedlichste Anwendungen

MILTEX verfügt über ein umfassendes Know-how und bietet europaweit das breiteste Sortiment in den Bereichen ergonomischer und rutschsichere Arbeitsplatz- und Tischmatten. Damit sind für alle Branchen und Anwendungen optimale und funktionale Lösungen lieferbar.

Anwendungsbeispiele für Arbeitsplatzmatten:

- Steh- und Sitzarbeitsplätze im Büro
- Kommissionier- und Packplätze
- Maschinen- und Schweißarbeitsplätze
- Regale, Werkzeugschubladen und Werkbänke
- Fließbänder und Montagebereiche
- Elektromontage und ESD-Arbeitsplätze

Die Propriozeption

Diese Selbstwahrnehmung ist ein Zusammenspiel von Rezeptoren in unserem Körper und dem Gehirn. Durch dieses System nehmen wir die aktuelle Haltung unseres Körpers wahr und steuern diese.

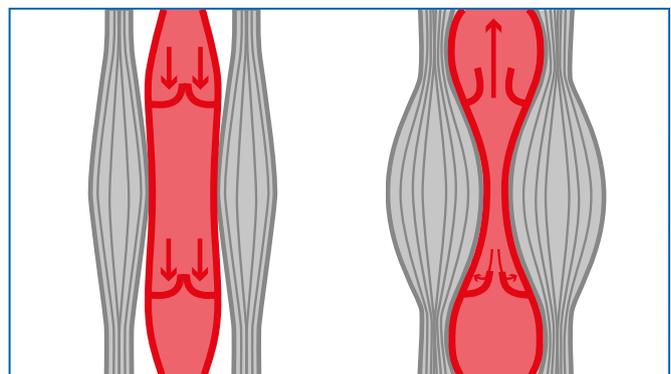
Propriozeptives Training

Dies sind Übungen, die das Körperempfinden, die Koordination und Bewegungsabläufe verbessern.

- Erhöhung der Reaktionsfähigkeit des Körpers
- Stabilisierung der Gelenke
- Steigerung der Leistungsfähigkeit
- Vorbeugung von Stürzen und Verletzungen
- Training des Zusammenspiels der unterschiedlichen Muskeln

Arbeitsplatzmatten trainieren den Körper jeden Tag!

Durch die instabile Unterlage wird das Gewicht ungleichmäßig auf beide Beine verteilt, was ständige Mikrobewegungen der Füße auslöst. Damit wird die ungesunde, statische Haltung des reinen Stehens unterbrochen, ohne die Konzentration des Mitarbeiters negativ zu beeinträchtigen. Das elastische Material und die profilierte Beschaffenheit der Matte beschäftigen die Muskulatur ständig mit Ausgleichsbewegungen, was zu einer verbesserten Koordination und zu einem ausgeprägteren Gleichgewichtssinn führt.



Arbeitsplatzmatten sorgen für die Kontraktion der Muskulatur. Das reguliert den Blutkreislauf, indem es die gesunde Venenfunktion unterstützt

2 Sitzen



Richtig sitzen hält gesund

Ob in der Produktion, im Labor oder im Reinraum. Jeder Einsatzzweck hat seine spezifischen Anforderungen und muss spezielle Vorschriften erfüllen.

An Produktionsarbeitsplätzen wird oft im Schichtbetrieb gearbeitet. Aus ergonomischer Sicht ist deshalb vor allem entscheidend, dass sich ein passender Arbeitsstuhl an die unterschiedlichen Benutzer anpassen lässt und wechselnde Sitzhaltungen ermöglicht.

Die Bedienung eines Stuhls muss leicht und nachvollziehbar sein. Denn die Funktionen eines Stuhls sind nur dann gut, wenn sie richtig genutzt werden! Daher muss jeder Nutzer eine Einweisung auf seinen Stuhl erhalten. Die dazu gehörenden Bedienungsanleitungen sollten immer erreichbar sein!

Die Abmessungen und Verstellbereiche von Arbeitsdrehstühlen sind in der DIN 68877 definiert.

Richtig sitzen am Industriearbeitsplatz

Rückenlehnegegendruck

Die Rückenlehne sollte immer im Kontakt mit dem Körper bleiben. Sie muss individuell auf das persönliche Körpergewicht eingestellt werden.

Der Oberkörper wird dann von der Rückenlehne in Balance gehalten.

Das ideale Sitzgefühl lässt sich so beschreiben: Man fühlt sich weder aus dem Sitz herausgedrückt, noch droht man nach hinten wegzukippen. Siehe auch **Seite 41**.

Profi-Tipp: Auch eine Stehhilfe kann an vielen Arbeitsplätzen ein sinnvoller Kompromiss zwischen Sitzen und Stehen sein!



Dynamisches Sitzen

Eine wechselnde Sitzhaltung ist empfehlenswert, um eine gleichförmige Dauerbelastung des Halteapparates (Rücken- und Bauchmuskulatur, Wirbelsäule) zu vermeiden. Darüber hinaus wird der Ermüdung der Muskelgruppen entgegengewirkt. Ein guter Arbeitsstuhl ermöglicht daher dynamisches Sitzen.

Stuhl: FORMAT



Die nach oben verjüngte Rückenlehne des FORMAT Stuhls sorgt für mehr Bewegungsfreiheit

Ein Stuhl für alle Industrie-Arbeitsplätze

Der FORMAT Arbeitsstuhl eignet sich für sehr viele Einsatzgebiete. Er ist robust, langlebig, bequem und leicht einstellbar. Das macht ihn besonders ergonomisch. Er besticht mit klugen Details und einem gleichsam robusten und komfortablen Polster, das auch längeres Sitzen angenehm gestaltet.

Multifunktionsgriff mit Haken und Beschriftungsfeld:

- Soft Grip, haptisch angenehm und gut zu greifen
- Beugt Verschmutzungen der Polster vor
- Der Haken schafft Ordnung am Arbeitsplatz (für Jacke, Beutel, Rucksack usw.)
- Beschriftungsfeld zur eindeutigen Identifizierung des Stuhls: Unternehmensbranding, Bereichszuordnung, Personalisierung usw.

format
professional quality



Supertec-Polster für höchste Beanspruchungen

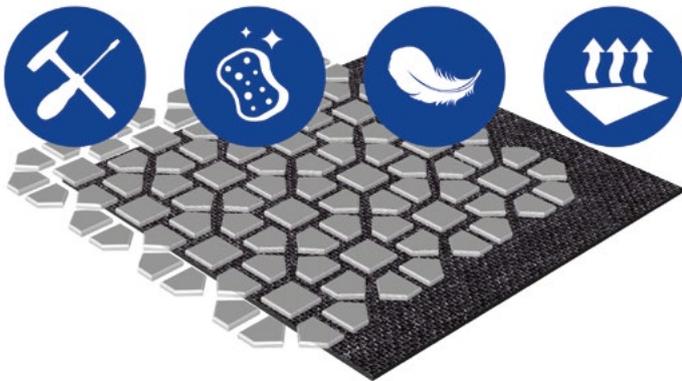
Der FORMAT Arbeitsstuhl ist dank seines Sitz- und Rückenpolsters mit Supertec-Bezug einzigartig. Das Material ist so robust wie Integralschaum und so komfortabel wie Stoff. Er ist besonders abrieb- und schnittfest, sodass er auch starker Beanspruchung widersteht.

robust dank
Mikropanzerung

reinigungs-
freundlich

weich und
komfortabel

atmungsaktiv



Einstellung und Ergonomie

- Sitzhöhe mit großem Verstellspektrum
- Permanentkontakt-Rückenlehne
- Rückenlehnenhöhenverstellung
- Einfach und intuitiv bedienbar
- Ergonomisch geformte Sitz- und Rückenpolster

Der FORMAT Arbeitsstuhl ist durch verschiedene Ausführungen und optionales Zubehör an individuelle Bedürfnisse anpassbar

Stuhl: NEON



Der NEON Arbeitsstuhl vereint Ergonomie mit einem attraktiven Design

Ergonomie und Design perfekt vereint: der NEON

Was bislang nur dem Bürostuhl vorbehalten war, ist nun auch für den Arbeitsstuhl verfügbar: beste Körperunterstützung und ein hervorragendes Sitzklima. Dabei ist der NEON außerordentlich robust, extrem anpassungsfähig und sehr bequem. Verantwortlich für diesen Komfort ist vor allem seine körpergerechte Polsterausformung. Er besteht aus dem Stuhlelement und dem Polsterelement. Beide sind beliebig kombinierbar und extrem leicht austauschbar, was bei einem Nutzungswechsel des Stuhls oder Verschleiß eines Polsterelements sehr von Vorteil ist. Dies macht den NEON auch zu einer besonders wirtschaftlichen Lösung.

bimos



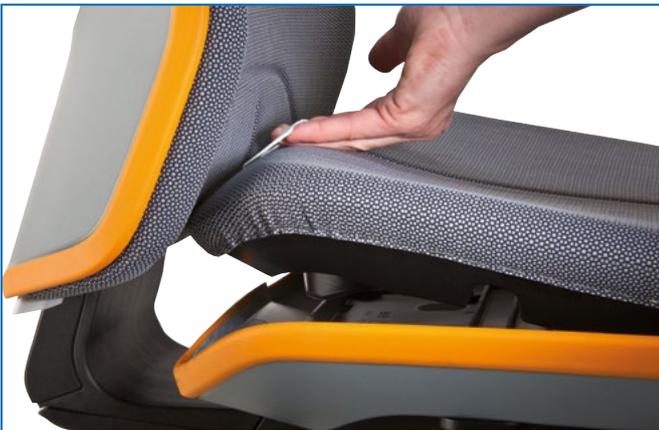
Die vielen Anpassungsmöglichkeiten sind gut erkennbar und intuitiv nutzbar

Ergonomie durch Anpassbarkeit

So unterschiedlich die Menschen und die Arbeitsplatzanforderungen sind, so vielfältig sind die Varianten und die Anpassungsmöglichkeiten des NEON Arbeitsstuhls. Egal, ob er an hohen oder niedrigen Arbeitsplätzen zum Einsatz kommt, ob er Gleiter oder Rollen hat oder ob ein Spezialist für Produktions-, ESD- oder Labor-Arbeitsbereiche gesucht ist. Der NEON ist durch seinen hohen Sitzkomfort und das attraktive Design in jedem Fall Ergonomie in bester Form.



Der NEON ist in verschiedenen Grundmodellen lieferbar



Die Polster Elemente lassen sich mit einem Handgriff austauschen



Vier Flexband-Farben stehen zur Verfügung: Grün, Orange, Blau und Grau

Wählen Sie das perfekte Polster für Ihren Bedarf



Stoff-Polster

Atmungsaktiv. Strapazierfähig.
Weich und komfortabel



Kunstleder-Polster

Abwaschbar und pflegeleicht.
Unempfindlich gegen Öle und
Desinfektionsmittel. Weich und
bequem



Integralschaum-Polster

Extrem robust und langlebig.
Widersteht mechanischen
Einflüssen. Resistent bei Fun-
kenflug. Unempfindlich gegen
leichte Säuren und Laugen



Supertec-Polster

Atmungsaktiv. Sehr wider-
standsfähig, schnittfest,
rutschfest, reinigungsfreundlich.
Komfortabel, weich und bequem

3 Montieren



Montagearbeitsplatz und Materialbereitstellung

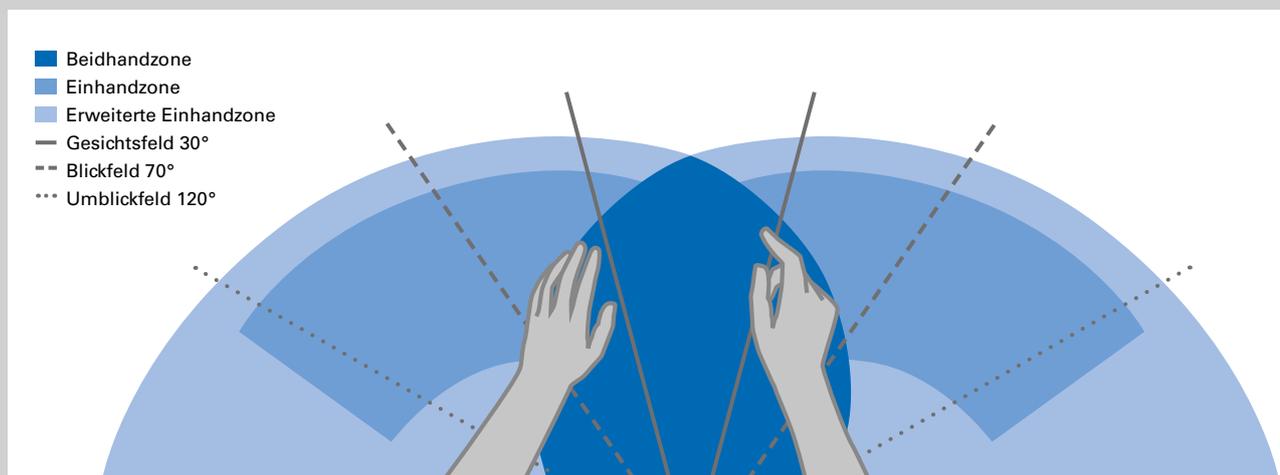
Moderne Montage- und Packarbeitsplatzsysteme bieten sehr viele Variationsmöglichkeiten. Dadurch lassen sich diese einfach an laufende Prozesse anpassen. Neben der Zeitoptimierung und der Qualitätssicherung der Abläufe steht der Aspekt der Ergonomie im Vordergrund. Vorteile, die messbar sind: Durch die Individualisierbarkeit aller Komponenten ist ein hoher Anpassungsgrad an die

unterschiedlichen Körpermaße der eingesetzten Mitarbeiter möglich, z. B. beim Schichtwechsel durch eine elektrische Höhenverstellung der Tische. Die praxisgerechte, schnelle Anpassung an die unterschiedlichen Tätigkeiten sorgt für Entlastung und entspannteres Arbeiten, was letztlich auch der Motivation der Mitarbeiter zugutekommt.

Alles an seinem Platz – der Greifraum bestimmt die Anordnung der Arbeitsmittel

Der Greifraum markiert den Bereich, in dem die Tätigkeiten sinnvoll ausgeführt werden können: Montieren, Verpacken, Eingaben über die Tastatur oder

das Bewegen einer Computermaus. Dabei sollen alle Arbeitsmittel mit aufgerichtetem Oberkörper und ohne Drehung des Rumpfes bequem erreichbar sein.



Greifraum, bezogen auf eine durchschnittliche Tiefe von 300 – 400 mm und eine Breite von ca. 1500 mm

Beidhandzone – im Gesichtsfeld (30°)

Zentraler Arbeitsbereich für das Werkstück
Für Montagearbeiten, Werkzeuggebrauch

Einhandzone – im Blickfeld (70°)

Erweiterter Arbeitsbereich für Bereitstellung von
sehr häufig benötigtem Material, Ablage

Erweiterte Einhandzone – im Umblickfeld (120°)

Noch nutzbare Zone für die Bereitstellung von
weniger häufig benötigtem Material, Ablage
Achtung: Bei zu intensiver Nutzung dieser Zone
durch viele Wiederholungen oder schwere Gewichte
droht eine Überbelastung des Körpers

So arbeiten Sie richtig am Steharbeitsplatz

- Verwenden Sie möglichst höhenverstellbare Arbeitstische
- Die maximale Greifraumhöhe für häufig benötigte Materialien sollte nicht über Herzhöhe liegen
- Ermöglichen Sie einen regelmäßigen Wechsel bei Be- und Entlastungen und bei Haltungsmustern
- Eine vorgeneigte Haltung des Oberkörpers ist auf Dauer zu stark belastend
- Bei Arbeit mit einem Bildschirm sollte dieser nicht zu hoch montiert werden, sonst besteht die Gefahr des Überstreckens des Nackens
- Die Handgriffe sollen in mittlerer Dehnstellung der Handgelenke möglich sein

Systemtische



Ergonomie mit System: multi4easy mit Kugelrollenband und Recycling-Auszug

OTTOKIND
ZUKUNFT EINRICHTEN

Prävention lohnt sich

In Zeiten von globalem Wettbewerb, demografischem Wandel und Fachkräftemangel ist Ergonomie ein wichtiger Erfolgsfaktor. Produktionsausfallkosten von 85 Milliarden Euro in Deutschland zeigen den Handlungsbedarf für gezielte Prävention.

Eine sichere Investition in Arbeitskraft und Produktivität

Ergonomische Arbeitsplatzsysteme von OTTOKIND leisten einen wichtigen Beitrag, damit Arbeitnehmer langfristig gesund, leistungsfähig und motiviert bleiben. Für Unternehmen bedeutet das im Ergebnis: größere Produktivität, höhere Qualität der Arbeit und Kostensenkung durch geringere Ausfallzeiten. Eine Investition in die Zukunft, die sich schnell auszahlt.

Lösungen vom Experten

Hochfunktionelle Montagearbeitsplätze und Werkstücke sind Teil eines modularen Systems mit frei konfigurierbaren Bausteinen und kommen daher im gesamten industriellen Umfeld zum Einsatz. In den Ergonomielösungen von OTTOKIND stecken das breite Know-how und die langjährige Erfahrung des deutschen Betriebseinrichtungsspezialisten.

Produktivität durch passgenaue Prävention

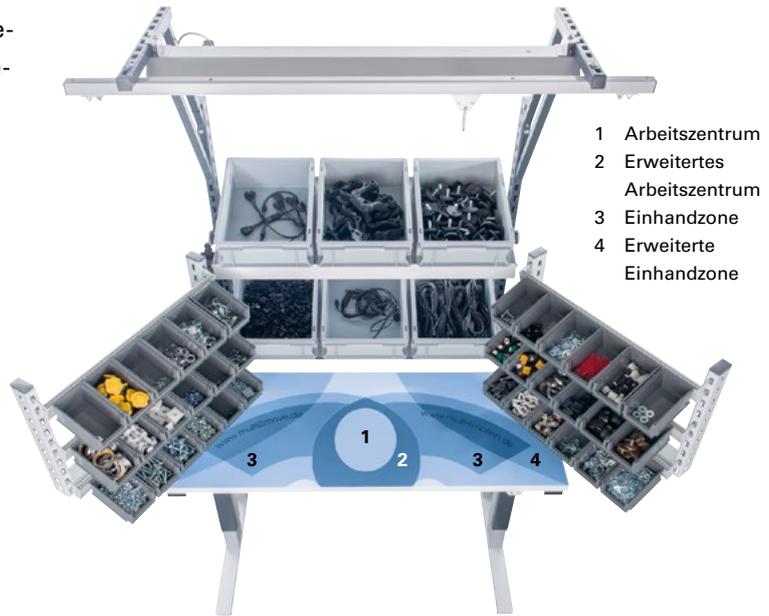
Die OTTOKIND Arbeitsplatzsysteme bieten eine passgenaue Ausrichtung des Arbeitsplatzes an die Funktionsparameter der menschlichen Körpermaße, der Greifweite und der Reichweiten einer Person. Ein durchdachtes Baukastensystem gewährleistet schnelle Rüstzeiten und eine projektbezogene Bestückung für optimale Arbeitsabläufe.

Ergonomie am Arbeitsplatz von OTTOKIND

Arbeitsplatzsysteme, die sich anpassen: an die Beweglichkeit und die Körpergröße der Teammitglieder – und selbstverständlich an die unterschiedlichen Aufgaben innerhalb der Produktion.

- Beleuchtungssysteme
- Energie- und Druckluftversorgung
- ESD-leitfähige Arbeitsplätze
- 360°-Schwenkarme
- Schwerlastmontageplatz bis 2 t
- Integration von Waagen und Vorrichtungen
- Zuführungssystem und Bereitstellungswagen
- Akustiklösungen

Durch die Verkettung verschiedener Arbeitsplatzsysteme kann der Produktivitätsgrad weiter gesteigert werden.



Ergonomischer Arbeitstisch mit Greifzonen-Übersicht

Hauptgründe für Fehlzeiten

Viele gesundheitliche Probleme von Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern stehen zu einem hohen Prozentsatz in Zusammenhang mit unzureichender Ergonomie am Arbeitsplatz. So waren die meisten Fehlzeiten im Jahre 2019, nämlich 22,5 %, auf Erkrankungen des Muskel-Skelett-Systems zurückzuführen.

Gesundheitliche Probleme

Davon im Zusammenhang mit dem Arbeitsplatz

37,1 %	Rückenschmerzen	74,7 %
35,4 %	Verspannungen, Verkrampfungen	80 %
30,1 %	Müdigkeit, Erschöpfung	69,6 %
25,4 %	Gelenkschmerzen	60,5 %
24,6 %	Kopfschmerzen	53,7 %
23,4 %	Schlafstörungen	64,3 %
22,4 %	Nervosität, Unruhe	74,3 %

(Quelle: WIdO/AOK)



Die Tischhöhe lässt sich durch das integrierte Bedienfeld schnell anpassen. Mit der **Memory-Funktion** speichern wechselnde Mitarbeiter ihre individuelle Tischhöhe ab.



Der Recycling-Auszug bietet bei Bedarf eine bequem erreichbare Entsorgungsmöglichkeit, die zudem herumstehende Abfallbehälter erübrigt.

Nicht nur als Stehtisch nutzbar: der multi4easy in Sitzhöhe

4 Transportieren

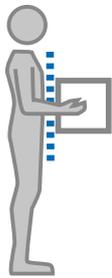


Handhabung von Lasten mit den passenden Transportgeräten

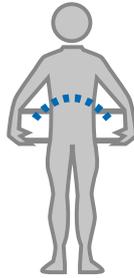
Die Lastenhandhabungsverordnung fordert vom Arbeitgeber, geeignete Maßnahmen zu treffen oder geeignete Arbeitsmittel einzusetzen, um manuelle Lastenhandhabungen, die eine Gefährdung für die Gesundheit der Beschäftigten in sich bergen, zu vermeiden. Wo manuelles Handhaben von Lasten durch Personen unverzichtbar ist, kommt der Analyse und Bewertung der Arbeitsplätze

im Hinblick auf die Auswahl geeigneter Arbeitshilfen eine große Bedeutung zu. Insbesondere im Bereich der handwerklichen und industriellen Serienproduktion mit regelmäßig wiederkehrenden Arbeitsabläufen sind weitreichende technische Gestaltungslösungen vorhanden, um Fehlbelastungen zu vermeiden.

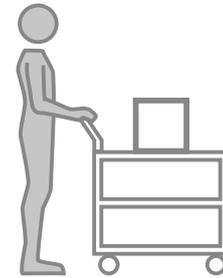
Belastung und Beanspruchung



Lasten immer nahe am Körper tragen



Einseitige Belastungen vermeiden – beidseitig tragen



Für längere Transportstrecken Hilfsgeräte benutzen

Belastung und Beanspruchung

Jede Last beansprucht Menschen höchst unterschiedlich. Was einen trainierten Menschen wenig belastet, kann für den weniger kräftigen Kollegen eine zu hohe Beanspruchung sein. Besonders wenn Vorerkrankungen vorliegen, die zu einer Beeinträchtigung der persönlichen Leistungsfähigkeit führen.

Bei der Wahl der technischen Hilfsmittel sind daher die individuellen, körperlichen Voraussetzungen der Mitarbeiter zu berücksichtigen.

Anforderungen der Lastenhandhabung

Die richtigen Transportgeräte unterstützen die Handhabung unterschiedlicher Lasten.

Zu klären ist:

- Welche Kräfte müssen beim Anfahren oder Stoppen aufgewendet werden?
- Welche Kraft muss bei der laufenden Bewegung, beim Ziehen oder Schieben aufgewendet werden?
- Wie exakt müssen die Lasten beim Steuern und Rangieren positioniert werden?



Wenn Gegenstände ohne Hilfsmittel transportiert werden, ist die Körperhaltung entscheidend. Hier drei Beispiele, wie man es richtig macht

Hubwagen



Mit einem elektronischen Gabelhubwagen können schwere Lasten ohne Belastung des Körpers bewegt werden

Ein elektrischer Antrieb entlastet die Arme und den oberen Rücken

Im Gegensatz zu einem rein manuellen Hubwagen kann unser Modell mit Elektroantrieb den Transport von palettierten Gütern im innerbetrieblichen Bereich deutlich körperschonender gestalten.

Die notwendigen Kräfte für das Anfahren, Abbremsen und Rangieren sind wesentlich niedriger.

- Besonders kompaktes, geräuschreduziertes Modell
- Tragfähigkeit 1200 kg
- Stufenlos regelbare Fahrgeschwindigkeit
- Entnehmbarer Li-Ion Akku (36 Volt, 10,4 V/Ah)
- Ladezeit ca. 2,5 Stunden
- An jeder 230 V Steckdose aufladbar



Der entnehmbare Akku gestaltet das Aufladen besonders flexibel

Die solide Verkleidung der Antriebsrollen schützt die Füße vor dem Überfahren

Befördert auf Greifposition

Wenn das Be- oder Entladen einer Palette ohne Bücken ermöglicht wird, schont dies den Rücken, da auf den Körper ungünstig wirkende Kräfte vermieden werden. Mit Scherengabelhubwagen können Paletten immer auf eine Höhe gestellt werden, die die Arbeit erleichtert.



Elektrischer Scherengabelhubwagen

- Ergonomisches Design
- Schwere Lasten durch den elektrischen Antrieb auch ohne Muskelanstrengung in die benötigte Arbeitshöhe bringen
- Verstärkte Handdeichsel mit gummierten Griffen
- Sicherer Stand durch Zusatzstützen bei angehobener Gabel
- Hubzeit bei Nennlast: 19 Sekunden, ohne Last: 11 Sekunden
- Lenkräder und Lastrollen mit Polyurethanbelägen
- Laden über 230V Stecker, kein Ladegerät notwendig
- Hublast 1000 kg

Scherengabelhubwagen

- Sicheres Anheben, Verfahren und Bereitstellen für Lasten bis zu 1000 kg
- Zusatzstützen bei angehobenen Gabeln
- Zweistufiger Hubzylinder. Kein Risiko hinsichtlich Undichtigkeit und plötzlichem Ablassen der Last. Serienmäßig mit Überlastventil
- Komfortable Handhabung durch ergonomisch verstärkte Handdeichsel mit gummierten Griffen.
- Quicklift-Funktion für doppelte Hubgeschwindigkeit bei geringen Lasten



Lenkräder und Lastrollen mit besonders belastbarer Polyurethanbereifung

Hebegeräte



Der Behälterneiger Logitrans LT-TE erlaubt eine Entnahme von Produkten aus Gitterboxen ohne Bücken

Ergonomische Hebegeräte seit 1940

LOGITRANS stellt als Spezialist für „Lifting Performance“ ein besonders umfangreiches Sortiment an ergonomischen Hebe- und Transportgeräten her. Ziel ist, Güter effizient und ergonomisch richtig zu bewegen. Auch mit kundenspezifischen Sonderlösungen trägt LOGITRANS zur Leistungssteigerung bei!



Hochhubwagen



Elektro-Gabelhubwagen



Multi-Fasskipper

Schwere Lasten mit Leichtigkeit bewegen

Der LOGITRANS LT-TE ermöglicht, eine Kiste oder eine Gitterbox zu heben und zu kippen, sodass der Bediener ohne Bücken oder Strecken problemlos zum Boden der Kisten gelangen kann. Egal, ob in sitzender oder stehender Arbeitsstellung, der Bediener hat immer eine ergonomisch korrekte Haltung.

Die Deichsel hat einen ergonomisch richtigen Greifwinkel und gewährt dem Anwender ein entspanntes Bedienen. Der Kippwinkel ist von 1 bis 89° einstellbar. Bei dem eingestellten Kippwinkel bleibt der LT-TE dann immer wieder stehen.

Der LT-TE ist sehr kompakt und lässt sich dadurch ohne Probleme zwischen Maschinen, Förderbändern usw. einsetzen



Die Tragkraft beträgt 1000 kg, die Gabel lässt sich bis zu 90° kippen, und die Arbeitshöhe kann zwischen 750 und 950 mm eingestellt werden. Außerdem lässt sich die Deichsel zur Seite drehen, sodass die Öffnung des Behälters frei zugänglich ist.

Der LT-TE hat eine elektrische Hub- und Kippfunktion und ist speziell für Einsatzsituationen ausgelegt, bei denen täglich häufige Hebe- und Kippvorgänge anfallen. Das Gerät lässt sich besonders leicht manövrieren, weil das Lenkrad direkt mit der Deichsel verbunden ist.

Er ist auch mit Breitspur-Fahrgestell erhältlich, wodurch auch geschlossene Paletten gehoben und gekippt werden können.

- Inklusive kabelgebundener Fernbedienung für die Kippfunktion
- Niedriges Eigengewicht
- Fußschutz an den Rädern

Positionskontrolle mit sehr einfacher Programmierung

Eine konstante Arbeitshöhe bei der Arbeit mit Gütern bedeutet eine große Erleichterung für den Rücken und die Schultern des Anwenders.

Die LOGITRANS Positionskontrolle kann entweder die Gabel senken, wenn die Palette beladen wird, oder sie heben, wenn die Palette entladen wird. Die Positionskontrolle hält mit Hilfe eines Sensors die Gabel stets auf der eingestellten Arbeitshöhe, was dem Anwender während des ganzen Lade- oder Entladevorgangs eine ergonomisch korrekte Arbeitshaltung ermöglicht. Die Positionskontrolle lässt sich auf zahlreiche LOGITRANS Wagen montieren bzw. nachrüsten.

Eine automatische Sicherheitsfunktion gewährleistet, dass die Positionskontrolle an einem Deichselstapler nur im gebremsten Zustand verwendet werden kann. Eine blinkende Signallampe macht darauf aufmerksam. Für den Fußschutz ist die Positionskontrolle außerdem mit einem Sicherheitsschalter versehen, der genügend Platz zwischen Palettenunterkante und Boden sicherstellt.

Die Positionskontrolle trägt zu einem ergonomisch korrekten Arbeitsplatz bei. Sie ist ideal für Unternehmen, in denen Waren von Hand auf Paletten gestapelt werden.



Scherengabelhubwagen mit Positionskontrolle



Die Bedienung der Positionskontrolle erfolgt intuitiv über ein Modul, in dem auch der Sensor integriert ist

Transportgeräte



Ein Aufsetzrahmen auf einem Fahrgestell ermöglicht eine ergonomisch günstige Greifposition beim Be- und Entladen

Effiziente und ergonomisch günstige Intralogistik

Das Programm von FETRA bietet zahlreiche Lösungen für den innerbetrieblichen Transport von Lasten. Die Berücksichtigung von ergonomischen Aspekten gewinnt dabei immer mehr an Bedeutung. Leichte Bedienbarkeit, geringe Rollwiderstände und vor allem rückschonende Greifhöhen werden bei der Konstruktion der Produkte konsequent berücksichtigt.

Umfassendes Programm für Tischwagen

- Multifunktionales Baukastensystem
- Im Rahmen liegende Holzwerkstoffplatten oder Stahlblech-Ladeflächen
- Räder mit TPE-Bereifung
- Naben mit Rillenkugellager
- Zahlreiche Größen und Anbauteile lieferbar



Der Tischwagen transportiert Material in optimaler Greifhöhe

fetra[®]
Transportgeräte



Die bündige Ladefläche erübrigt ein zusätzliches Heben von schwerem Material

Einfach ergonomisch: Paletten-Fahrgestelle mit Aufsetzrahmen

Materialien auf Paletten oder in Gitterboxen werden oft in Bodennähe transportiert. Werden einzelne Güter dann händisch zur Weiterverarbeitung benötigt, erweist sich die Griffhöhe als wenig ergonomisch.

Die Aufsetzrahmen von FETRA machen die Arbeit mit Paletten-Fahrgestellen effizienter und ergonomischer:

- Fahrgestelle in vier Größen und fünf Tragfähigkeiten
- Aufsetzrahmen in drei Höhen, mit Fangecken
- Äußerst robuste Stahlrohr-Konstruktion mit kräftigen Verbindungsklauen
- Vier verschiedene, hochwertige Radausstattungen für jede Anforderung
- Sinnvolles Zubehör wie Schiebebügel oder Deichsel- und Kupplungssysteme



Hochwertige Räder ermöglichen auch im beladenen Zustand einen Transport mit geringem Kraftaufwand

Ergonomie bis ins kleinste Detail

Der Einklink-Rohrschiebebügel ist eine eigene Entwicklung von FETRA, die vor wenigen Jahren in den Markt eingeführt wurde.

- Für rückschonendes Bewegen auch von beladenen Paletten-Fahrgestellen
- Leichte Montage und Demontage
- Bügel und Querrohr mit hautsympathischem Softgrip-Bezug



Werkzeuglose Montage und Demontage in wenigen Sekunden



Im ausgeklinkten Zustand ist der Bügel durch zwei Hilfsrollen leicht verfahrbar

5 Heben und Bewegen



Überlastungen erkennen und eliminieren

Für den Körper sind physische Belastungen dann gesundheitlich gefährlich, wenn sie überfordernd sind. Dies kann in drei verschiedenen Dimensionen der Fall sein:

- Zu schwere Arbeit
- Sich zu häufig wiederholende Tätigkeiten
- Arbeit in Körperzwangshaltungen

Zur schweren Arbeit zählen Tätigkeiten, die den gesamten Körper beanspruchen, wie zum Beispiel auf Baustellen oder im Logistikbereich.

Das Bewegen großer Lasten ist ein sehr häufig auftretendes Merkmal schwerer Arbeit. In einer Gefährdungsbeurteilung werden daher unter anderem das Heben, Halten und Tragen von Lasten untersucht.

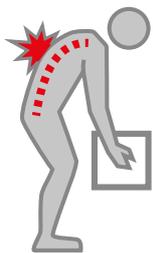
So fordert die Lastenhandhabungsverordnung vom Arbeitgeber, geeignete Maßnahmen zu treffen (oder geeignete Arbeitsmittel einzusetzen), um manuelle Lastenhandhabungen, die eine Gefährdung für die Gesundheit der Beschäftigten verursachen könnten, zu vermeiden.

Rückengesundheit ist kein Zufall

Damit Wirbelsäule und Bandscheiben gesund bleiben, ist eine gut trainierte Rückenmuskulatur wichtig. Diese hält uns aufrecht und verhindert Fehlhaltungen, wie den bekannten Rundrücken beim

Sitzen. Den Hauptteil (80 %) der Rückenbeschwerden machen Schmerzen des Halteapparates aus, sprich von Muskeln und Bändern. Wirbel- und Bandscheibenprobleme kommen auf rund 20 %.

Belastung der Bandscheibe



Ungünstige Körperhaltung führt zu Überbeanspruchung der Bandscheiben



Einseitige Überbeanspruchung



Ergonomisch richtige Körperhaltung



Gleichmäßige Druckverteilung entlastet

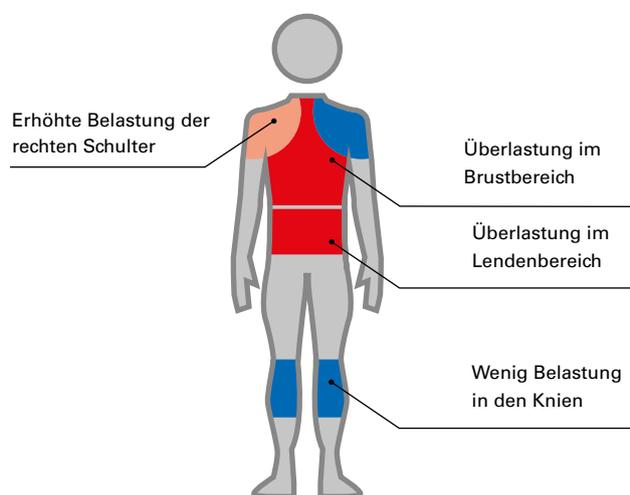
Nutzung von Analyse-Instrumenten

Computergestützte Analysen von Arbeitsabläufen zeigen, wo die Gefahren von körperlicher Überlastung drohen. Auf dieser Basis lassen sich Prozesse so verändern, dass die Gesundheit der Mitarbeiter nicht gefährdet wird.

Durch Visualisierungen (siehe rechts, Rotfärbung von überlasteten Körperteilen) werden Handlungsbedarfe sehr schnell erkennbar.

Es gibt zahlreiche Hebezeuge, um Arbeitsabläufe zu optimieren. Eine Investition lohnt sich:

- Sicherung der Gesundheit Ihrer Mitarbeiter
- Erhöhung der Arbeitssicherheit
- Höhere Effizienz in den Arbeitsprozessen



Visualisierung von Überlastungen (rot)

Federzug



Ein PLANETA Federzug macht das angehängte Werkzeug fast schwerelos

Hebetechnik entlastet und beschleunigt: Federzüge und Balancer

Es bohrt und schraubt sich deutlich leichter, wenn das Gewicht des Druckluft- oder Elektrowerkzeugs selbst nicht gehalten werden muss. Federzüge und Balancer lassen schwere Geräte in einer gewünschten Position quasi „schweben“. Die Belastung des Körpers wird dadurch erheblich gesenkt, Arbeiten können dadurch einfacher, schneller, präziser und über einen längeren Zeitraum ausgeführt werden.

Die Positionierung erfolgt durch einfaches Ziehen am Werkzeug. Befestigt man das Hebezeug an einem Rollfahrwerk oder einen Schwenkausleger kann der Anwender viele Positionen an seinem Arbeitsplatz problemlos ergonomisch zu erreichen.

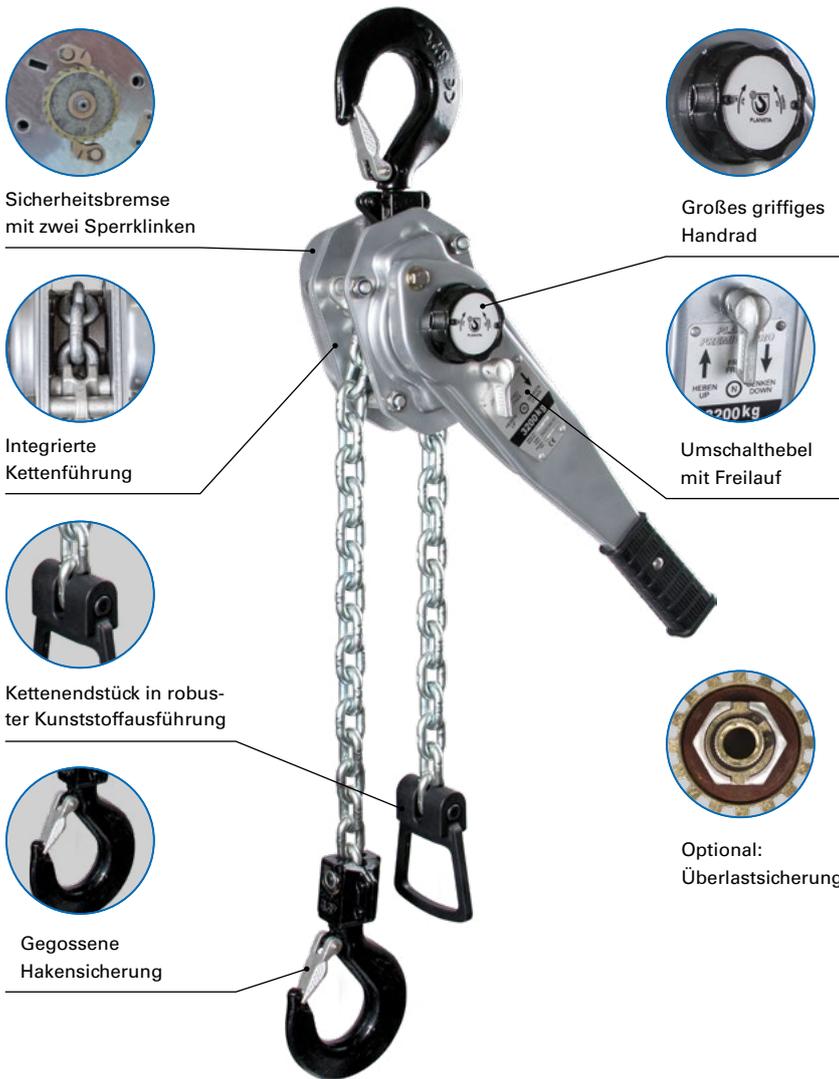
- Zahlreiche Modelle für unterschiedliche Anforderungen
- Tragfähigkeiten von 1 kg bis 300 kg
- Federzüge mit definierten Arbeits- und Ruhestellungen
- Balancer lassen die Werkzeuge kontinuierlich in der Schwebelage
- Zahlreiche Sicherheitsmerkmale



Federzug 9346-9350

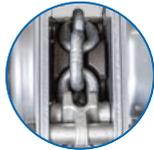
Balancer 9354-9359

Leichte und sichere Hebelzüge mit neuester Technik



Sicherheitsbremse mit zwei Sperrklinken

Großes griffiges Handrad



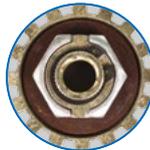
Integrierte Kettenführung



Umschalthebel mit Freilauf



Kettenendstück in robuster Kunststoffausführung



Optional: Überlastsicherung



Gegossene Hakensicherung

Der PREMIUM PRO Hebelzug

Leistungsfähiger, kompakter Hebelzug, der leicht genug konstruiert ist, um ihn ohne Kraftanstrengung auch auf engem Raum einsetzen zu können.

Durch den Handhebel mit Ratschenfunktion sehr einfache Bedienung. Zur Ladungssicherung zugelassen gemäß EN 12195-3.

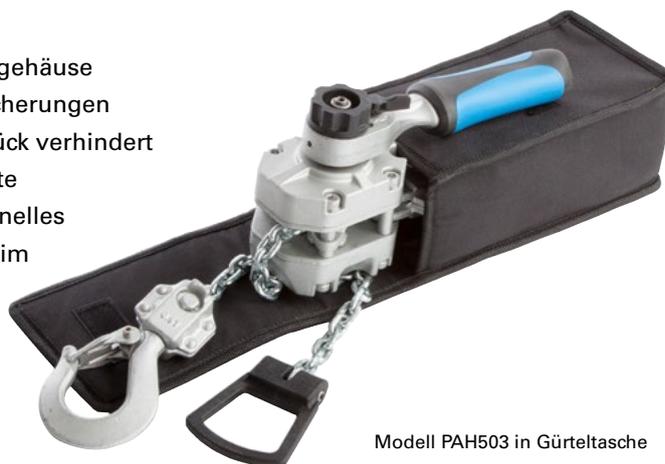


Modell PAH253

Der PAH Aluminium-Hebelzug:

Besonders leichtes und kompaktes Gerät, das in zahlreichen Ausführungen angeboten wird. Die Modelle bis 500 kg Tragfähigkeit werden in einer Gürteltasche geliefert, sodass zum Beispiel das sichere Besteigen einer Leiter mit beiden Händen möglich bleibt.

- Aluminium Druckgussgehäuse
- Zwei robuste Hakensicherungen
- Robustes Kettenendstück verhindert Durchrutschen der Kette
- Freischalthebel für schnelles Durchziehen der Kette im unbelasteten Zustand



Modell PAH503 in Gürteltasche

Hebezeuge



Der PLANETA Elektrokettenzug PEH-KH-LIFT mit Einhandbedienung



Elektrokettenzug
PEH-KH-LIFT

Leichtigkeit mit einer Hand: Elektrokettenzüge

Der PLANETA PEH-KH-Lift ermöglicht schnelles und sicheres Heben und Senken von Lasten mit komfortabler Einhandbedienung. Gegenstände unterschiedlichster Art können damit schnell, präzise und besonders ergonomisch bewegt werden. In Verbindung mit einem Kranausleger kann das Gerät viele Stellen eines Arbeitsplatzes erreichen und so in zahlreiche Arbeitsprozesse integriert werden.

- Verschiedene Modelle bis 500 kg Traglast
- Steuereinheit für Rechts- und Linkshänder geeignet
- Standardmäßige Ausrüstung mit zwei Hubgeschwindigkeiten
- Optional mit Frequenzsteuerung
- Der PEH-KH-Lift kann mit diversen Lastaufnahmemitteln ausgerüstet werden





Trag- und Lasthaken
frei drehbar



Sicherheitsbremse mit
zwei Sperrklinken hält
die Last zuverlässig



Serienmäßige
Überlastsicherung
(ab 500 kg)



Modell PREMIUM PRO 1 t

Konsequent weiterentwickelt: PREMIUM PRO Flaschenzüge

Der neue Stirnradflaschenzug PREMIUM PRO bietet bis ins Detail optimierte Technik, die eine sichere und ergonomisch korrekte Arbeit ermöglicht. Er ist deutlich leichter und kompakter als gängige Flaschenzüge, das Handling ist für Anwender dadurch besonders komfortabel. Trotz der Gewichtersparnis hat er dank seiner ausgeklügelten Konstruktion an Stabilität gewonnen.

Er lässt sich über die Handkette leicht bedienen, der Anwender kann eine ergonomisch günstige Körperhaltung beibehalten. Die Arme können stets vor dem Körper bleiben.

- Modelle bis 30 t Tragfähigkeit
- Eingebaute Lastdruckbremse zum Halten von Lasten
- Hochwertige Lager und Führungen für maximale Leichtgängigkeit



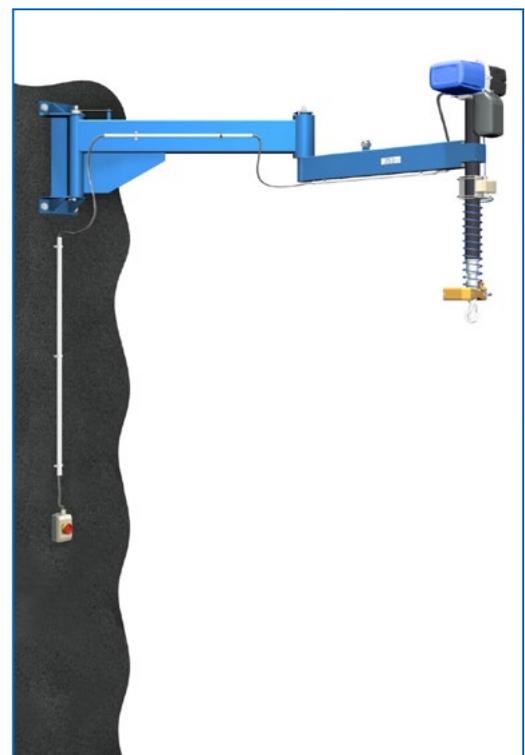
Modell PREMIUM PRO 30 t



Hebetechnik an den Arbeitsplatz bringen: Kransysteme

Stehen keine Schienensysteme zur Befestigung von Hebetechnik zur Verfügung, bietet PLANETA verschiedene Kranlösungen als Anhaltspunkte. Sie haben dadurch die Möglichkeit, entlastende Technik an nahezu jeden Arbeitsplatz zu bringen und dadurch die Gesundheit der Mitarbeiter zu schützen.

Gelenkdrehkran mit Säulenmontage



Gelenkdrehkran mit Wandmontage

6 Akustik



Lärm macht krank

Die Geräuschkulisse in einem Unternehmen kann Mitarbeiter stören und ihre Gesundheit schädigen. Die häufigste Auswirkung von Lärm ist der bleibende Gehörschaden, der in Deutschland an erster Stelle bei den anerkannten Berufskrankheiten steht.

Ist eine Person auf Dauer einer hohen Lärmbelastung ausgesetzt, erhöht dies z. B. auch das Risiko für eine Erkrankung des Herz-Kreislauf-Systems. Außerdem leidet unter Lärm auch die Arbeitsleistung.

Das Ausmaß der Gesundheitsbeeinträchtigungen wird hauptsächlich durch folgende Parameter bestimmt:

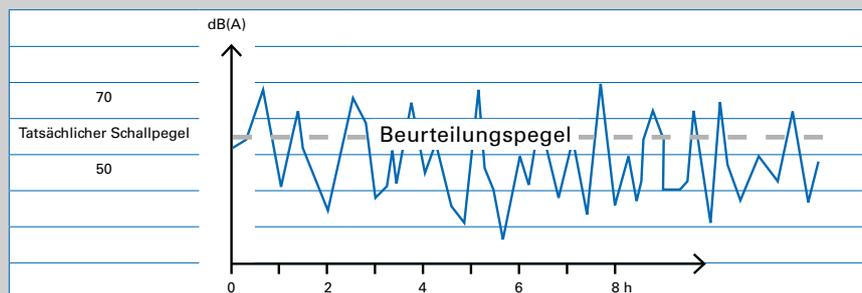
- Schalldruckpegel in dB(A)
- Frequenzcharakteristik (Höhere Töne werden als lauter empfunden als tiefere)
- Zeitliche Struktur (Wiederholfrequenz, Stärke von Impulsen)
- Schalleinwirkdauer

Zumutbarkeit des Lärmpegels

Was als noch zumutbar gilt, hängt auch von der ausgeübten Tätigkeit ab. Bei Arbeiten mit hohen geistigen Anforderungen, wenn Konzentration und Gedächtnisleistung gefordert sind, muss der Lärmpegel reduziert sein. Gleiches gilt, wenn sprachliche Kommunikation wichtig ist.

Beurteilungspegel

Das individuelle Lärmempfinden („Beurteilungspegel“) hängt auch von der physischen und psychischen Konstitution der betroffenen Personen ab. Ferner spielen hier die Arbeitszeit und die aktuelle „Tagesform“ eine Rolle.



Tätigkeits-kategorie	Beschreibung	Maximaler Beurteilungs-pegel L, in dB(A)
Andauernd hohe Konzentration oder hohe Sprachverständlichkeit	<ul style="list-style-type: none"> • Starke Zuwendung zu einem Arbeitsgegenstand oder -ablauf • Exaktes sprachliches Formulieren, Verstehen komplexer Texte • Schöpferisches Denken, kreative Entfaltung von Gedanken • Hoher Entscheidungsdruck 	55
Mittlere bzw. nicht andauernde Konzentration oder mittlere Sprachverständlichkeit	<ul style="list-style-type: none"> • Vorwiegend Routinearbeiten • Entscheidungen geringer Tragweite (meist ohne Zeitdruck) • Für Kommunikationszwecke erforderliche Sprachverständlichkeit 	70
Geringe Konzentration oder geringe Sprachverständlichkeit	<ul style="list-style-type: none"> • Überwiegend vorgegebene Arbeitsabläufe, hohe Routineanteile • Geringere Anforderungen an die Sprachverständlichkeit 	Minimierungsgebot

Quelle: BAuA, VDI 2058 Blatt 3 der DGUV

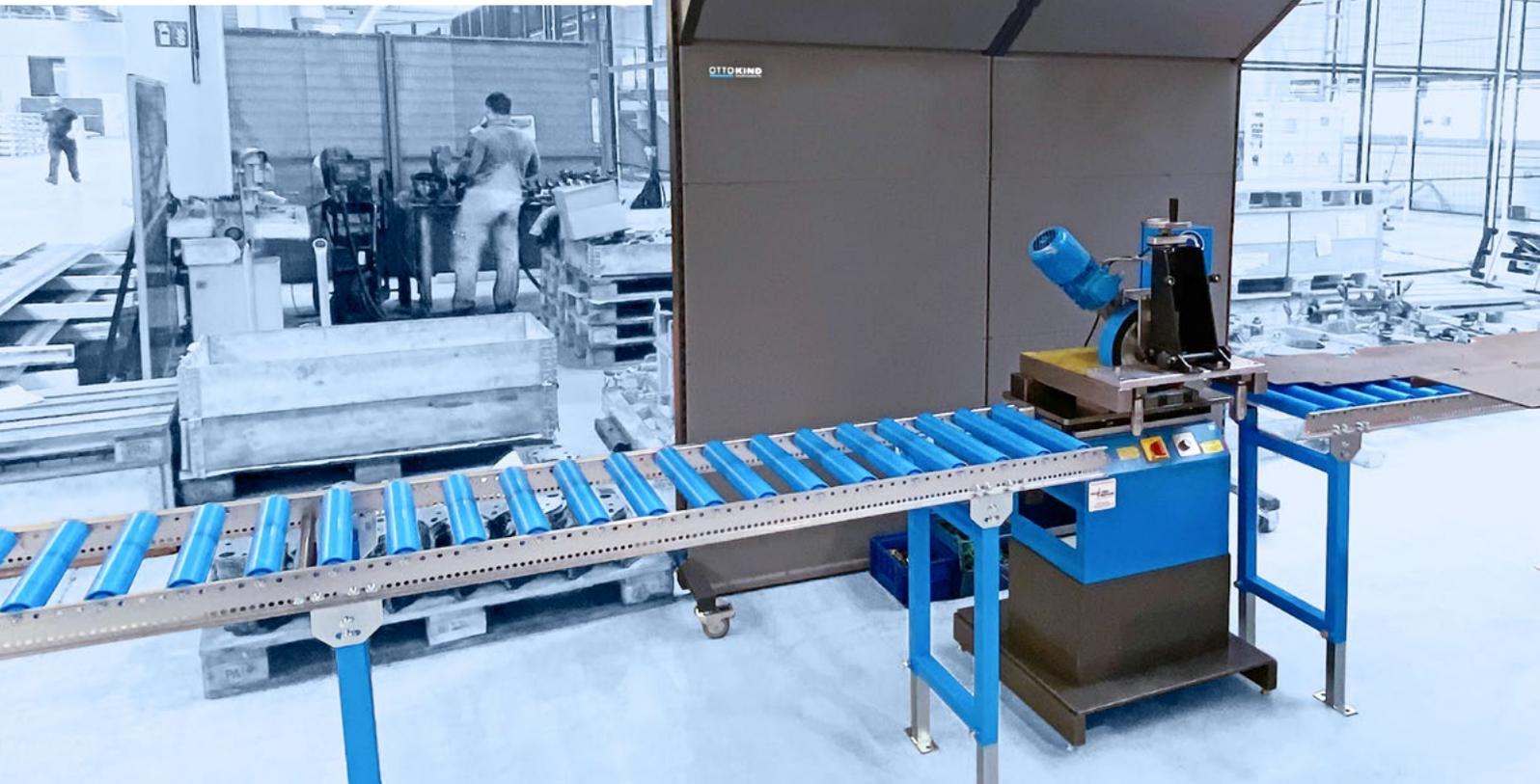
Analyse

Zunächst sollte eine Messung der Lärmbelastung am konkreten Arbeitsplatz durch eine Berufsgenossenschaft oder ein Prüfinstitut durchgeführt werden. Darauf aufbauend können Maßnahmen erfolgen.

Baulicher Lärmschutz: Durch den Einsatz schalldämpfender Elemente können individuelle Lösungen eingesetzt werden.

PSA: Der passende Gehörschutz ist ein wesentlicher Bestandteil der persönlichen Schutzausrüstung (PSA) und sollte immer getragen werden. Kann der Schalldruck aus technischen Gründen nicht gesenkt werden, hilft ein elektronischer Gehörschutz, der durch Filterung von Störfrequenzen einerseits hohen Lärm dämpft, andererseits die Kommunikation am Lärm Arbeitsplatz noch ermöglicht.

Lärmschutzsysteme



Akustik-Stellwände und Segel von OTTOKIND sind flexible Lösungen zur Reduzierung der Lärmbelastung

Lärm kostet ...

Lärmschwerhörigkeit steht bei Berufskrankheiten weiter an erster Stelle. In Deutschland sind nach Schätzungen des Instituts für Arbeitsschutz etwa vier bis fünf Mio. Beschäftigte an ihrem Arbeitsplatz gesundheitsgefährdenden Lärmbelastungen ausgesetzt. Den Produktivitätsausfall beziffern neueste Studien* auf rund 10 Mrd. Euro, den volkswirtschaftlichen Schaden auf insgesamt 39 Mrd. Euro jährlich.

... Leben und Leistung

Lärm führt – abhängig von Dauer und Intensität – zu teilweise irreversiblen Schädigungen des Innenohrs und nachweislich auch psychischen Belastungen. „Lärm-Stress“ ist die Ursache u. a. für Herz-Kreislauf-Erkrankungen, vermindertes Sehvermögen, Muskelanspannung, geschwächtes Immunsystem und Depressionen. Damit sinkt die Arbeitsleistung, beeinträchtigt durch Konzentrationsstörungen, durch erhöhte Fehlerquoten, nachlassende Handgeschicklichkeit, eingeschränkte Kommunikation und Fehlzeiten.

OTTOKIND
ZUKUNFT EINRICHTEN

Lauter oder länger: Beides steigert das Gesundheitsrisiko

ab 45 dB(A)	Konzentrationsstörungen
ab 60 dB(A)	Erhöhtes Risiko von Erkrankungen bei längerer Einwirkung
ab 85 dB(A)	Gehörgefährdender Lärm und erhöhtes Erkrankungsrisiko (Tages-Lärmexpositionsspiegel $L_{EX, 8h}$)
ab 100 dB(A)	Sehr gefährlich schon bei kurzer Einwirkzeit
ab 120 dB(A)	Schmerzgrenze

*B. Shield/M. Atherton: Hearing Loss – Numbers and Costs, 2019

Lärmminderungsmaßnahmen für jede Raumsituation

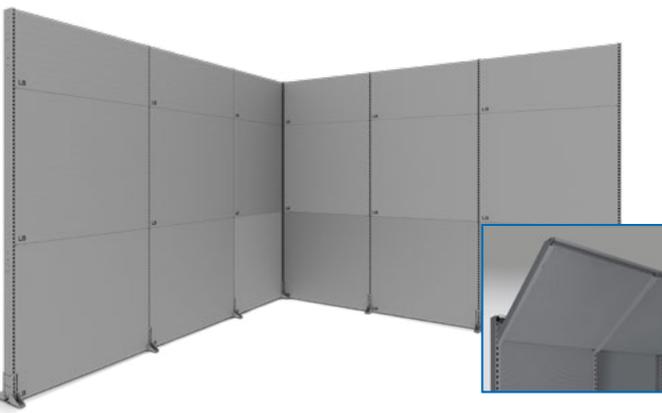
OTTOKIND ist eine der führenden Betriebseinrichtungsmarken. Als Spezialist für Ergonomie am Arbeitsplatz zeigen wir, wie effektiv unsere Lärmschutzeinrichtungen Menschen vor weitreichenden Gesundheitsrisiken schützen und Produktivitätseinbußen entgegenwirken.

Akustikstellwände und Raumsysteme von OTTOKIND berücksichtigen aktuelle rechtliche Vorgaben und wissenschaftliche Erkenntnisse. So sind Unternehmen in puncto Rentabilität der Investition bei diesem Spezialthema auf der sicheren Seite.

- Flexible, modulare Akustiksysteme
- Breitbandig absorbierende Dämmstoffwände reduzieren Schallreflexionen drastisch
- Feststehend oder mobil, Selbstaufbau möglich
- Individuelle Gestaltung mit Ihren Unternehmensfarben
- Antibakterielle Beschichtung als Option



Raum-in-Raum-Systeme



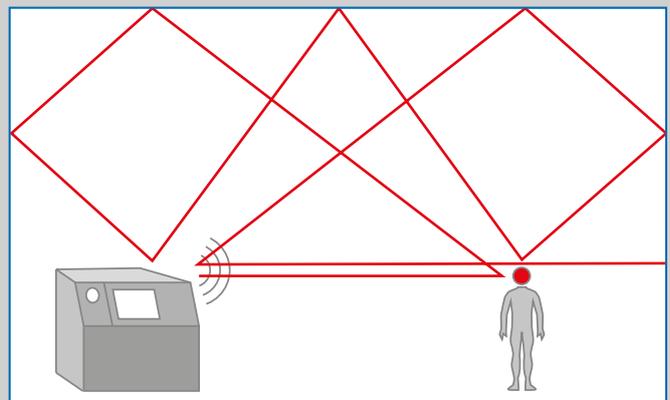
Akustikstellwände und -segel



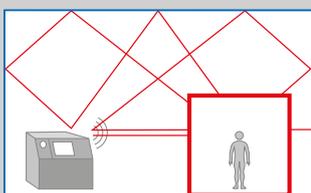
Maschinen-Einhausung

Für mehr Ruhe und Konzentration in Produktion, Lager, Büro

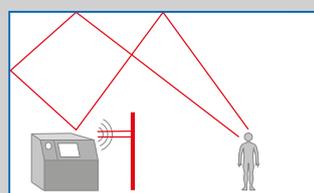
1. Der Lärm bleibt draußen: **Raum-in-Raum-Systeme für Ruhezeiten** (Hallenbüros, Leitstellen, Sozialräume usw.)
2. Der Lärm wird reduziert: **Akustikstellwände und Segel**
3. Der Lärm bleibt drinnen: **Einhausung der Lärmquelle** (Maschinen, Instrumente)



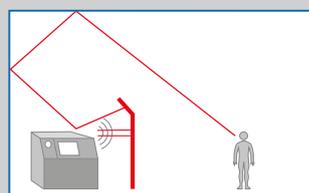
Ohne Lärmschutz: starker „Billard-Effekt“



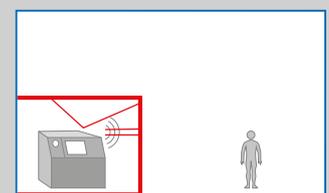
Raum-in-Raum-Systeme



Akustikstellwand



Akustikstellwand und Segel



Einhausung

7 Büro



Die neue Sitz- und Stehdynamik

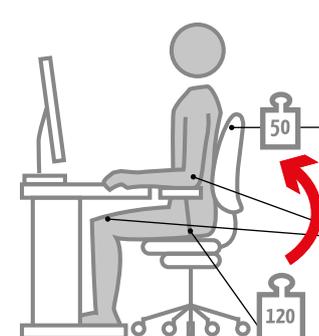
Stuhl, Tisch, Monitor und Eingabegeräte können nur dann ergonomisch sein, wenn sie verschiedene Einstellmöglichkeiten bieten und diese Optionen auch wirklich genutzt werden. Das beste Beispiel hierfür liefert der Bürostuhl.

Als gesichert gilt, dass ein permanenter Wechsel zwischen Sitzen und Stehen der Gesundheit förderlich ist.

Auch hier gilt, dass die Verhältnisse das Verhalten beeinflussen. Selbst wo höhenverstellbare Tische nicht zur Verfügung stehen, kann im Stehen gearbeitet werden. Meetings können stehend abgehalten werden. Schränke, die drei Ordnerhöhen hoch sind, sind zum Arbeiten im Stehen bestens geeignet.

Richtiges Sitzen

Sitzen Sie möglichst mit Kontakt zur Rückenlehne. Das stützt den Rücken gegen die Schwerkraft ab.

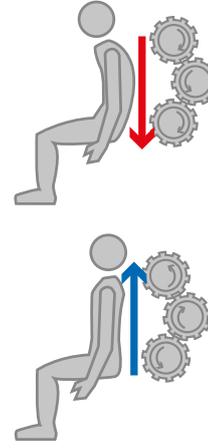


Rückenlehnegegendruck
Individuell auf das persönliche Körpergewicht einzustellen: Der Oberkörper wird dann von der Rückenlehne in Balance gehalten und man fühlt sich weder aus dem Sitz herausgedrückt noch droht man, nach hinten wegzukippen.

Knie und Ellenbogen befinden sich im Winkel von 90–100°

Nutzen Sie die Abstützungsfunktion der Armlehnen: Die Unterarme liegen auf, die Schultern sind entspannt. Dabei nah an den Tisch heranfahren. Die Armlehnen haben die gleiche Höhe wie der Tisch.

Die Füße stehen flach auf dem Boden.



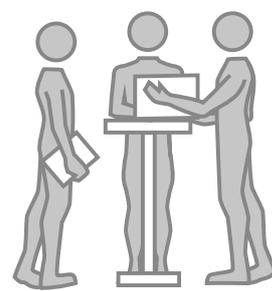
Sitzen im Rundrücken belastet die Bandscheiben und beeinträchtigt Atmung und Verdauung.

Aufgerichtet sitzen: Die Beckenkipfung wird durch eine verstellbare Sitzneigung (oder eine entsprechende Ausformung des Sitzes) nach unten unterstützt.

Der Effekt: Der Brustkorb hebt sich und die Wirbelsäule richtet sich auf. Das Gewicht wird gleichmäßig auf die Bandscheiben verteilt. Freieres Atmen ist möglich, die inneren Organe sind entlastet.



So stehen Sie bequem und richtig: Wählen Sie die Tischhöhe so aus, dass die Arme im Winkel von ca. 90° auf der Tischplatte aufliegen. Die Schultern bleiben locker und werden nicht nach oben gezogen, was sonst zu schmerzhaften Verspannungen führen kann.



Nutzen Sie die Gelegenheit, im Stehen zu arbeiten. Warum nicht das nächste Meeting am Bistrotisch abhalten? Untersuchungen zeigen, dass die Effizienz steigt – und das bei kürzerer Dauer der Besprechung!

Grundsätzlich ist die korrekte TischhöhenEinstellung für jeden Mitarbeiter individuell vorzunehmen. Ist dazu Werkzeug erforderlich, müssen die internen Servicekräfte dieses zeitnah umsetzen. An Wechselarbeitsplätzen haben Tische, die man nur mit Werkzeug einstellen kann, im Prinzip nichts zu suchen!

Für jeden Einsatzbereich gibt es am Büroarbeitsplatz die richtige Lösung. Ein elektrisch höhenverstellbarer Tisch ermöglicht den regelmäßigen Wechsel zwischen Stehen und Sitzen.

Büromöbel



Perfekte Kombination: Schreibtisch von HAMMERBACHER, Drehstuhl von SITWELL, Boden- und Tischmatten von MILTEX

Ergonomisch aktiv

Der elektrisch höhenverstellbare Schreibtisch von HAMMERBACHER, hier mit Unterbauschublade, Akustiktrennwand, ORGA-Schiene, Bildschirmarm und ORGA-Set, ist eine sehr attraktive Voraussetzung für einen aktiven und damit ergonomisch vorteilhaften Arbeitstag im Büro. Der Wechsel zwischen sitzender und stehender Position trainiert und entlastet den Körper – ganz einfach per Knopfdruck.

- Arbeitshöhe 63,5–128,5 cm
- Elektrisch höhenverstellbar
- Zwei Motoren in den Säulen integriert
- Ohne Traverse, daher große Beinfreiheit
- Abklappbare Kabelwanne
- Nutzlast des Tisches:
80 kg dynamisch/120 kg statisch
- Sanft-Anlauf/Sanft-Stop mit Kollisionsschutz
- Optionale Akustik-Trennwand sorgt für eine ruhigere Arbeitsatmosphäre
- Zahlreiche Größen, Formen und Dekore in wenigen Tagen lieferbar
- Umfangreiches Zubehör-Sortiment

HAMMERBACHER
Büro bestel... geliefert.



Höhenverstellung mit vier Speicherplätzen

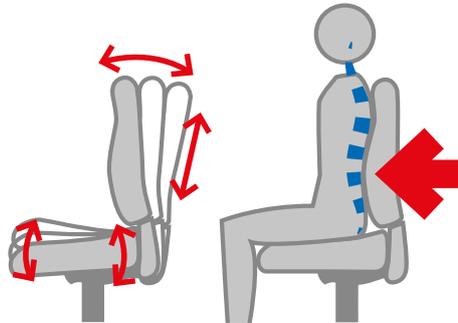
YOGA FLAT ULTRA Matten bieten im Stehen und Sitzen Komfort und Sicherheit

Geniale Neuheit: Der Bandscheiben Drehstuhl PROFI OFFICE

Die 3D-Ergo-SWOP® Mechanik vereint die Vorteile einer Synchron-Mechanik mit denen des dynamischen, dreidimensionalen Sitzens in einer einzigartigen neuen Ausführung. Inklusive Click-Wechselpolster und Sitztiefenverstellung.



Die optionale 3D-Ergo-SWOP®-Mechanik unterstützt ein aktiv-dynamisches Sitzen



Die 3D-Ergo-SWOP® Mechanik vereint die Vorteile einer Synchron-Mechanik mit denen des dynamischen 3D-Sitzens



Die neue All-in-One Lösung: automatische Sitzneige, Sitztiefenverstellung, Wechselpolster Click-System, 3D-Bewegungsfreiheit

Diese Sitz-Lösungen stehen Ihnen dabei zur Wahl:



DIN-SITZ

Die Basis-Polsterung für die universelle Nutzung



MÄNNER-SITZ

Für optimale Druckentlastung der Prostata



FRAUEN-SITZ

Atmungsaktiv und extra-weiche Polsterung mit Taschenfederkern



BANDSCHEIBEN-SITZ

Patentierter Bandscheibensitz nach Dr. med. Peter Stehle



XXL-SITZ

Extrastark gepolstert. Für Personen über 100 kg

Eine Matte für Tisch und Boden

Elastischer Kautschuk macht YOGA FLAT ULTRA zu einer robusten, langlebigen Arbeitsplatzmatte mit hervorragender Umweltverträglichkeit, die auch zu einer angenehmen Raumakustik beiträgt (hohe Trittschall-dämmung: 6–8 dB).

YOGA FLAT ULTRA ist zweifach einsetzbar: Auf dem Boden bietet sie eine sehr gut befahrbare Fläche für Drehstühle, selbst wenn der Bodenbelag schon kleinere Beschädigungen aufweist. Empfindliche Fußböden werden wirksam geschützt. Die in der Matte enthaltenen harten Granitsplitter sorgen für ihr charakteristisches Aussehen und kaschieren gleichzeitig Verunreinigungen und Kratzer (auf der Oberfläche).

Auf dem Tisch ist sie eine angenehme Unterlage, die man sehr gerne berührt. Auch für eine Computer-Maus bietet sie eine ideale Oberfläche. Selbst auf verschlissenen Werkbänken ist sie ein idealer Oberflächenersatz.



Auf dem Tisch ist die Matte eine ideale Unterlage für das Schreiben oder Zeichnen mit der Hand



Herausgeber:

www.premium-format.com

PREMIUM
format GROUP

Es gelten ausschließlich unsere aktuellen Lieferungs- und Zahlungsbedingungen. Technische Änderungen sowie Sortimentsänderungen in gleichwertiger oder verbesserter Qualität vorbehalten. Keinerlei Haftung für Irrtum und Druckfehler.