

Ergonomische Produkte für den Büroarbeitsplatz



Weissenstein Behindertensysteme

Hohenwindenstraße 13 • 99086 Erfurt

Tel.: (0361) 7923970 • Fax: (0361) 7923974

mail@weissenstein-bs.de • <http://www.weissenstein-bs.de>

Inhalt

Ergonomische Produkte für den Büroarbeitsplatz	1
Ergonomisches Arbeiten mit einem Notebook	1
Notebookhalter	2
Notebookhalter Ergo-Q 260 für die mobile Arbeit vor Ort	2
Notebook Workstation Ergo-T 340 für den Büro- und Heimarbeitsplatz	3
Zubehör für Workstation Ergo-T 340	4
Dockingstation 340	4
USB 2.0 Hub 4-fach	4
Ergonomische Büroarbeit mit stationärem PC	5
Dokumentenhalter	5
Tastaturschiebepult FlexDesk 640	5
Ergonomische Mausbedienung	6
Evoluent Vertikalmaus	6
3M Ergonomische optische Maus	7
BarMaus Slim	8
Ergonomische Tastaturen	9
Ergonomische Delta-Tastatur	9
Kompakttastaturen	10
Kompakttastatur S 840	10
Numerisches Tastenfeld S 840 Numeric	11
Separates Tastenfeld mit Taschenrechnerfunktion	11
Armauflagen und Unterarmstützen	12
TOPTEC Armauflage	12
Ergorest 330	13
Ergorest 330 mit Mauspad	13
Monitor- und Notebookschwenkarme	14
Monitorschwenkarme	14
Notebookschwenkarm	15
Dual Monitorschwenkarme	16
Fußstützen	17
Fußstütze DUO-FEET 2C	17
Fußstütze Basic 950/952	17

Ergonomische Produkte für den Büroarbeitsplatz

Allgemeines

Unsere Firma arbeitet langjährig auf dem Gebiet der Gestaltung von behindertengerechten Büro- und Computerarbeitsplätzen.

Dabei mussten wir feststellen, dass auch sehr viele Arbeitsplätze im Umfeld nicht der geltenden EU Richtlinie 90/270/EEC entsprechen.

Diese Schrift soll über Produkte informieren, die die menschliche Physiologie bei der Tätigkeit am Büroarbeitsplatz möglichst optimal berücksichtigen bzw. diese positiv in ihrer Funktionsweise unterstützen.

Ziel unserer Arbeit auf diesem Gebiet ist die verantwortungsvolle Beratung, Erprobung und Versorgung mit ergonomischen Produkten. Gerne nehmen wir auch Ihre Empfehlungen bezüglich ergonomischer Innovationen entgegen.

Informationen und Produktübersicht

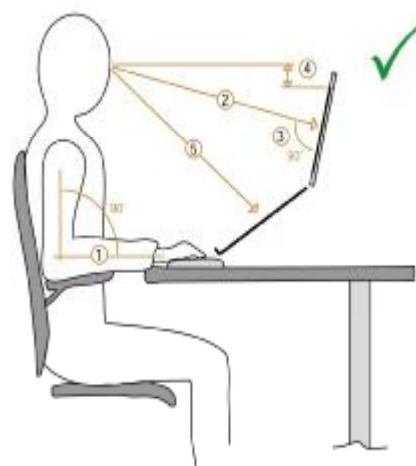
Stationäre Computer werden immer öfter durch flexibel einsetzbare Notebooks ersetzt. Ein Notebook ist jedoch nicht zu einer intensiven Nutzung geeignet.

Aus der festen Verbindung von Tastatur und Bildschirm resultiert eine vornübergebeugte belastende Arbeitshaltung.

Bei andauernder Benutzung können körperliche Beschwerden die Folge sein.

Aus diesem Grunde haben wir die Umgestaltung dieser Arbeitsorte zu ergonomischen Notebook-Arbeitsplätzen hier in den Vordergrund gestellt.

Ergonomisches Arbeiten mit einem Notebook



BAKKER ELKHUIZEN
Ergonomic innovations

In 5 Schritten zum ergonomischen Arbeitsplatz:

1. Stellen Sie die Armlehnen Ihres Stuhls auf die Höhe des Schreibtisches bzw. der Tastatur ein; die Schultern sollten entspannt sein.
2. Halten Sie zwischen Augen und Bildschirm einen Abstand von 50-90 cm ein, je nach Bildschirm- und Zeichengröße.
3. Platzieren Sie den Bildschirm senkrecht über Vorlagenhalter und Tastatur, so dass Sie diese auf einer Linie im Blick haben.
4. Die Oberkante des Bildschirms sollte sich auf Augenhöhe oder etwas (max. 10 cm) darunter befinden.
5. Benutzen Sie einen Dokumentenhalter, wenn Sie mit Vorlagen arbeiten, und platzieren Sie ihn zwischen Bildschirm und Tastatur.

Notebookhalter

Ein Nachteil beim Gebrauch eines Notebook ist, dass man Tastatur und Bildschirm nicht unabhängig voneinander auf- und einstellen kann.



Ein Notebookhalter kombiniert mit einer externen Tastatur und Maus ist die ideale Lösung, um einen ergonomisch mobilen Arbeitsplatz einzurichten. Mit ihm lässt sich die optimale Höhe des Bildschirms im Raster einstellen. Zugleich steht Ihnen ein praktischer A4 Dokumentenhalter zur Verfügung. So entsteht im Büro, zu Hause oder auch unterwegs beim Kunden ein ergonomisch vollwertiger Arbeitsplatz.

Notebookhalter Ergo-Q 260 für die mobile Arbeit vor Ort



- ❖ höhenverstellbar in 5 Stufen (zwischen 9-21 cm an der Rückseite)
- ❖ integrierter Dokumenthalter, steigert die Dateneingabegeschwindigkeit
- ❖ **ultraleicht - nur 390 g, 7 mm dick- passt in jede Notebooktasche**
- ❖ Hylite-Aluminium, schützende Hartschaum-Innenauskleidung
- ❖ rutschfeste Gummifüße
- ❖ wegklappbarer A4 Dokumenthalter erleichtert das Aufstellen des Notebooks
- ❖ spart Kosten und Platz: ein externer Monitor wird überflüssig

Maße (B x T x H): 230 x 310 x 7 mm (gefaltet)
Gewicht: 390 g

Notebook Workstation Ergo-T 340 für den Büro- und Heimarbeitsplatz

Mit der Notebook Workstation Ergo-T 340 positionieren Sie das Notebookdisplay schnell auf die von Ihnen gewünschte Augenhöhe. Darüber hinaus steht Ihnen ein praktischer A4 Dokumentenhalter zur Verfügung.

In Verbindung mit einer externen Tastatur und einer externen Maus schaffen Sie sich ein ergonomisches „Notebookbüro“. Optional gibt es den Zusatz PRM 340 für den bereits vorhandenen Port-Replikator.



- ❖ spart Kosten und Platz: ein externer Monitor wird überflüssig
- ❖ integrierter Dokumentenhalter bis DIN A4, Einstellwinkel: 3-52° (5 Stufen)
- ❖ drehbare Basis mit Verriegelungsmechanismus und Kühllamellen
- ❖ Zusatzmodul PRM 340 zur Integration aller gängigen Port-Replikatoren
- ❖ stabil für Notebooks bis 17 Zoll

	Ergo-T 340	PRM 340
Maße (B x T x H) mm:	325 x 310 x (85 – 263)	241 x 208 x 36
Gewicht:	2800 g	700 g

Zubehör für Workstation Ergo-T 340

Dockingstation 340



- ❖ kompatibel mit MS-Windows 98, ME, 2000, XP, Vista
- ❖ 4 USB 2.0 Ports für alle Arten von Zusatzgeräten
- ❖ 2 x PS/2 Port für externe Tastatur und Maus
- ❖ 1 x USB 2.0 10/100 Ethernetport (Netzwerkkabel)
- ❖ 1 x serieller Port für PDA, Mobiles Telefon etc.
- ❖ kompaktes Design, perfekt passend zu Ergo-T 340
- ❖ einschließlich 220V-Adapter und USB Upload-Kabel

USB 2.0 Hub 4-fach



- ❖ 4 USB 2.0 Ports, 1 Upload-USB- Kabel
- ❖ Anschluss für 220V (nicht im Lieferumfang, da zumeist nicht erforderlich)
- ❖ sehr leichtes Aluminiumgehäuse daher auch mobil einsetzbar

Ergonomische Büroarbeit mit stationärem PC

Dokumentenhalter

Viele Computerbenutzer haben Beschwerden in Nacken, Rücken und Armen. Ein wichtiger Grund hierfür ist, dass Computerarbeitsplätze nicht geeignet sind um verschiedene Tätigkeiten (Lesen, Schreiben und Dateneingabe) an ihnen auszuüben. Dokumente liegen oft neben, vor oder hinter der Tastatur. Um diese Dokumente benutzen zu können (zum Lesen oder Schreiben), müssen Nacken und Rücken gebeugt und/oder gedreht werden. Diese Arbeitsweise ist äußerst belastend für den Bewegungsapparat.

Tastaturschiebepult FlexDesk 640



Das Tastaturschiebepult FlexDesk 640 vereinigt die Funktionen von Dokumentenhalter und Pult. Mit ihm kann man an einem Arbeitsplatz verschiedene Aufgaben auf effiziente und ergonomische Weise erledigen.

Das Tastaturschiebepult bietet eine Arbeitsfläche, die in zwei Positionen und Funktionen verwendet werden kann.



Als Pult:

Zum Lesen und Schreiben zieht man die Arbeitsfläche (ggf. über die Tastatur) zu sich hin, so dass die Dokumente dabei für Augen, Nacken und Schultern günstig liegen.

Als Dokumentenhalter:

Zur Unterstützung der Datenverarbeitung schiebt man die Arbeitsfläche von sich weg, sodass die Dokumente in der richtigen Höhe und Neigung auf der Arbeitsfläche zwischen Bildschirm und Tastatur liegen.



Technische Daten:

Material: Plexiglas

Höhe: einstellbar in 3 Stufen (110-170 mm, gemessen an der hinteren Kante)

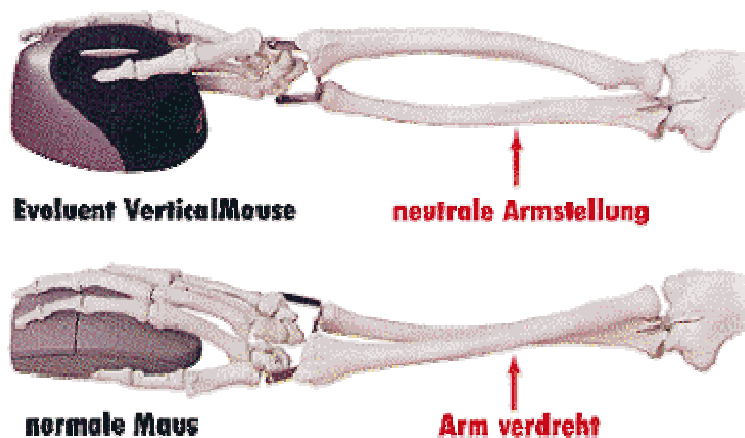
Maße: (BxTxH) 520x390x110-170 mm

Ergonomische Mausbedienung

Angestrengt und langanhaltend mit der Standard-Maus arbeitende PC-Nutzer klagen oft über Verkrampfungen und Ermüdungserscheinungen an Hand und Arm.

Diese Beschwerden können zu Erkrankungen wie dem Carpal Tunnel - oder RSI-Syndrom „Repetitive Strain Injury“ (Beschwerden durch sich wiederholende Bewegungen) führen.

Bei ergonomischen Maussystemen geht es primär darum, eine entspannte, natürliche Handhaltung (ohne den Unterarm und damit die Hand einwärts zu verdrehen) einnehmen zu können. Dadurch lässt sich den genannten Überlastungssyndromen relativ leicht und wirkungsvoll entgegenwirken.



Evoluent Vertikalmaus

Vertikale Maus zur entspannten Haltung von Arm und Handgelenk.



- ❖ natürliche Haltung von Arm und Handgelenk
- ❖ arbeitet schnell und sehr präzise
- ❖ kurze Eingewöhnungszeit
- ❖ 5 programmierbare Tasten
- ❖ Ausführungen für Rechts- und Linkshänder lieferbar
- ❖ USB und PS/2 Anschlüsse

3M Ergonomische optische Maus

Vertikale Maus - leider nur für Rechtshänder.



- ❖ natürliche Handgelenkhaltung durch Ablage des Handballens auf dem Mausrand
- ❖ sehr niedrige Muskelspannung in den Fingern und Unterarmen
- ❖ besonderer Schalter für die Scrollfunction
- ❖ effektiv zur Vorbeugung gegen Beschwerden
- ❖ Kombi-Anschluss: PS/2 und USB
- ❖ In 2 Größen (Large und Medium/small) erhältlich

BarMaus Slim

Ergonomisches Maussystem.

Der ständige Griffwechsel von der Tastatur zur Maus unterbricht die Eingabearbeit und führt häufig zu Schmerzen im Schulter-, Nacken- und Handbereich.



Die BarMaus stellt einen vollwertigen Ersatz für die Standard PC-Maus dar. Durch ein symmetrisches Arbeiten werden die muskulären und neuralen Strukturen geschont. Eine sinnvolle "Beidhändigkeit" wird gefördert.

Funktion:

Zum Steuern des Mauszeigers bewegt man eine Rollstange z.B. mit dem Daumen oder Zeigefinger der rechten oder linken Hand. Diese löst durch Herunterdrücken den linken Mausklick aus. Weitere Tasten für wichtige Befehle wie rechte Maustaste, Doppelklick (durch einmaliges Klicken), kopieren und einfügen lassen sich auch individuell einstellen.

Zwei gelgefüllte Kissen dienen zusätzlich als Handballenauflage.

Der Anschluss der BarMouse erfolgt per USB/ PS-2 ohne Treiber.

Synchron kann auch die "gewohnte" Maus betrieben werden.

Als Zubehör gibt es eine große asymmetrische mit Gel gefüllte Handgelenk-auflage.

Ergonomische Tastaturen

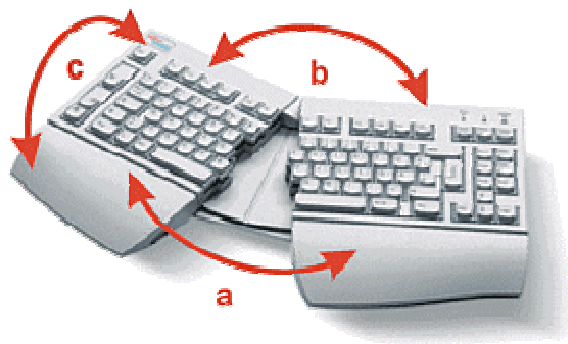
Bei Benutzung ergonomischer Tastaturen werden, im Gegensatz zu herkömmlichen Tastaturen Schultergürtel, Ellenbogen- und Handbereich nicht unnötig belastet.

Hände, Handgelenke und Arme können in einer natürlicheren (nicht parallelen) Haltung verbleiben.

Die Tastaturbeschriftung sollte wie auf dem Bildschirm schwarz auf hellem Untergrund sein, um Ermüdungserscheinungen beim ständigen „Umschalten“ der Sehgewohnheit von der Tastatur auf den Bildschirm zu vermeiden.

Ergonomische Delta-Tastatur

Menschen, die Probleme beim Arbeiten mit einer PC-Standardtastatur haben, unter Handschiefstellung leiden oder schnell Muskelverspannungen im Nacken- und/oder Schulterbereich bekommen, benötigen eine Tastatur, die Ihren individuellen physiologischen und anatomischen Anforderungen gerecht wird.



Die **Delta-Tastatur** wird diesen Anforderungen gerecht.

Durch drei verstellbare Winkel-Positionen ermöglicht sie eine natürliche Haltung von Armen und Händen und somit ein ermüdungsfreies Arbeiten.

Die Handballenauflage gewährleistet optimalen Halt, auch bei einem hohem seitlichen Auflagewinkel.

Ein klarer "Druckpunkt" und eine optimierte Tastenform sorgen für optimalste Ergonomie.

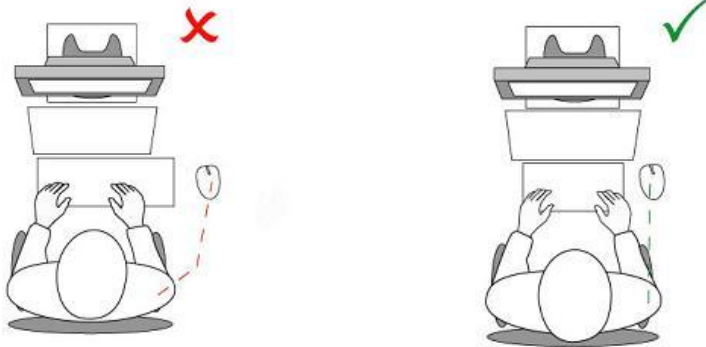
- Der Stellwinkel der beiden Tastaturhälften lässt sich bis 30° variieren (a).
- Die beiden Tastaturhälften lassen zusätzlich eine dachförmige Neigung bis zu 16° zu (b).
- Die frontale Neigung lässt sich auf 6° oder 12° festlegen (c).
- Optional ist ein numerischer Ziffernblock erhältlich.



Maße: (H x B x T) 42 x 383 x 255 mm
Anschluss: USB und PS/2

Kompakttastaturen

Bei PC-Standardtastaturen werden Schultern und Ellenbogen von Rechtshändern wegen des numerischen Tastaturteils (rechts angeordnet und von vielen Nutzern nicht benötigt) übermäßig belastet. Die Maus befindet sich wegen des zwischenliegenden numerischen Tastenfeldes ungünstig weit vom Körper weg! Anders, siehe Skizze, beim Einsatz einer Kompakttastatur.



Kompakttastatur S 840

Die Kompakttastatur S 840 ist besonders dünn und leicht, und darum angenehm als externe Tastatur mitzunehmen. Die Tastatur verfügt außerdem über Multimedia-Tasten sowie zwei gesonderte USB-Ports, so dass man die Maus und /oder die Numerik gleichzeitig an die Tastatur anschließen kann.

ergonomische Farbgebung:

- ❖ dunkle Zeichen auf hellem Hintergrund.

optimiertes Tastaturlayout:

- ❖ optimale Tastengröße (Enter, Leertaste, Backspace)
keine Tasten rechts von der Enter-Taste
- ❖ Funktionstasten etwas höher als alphanumerische Tasten
- ❖ Entf-Taste optimal platziert, Pfeiltasten etwas nach vorne versetzt



- ❖ ultraleicht, kompakt, Platz sparend, USB-Anschluss
- ❖ **reduziert für Arm und Hand den Weg zur Maus**
- ❖ 'Notebook'-Tastenanschlag (Schermechanismus statt Membranen)
- ❖ Pfeiltasten leicht zu finden, mit Fn zu aktivierender integrierter Nummernblock
- ❖ zugehöriges numerisches Tastenfeld S 840 Numeric lieferbar

Maße (BxTxH): 305 x 165 x 20 mm

Gewicht: 480 g

Numerisches Tastenfeld S 840 Numeric

Separates Tastenfeld mit Taschenrechnerfunktion.

Externe numerische Tastenfelder sind empfehlenswert für Benutzer, die umfangreiche Dateneingaben zu bewältigen haben.

Das numerische Tastenfeld ermöglicht abwechselnde links- oder rechtshändige Dateneingabe.

Abwechslung bedeutet angenehmeres Arbeiten und erhöht die Produktivität der Arbeit. Das Tastenfeld kann zu jeder beliebigen Tastatur benutzt werden.



- ❖ inklusive Taschenrechnerfunktion
- ❖ aufrollendes USB -Kabel
- ❖ 'Notebook'-Tastenanschlag (Schermechanismus statt Membranen)
- ❖ 26 verschiedene Tasten
- ❖ USB-Anschluss

Maße (BxTxH): 95 x 165 x 21,5 mm

Gewicht: 120 g

Armauflagen und Unterarmstützen

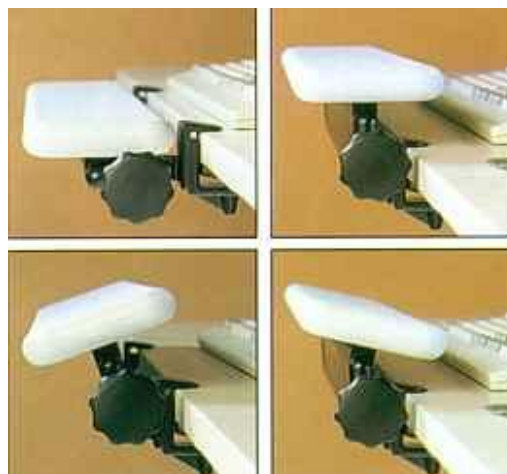
Ergonomische Hilfsmittel für die Computerarbeit sind besonders dann wichtig, wenn täglich über mehrere Stunden an diesem Gerät gearbeitet wird. Unterarmstützen entlasten die Arme und Schultern bei der Eingabearbeit über Tastatur und Maus.

EMG- Messungen (Messung der Muskelaktivität) haben ergeben, dass langanhaltende statische Haltearbeiten (Schulter/Arm) in Verbindung mit kleinen wiederholten Bewegungen (Hand/Finger) zu einer erhöhten neuromuskulären Spannung führen. Aber auch zur Vorbeugung gegen die genannten Beschwerden sind Armauflagen und Unterarmstützen empfehlenswert.

TOPTEC Armauflage



Durch das weich gepolsterte Kissen der TOPTEC Armauflage werden Ihre Arme und Schultern entlastet. Dadurch wird eine ergonomische Körperhaltung gefördert und ein entspanntes Arbeiten erreicht. Die Armauflage stützt Ihre Arme und lässt den Händen und den Fingern die nötige Bewegungsfreiheit.



- ❖ passt an fast jeden Schreib- und Arbeitstisch
- ❖ ist in Höhe und Neigung individuell verstellbar
- ❖ für Tischplattenstärke von 19 bis 64 mm

Ergorest Unterarmstützen

Ergorest Unterarmstützen sind nach ergonomischen Gesichtspunkten konstruierte Hilfsmittel, mit deren Hilfe die Anspannung von Nacken, Schultern und Armen reduziert werden kann.

Dadurch kann die Gefahr, an einem RSI-Syndrom zu erkranken, erheblich vermindert werden.

Ergorest 330



Für Benutzer, die ihre Arme nicht über längere Zeit heben können, ermöglicht die Unterarmstütze Ergorest 330 einen größeren Bewegungsradius.

Die Auflage ist mit Schaumgummi gepolstert und mit Lammnappaleder bezogen. Die Höhe ist bis zu 75 mm einstellbar.

Ergorest 330 mit Mauspad



Für Menschen, die viel mit einer Maus arbeiten, gibt es die Ergorest 330 optional mit integriertem Mauspad.

Durch die beiden bewegliche Gelenke kann die Maus ohne Reibung am Handballen und mit entspannter Armhaltung bewegt werden.

- ❖ passt an fast jeden Schreib- und Arbeitstisch
- ❖ ist in Höhe und Neigung individuell verstellbar
- ❖ für Tischplattenstärke von 15 bis 43 bzw. 34 bis 64 mm lieferbar

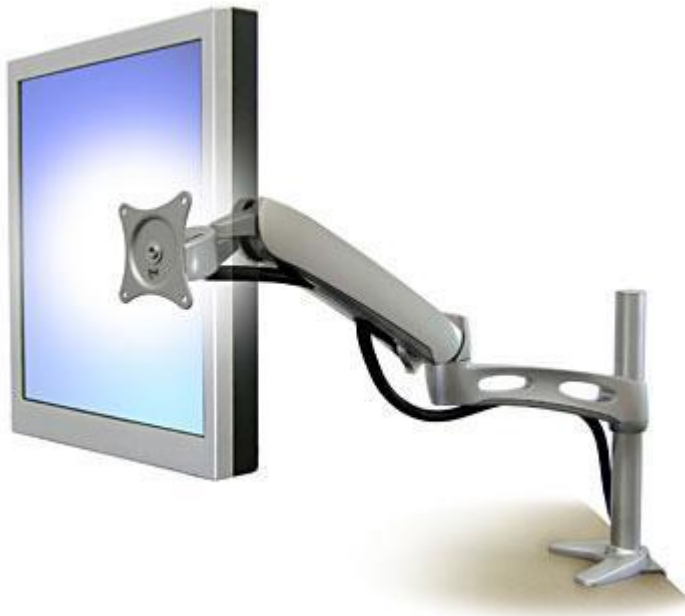
Monitor- und Notebookschwenkarme

Mehr Effizienz und Ergonomie für Ihren Monitor bietet ein Monitorschwenkarm.

Die patentierte Lifttechnologie erlaubt ein leichtes und einfaches Verstellen des Monitors in fast jede Position. Der ergonomische Blickkomfort beugt gesundheitlichen Risiken im Nacken- und Rückenbereich vor.

Der Monitor schwebt über der Arbeitsfläche und spart damit zusätzlich wertvollen Arbeitsplatz.

Monitorschwenkarme



Der Monitorschwenkarm für Tischmontage steht für komfortable Bildschirmarbeit verbunden mit einem Höchstmaß an ergonomischen Eigenschaften.

- ❖ schwenk- und neigbar
- ❖ um 330 mm stufenlos in der Höhe verstellbar -> CF Technologie*
- ❖ Reichweite: 610 mm
- ❖ Monitorgelenk ist um +5°/-75° neigbar, Portrait/Landscape-Funktion
- ❖ Armposition kann an der 330 mm hohen Säule entsprechend verstellt werden
- ❖ Tischklemme und Schraubplatte sind im Lieferumfang enthalten
- ❖ VESA Montagestandard: 75x75 mm/100x100 mm
- ❖ Tragkraft mit Tischklemme: 2,3 bis 9,1 kg
- ❖ Tragkraft mit Schraubklemme: bis 18 kg
- ❖ Garantie: 5 Jahre

Notebookschwenkarm

Der Schwenkarm ist für Notebooks mit unterschiedlichen Abmessungen geeignet und wird mittels Tischklemme einfach am Tisch befestigt.

Der Arm kann in jeder gewünschten Höhe an der Säule fixiert werden.

Die interne Kabelführung ist leicht zugänglich und verläuft unterhalb des Armes.



Ihr Notebook kann so als zweiter Monitor direkt neben Ihrem Desktop Monitor platziert werden.

Dadurch ergibt sich als weiterer Vorteil eine Zweischirmlösung mit erheblich mehr Sichtfläche, die es Ihnen erlaubt unterschiedliche Anwendungen parallel zu nutzen.

Nach Studien lässt sich durch die gleichzeitige Nutzung mehrerer Monitore die Produktivität um 10% steigern. Die Fehlerhäufigkeit verringert sich um fast 20%.

- ❖ schwenk- und neigbar
- ❖ um 330 mm stufenlos in der Höhe verstellbar
- ❖ Reichweite: 610 mm
- ❖ Armposition kann an der 330 mm hohen Säule entsprechend verstellt werden
- ❖ Notebookadapter, Tischklemme und Schraubplatte im Lieferumfang enthalten
- ❖ Tragkraft: 1,14 bis 5,45 kg
- ❖ Garantie: 5 Jahre

Dual Monitorschwenkarme

Eine Komplettlösung für den Schreibtisch: bietet sowohl die Doppelschirmlösung als auch die Kombination LCD-Monitor / Notebook in einem Paket.



Vorteil dieser dualen Konfiguration besteht in der flexiblen Anordnung beider Displays in Höhe, Neigung und Reichweite.

Gleichzeitig wird die Arbeit durch den Einsatz mehrerer Displays (siehe Abschnitt Notebook-schwenkarme) bei sinkender Fehlerrate produktiver.

- ❖ schwenk- und neigbar
- ❖ Höhenverstellung: 330 mm stufenlos
- ❖ Reichweite: 610 mm
- ❖ Tragkraft *LCD*: bis 9 kg
- ❖ Tragkraft Notebook: 1,14 bis 5,45 kg
- ❖ Schwenkradius des Arms an der Säule 360°;
180° bei zwei Schwenkarmen an einer Säule
- ❖ Schraubplatte: Tragkraft gesamt 18,1 kg; Schwenkfunktion 180°
- ❖ Tischklemme: Tragkraft gesamt: 9,1 kg; Schwenkfunktion 180°
- ❖ Notebookadapter, Tischklemme und Schraubplatte im Lieferumfang enthalten
- ❖ Garantie: 5 Jahre

Fußstützen

Fußstütze DUO-FEET 2C



- ❖ zwei schwarze Trittpedale, unabhängig voneinander neigbar und in der Tiefe verstellbar, 15-fache Verstellmöglichkeit
- ❖ verchromte Mittelachse, die mittels seitlicher Handräder verstellbar ist, zur Aufnahme der Fußpedale
- ❖ Rundrohrrahmen, Ø 20 mm x 1,5 mm Wandstärke, verchromt Kunststoffgleiter

Fußstütze Basic 950/952

Fußstütze mit weitem Einstellbereich für eine gute ergonomische Arbeitshaltung.



- ❖ sehr stabil
- ❖ hoher Gleitwiderstand
- ❖ Winkel der Trittfläche einstellbar
- ❖ Stufenlos verstellbar
- ❖ Weiter Einstellbereich

Bedienung: Basic 950 Handbedienung
Einstellbereich: 30 – 195 mm

Basic 952 Fußbedienung
60 – 270 mm