

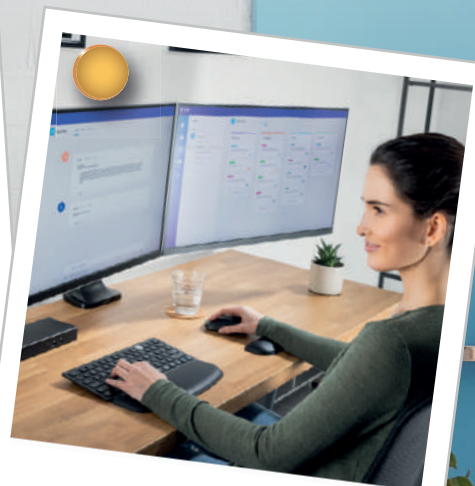
ERGONOMIA & KOMFORT



LEITZ ERGO



LEITZ ERGO COSY



KENSINGTON



 **LEITZ®**

Kensington®

**W DOMU, W BIURZE
I W PODRÓŻY**

ZADBAJ O ERGONOMIĘ I RUCH W CZASIE PRACY



CY DZIĘKI PRODUKTOM LEITZ I KENSINGTON



Ponieważ coraz więcej firm akceptuje pracę z domu i przestawia się na bardziej elastyczne środowiska pracy, należy wziąć po uwagę, że nieodpowiednia organizacja miejsca pracy może przyczyniać się do odczuwania fizycznych dolegliwości u pracowników zdalnych. Bóle i dyskomfort w czasie pracy mogą w przyszłości przerodzić się w długotrwałe problemy zdrowotne i obniżyć wydajność. Stworzenie ergonomicznego stanowiska pracy jeszcze nigdy nie było tak ważne.

Niezależnie od tego, czy działasz jako osoba prywatna, czy jako firma, stosowanie zasad ergonomii może pomóc Ci prowadzić szczęśliwsze, zdrowsze, bardziej produktywne i komfortowe życie.

Zaufaj markom Leitz i Kensington, których produkty pomogą Ci znaleźć optymalne rozwiązanie dla każdego środowiska - w domu, w biurze i w innych miejscach.

Czym jest ergonomia?

Mówiąc najprościej: ergonomia to nauka o optymalnym przystosowaniu środowiska pracy do możliwości psychofizycznych człowieka. Dbłość o zapewnienie ergonomicznego podejścia do miejsca pracy - w biurze, w domu czy w terenie - przyczynia się do redukcji dyskomfortu, zmęczenia i ryzyka przewlekłych urazów u pracowników.



W jaki sposób nieergonomiczne miejsce pracy może wpłynąć na Twoje samopoczucie?

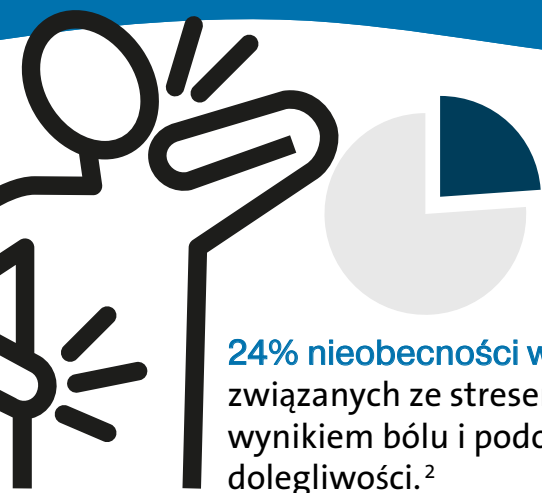


Nieodpowiednio przygotowane pod względem ergonomii miejsce pracy może w dłuższej perspektywie stanowić zagrożenie dla zdrowia. Siedzenie przy biurku przez cały dzień może prowadzić do bólu oraz przeciążenia mięśni pleców, a w ekstremalnych przypadkach do poważnych urazów kręgosłupa. Negatywne skutki mogą być różnorodne.

Badania dowodzą, że prawie 2 miliony pracowników w Stanach Zjednoczonych cierpi co roku z powodu chronicznego nadwyrężenia mięśni (RSI), w tym zespołu cieśni nadgarstka lub zapalenia ścięgna dłoni.



Dobre samopoczucie



2 MILIONY PRACOWNIKÓW

Co roku cierpi z powodu chronicznego przeciążenia mięśni i ścięgien (RSI)⁵



Siedzący tryb pracy może powodować:

- Zaburzenia metabolizmu
- Choroby serca
- Podwyższone ciśnienie krwi
- Wysokie ciśnienie krwi
- Zwiększone ryzyko chorób nowotworowych
- Choroby sercowo-naczyniowe
- Stres i niepokój

Jakie efekty osiągają firmy, które dbają o dobre samopoczucie pracowników?

28% mniej zwolnień chorobowych.³



91% pracowników twierdzi, że czują się zmotywowani, aby dać z siebie jak najwięcej.⁴

² Careerbuilder

^{3/4} Institute for Healthcare Consumerism

⁵ Badanie przeprowadzone przez Staples Business Resource Center

TAK! 

- Krzesło z funkcją kotysania
- Biurko z regulacją wysokości
- Regulowana podpórka pod nadgarstek
- Regulowany podnózek
- Regulowana wysokość monitora
- Regulowane ustawienie kamery internetowej

NIE! 

- Krzesło bez regulacji
- Biurko bez regulacji wysokości
- Siedzenie w zgarbionej pozycji
- Monitor bez regulacji wysokości

Jeden rozmiar pasuje do wszystkich

1.

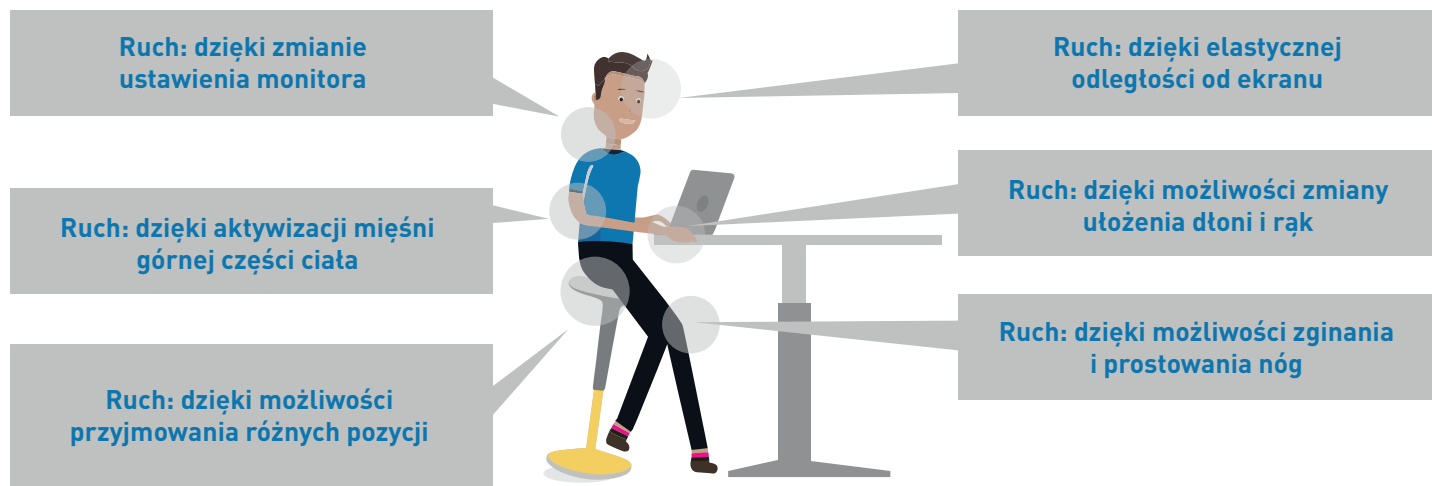
Różnimy się między sobą zarówno wzrostem, jak i budową ciała. Dlaczego zatem oczekujemy, że standardowy rozmiar mebli i sprzętów biurowych będzie dopasowany do sylwetki każdego z nas? To, że krzesło lub ustawienie monitora na pewnej wysokości są wygodne dla Twojego kolegi, nie oznacza, że będą one równie komfortowe dla Ciebie. To miejsce pracy należy dopasować do konkretnej sylwetki, a nie odwrotnie, bo zmiana budowy ciała nie jest możliwa. Aby móc pracować efektywnie, miejsce pracy, w tym krzesło, stół i akcesoria biurowe musisz odpowiednio dopasować do siebie.

Zadbaj o ergonomię w swoim miejscu pracy dzięki produktom Leitz i Kensington

Stosowanie zasad ergonomii nie odnosi się wyłącznie do osób pracujących w biurach lub odczuwających ból i dyskomfort podczas pracy. Koncepcja ta ma zastosowanie w całym naszym życiu i dotyczy wszystkiego, co robimy.

Niezależnie od tego, czy działasz jako osoba prywatna, czy jesteś pracownikiem firmy, zastosowanie się do zasad ergonomii może pomóc Ci prowadzić szczęśliwsze, zdrowsze oraz bardziej produktywne i satysfakcjonujące życie.

Korzyści wynikające z częstej zmiany pozycji podczas pracy



Ergonomia dotyczy osób, które mają problemy zdrowotne

2.

Czy zdarza Ci się odczuwać dokuczliwy ból pleców, drętwienie, mrowienie lub inne dolegliwości podczas pracy? Jeżeli tak, powinieneś natychmiast odpowiednio skonfigurować swoje miejsce do pracy, aby zredukować dyskomfort. Ergonomia służy nie tylko osobom, które już mają problemy zdrowotne. Powinna być ona stosowana jako środek zaradczy przed wystąpieniem pierwszych dolegliwości. Korzystanie z odpowiedniego sprzętu biurowego pomaga uniknąć problemów ze zdrowiem, które mogą pojawić się w przyszłości.

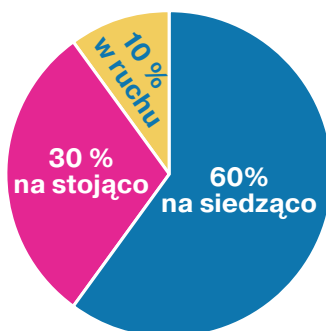
Ergonomia jest istotna tylko dla osób pracujących w biurach

3.

Zasady ergonomii mają zastosowanie do wszystkich dziedzin życia i dotyczą wszelkiego rodzaju wykonywanych przez nas prac. Pandemia zmusiła większość z nas do pracy z domu. Praca zdalna to nasza nowa rzeczywistość, i będzie ona kontynuowana także po zakończeniu okresu pandemii. Pracodawcy powinni wziąć ten fakt pod uwagę i stworzyć skuteczne, długoterminowe programy wdrożenia ergonomii w miejscu pracy, z korzyścią dla ich pracowników.

Magiczna zasada: różnorodność

Optimalny podział pracy w ciągu dnia:



Źródło: orthinform.de/patienteninformationen/buero-sitzen-stehen-und-bewegen



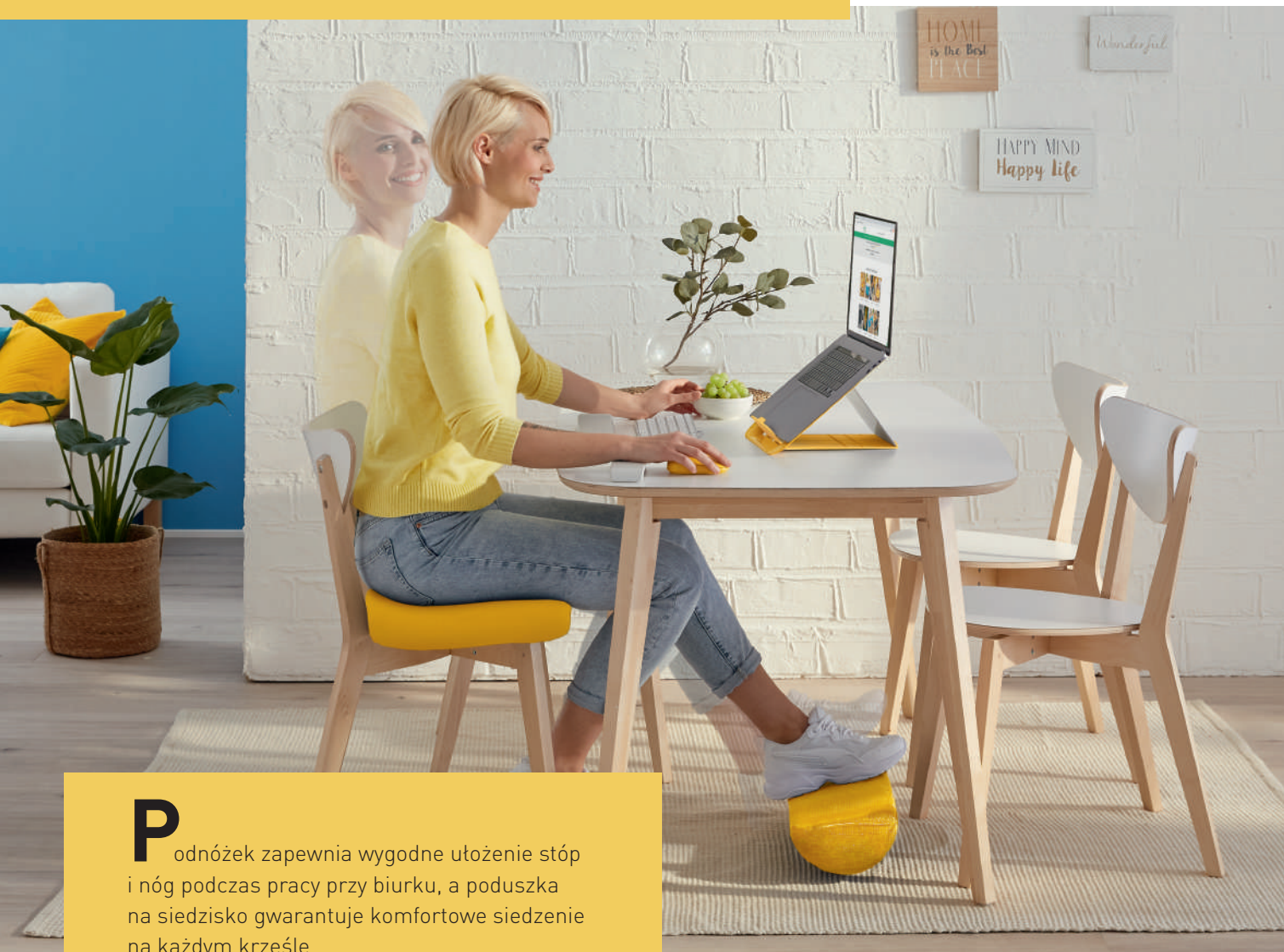
W dzisiejszych czasach, gdy praca przeplata się z życiem prywatnym, potrzebujemy takiego środowiska wokół nas, które będzie nas inspirować i podtrzymywać naszą motywację, a jednocześnie sprzyjać naszemu zdrowiu i dobremu samopoczuciu. Wszystkie produkty Leitz Ergo Cosy zostały zaprojektowane tak, by usprawniały codzienne życie i dodawały stylu i kolorów Twojemu miejscu pracy.





LEITZ ERGO COSY

Stwórz dzięki produktom Leitz Ergo Cosy wygodną i aktywną przestrzeń roboczą, aby zachować uważność podczas pracy. Popraw swoje samopoczucie i zdrowie, tworząc w prosty sposób przyjazne i elastyczne miejsce pracy, które zapewni Ci ruch przez cały dzień.



Podnóżek zapewnia wygodne ułożenie stóp i nóg podczas pracy przy biurku, a poduszka na siedzisko gwarantuje komfortowe siedzenie na każdym krześle.



Zadbaj o to, aby Twoje miejsce pracy w domu było równie wydajne, zdrowe i bezpieczne jak miejsce pracy w biurze. Opatentowany system SmartFit® w podstawkach pod laptopa pozwala uzyskać ergonomiczne stanowisko pracy w trzech prostych krokach.



Sam laptop to za mało, aby zapewnić sobie komfort i produktywność podczas pracy. Musisz mieć przynajmniej podstawkę pod laptopa oraz zewnętrzną mysz i klawiaturę, aby móc wygodnie pracować. Jednak prawdziwą zmianę odczujesz, korzystając z drugiego monitora, który może zwiększyć Twoją wydajność nawet o 42%.

Zaufaj firmie Kensington, która wyposaży Cię we wszystkie urządzenia potrzebne do podłączenia laptopa i innych urządzeń peryferyjnych, aby zapewnić Ci równie wysoki poziom wydajności, jak w biurze.





O patentowany przez firmę Kensington system SmartFit® pozwala łatwo dopasować ustawienia akcesoriów do indywidualnych potrzeb użytkownika w celu uzyskania maksymalnego komfortu w miejscu pracy, bez konieczności stosowania skomplikowanych narzędzi lub przeprowadzania długotrwałej analizy ustawień.





Kensington potrafi zmienić tradycyjne domowe biura w ergonomiczne, optymalne dla zdrowia miejsca pracy dzięki wprowadzeniu zaledwie kilku udogodnień.

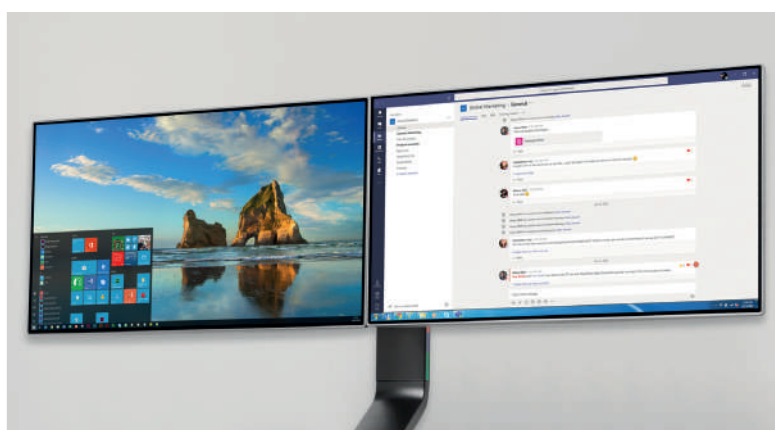
Od regulowanych podstawek pod laptopy czy monitory i ramion do monitorów, po podnóżki, oparcia na krzesła i podpórki pod nadgarstki — firma Kensington oferuje rozwiązania, które wspierają prawidłową postawę i cyrkulację krwi, umożliwiając pracownikom znalezienie produktów FIT, które zapewnią im całodzienny komfort.



Ustawiony po kącie 60° wertykalny przewodowy trackball Kensington Ergo sprzyja prawidłowemu ustawieniu nadgarstka i ręki, aby ograniczyć ich ewentualne nadwyrężenia i zmaksymalizować komfort.



Badania wykazały, że samo tylko używanie wielu monitorów może zwiększyć wydajność o 42%.





Stwórz dzięki produktom Leitz Ergo Cosy i Leitz Ergo WOW wygodną i aktywną przestrzeń roboczą, która ułatwi Ci zachowanie koncentracji i uważności podczas pracy. Popraw swoje samopoczucie i zdrowie, tworząc w prosty sposób przyjazne i elastyczne miejsce pracy, które zapewni Ci ruch przez cały dzień.





LEITZ ERGO COSY



GERMAN
DESIGN
AWARD
WINNER
2022

Zmieniaj pozycję z siedzącej na stojącą podczas pracy. Stół Leitz Ergo Cosy z zaokrągloną podstawą zachęca do aktywności, a ruch, obroty i kołysanie podczas pracy przyczyniają się do wzmocnienia pleców.

Półka do siedzenia Leitz Ergo Cosy idealnie sprawdzi się jako krzesło, zapewniając Ci ruch podczas siedzenia, lub jako przyrząd do ćwiczeń gimnastycznych.





Linia produktów ergonomicznych Leitz Ergo stworzona z myślą o wyposażeniu miejsca pracy w biurze lub w domu. W jej skład wchodzi produkty i akcesoria, które pomogą Ci pozostać aktywnym, gdy siedzisz lub stoisz, abyś zachował zdrowie i produktywność przez cały dzień.



Regulowana podstawka Leitz Ergo pod monitor unosi go na optymalną dla wzroku wysokość, co skłania do przyjmowania zdrowej i prawidłowej pod względem ergonomicznym postawy oraz zwiększa wydajność.

Podnóżek Leitz Ergo łączy ergonomiczne korzyści wynikające z możliwości regulacji nachylenia i wysokości z zaletami wygodnej, szerokiej platformy o antypoślizgowej powierzchni. Zapewnia właściwą cyrkulację krwi i komfortową pozycję pleców i nóg, zwiększając dzięki temu efektywność pracy.





Ponieważ wiele firm organizuje pracę hybrydową, pracownicy powinni mieć możliwość zabrania ze sobą wszystkich akcesoriów, które zapewnią im efektywną pracę i dobre samopoczucie – wszędzie tam, gdzie pracują.



Praca nie jest już miejscem, do którego chodzisz – jest tym, co robisz.

Procesowi dostosowywania metod pracy do „nowej normalności” będzie towarzyszyć redukcja ograniczeń - pracownicy będą mogli wypełniać swoje obowiązki zawodowe w różnych lokalizacjach, pracując wszędzie tam, gdzie będzie łączność WiFi. Dlatego ważne jest, aby firmy wyposażyły pracowników w takie akcesoria biurowe, które można przenosić między pracą a domem, np. torby czy produkty zapewniające im dobre samopoczucie.

Kensington posiada w swojej ofercie szereg akcesoriów, które z łatwością można przenosić pomiędzy domem i biurem.





Podstawka chłodząca pod laptopa Kensington SmartFit® Easy Riser™
Czarna **60112**



Uniwersalna podstawka Kensington pod laptopa
K50424WW



Podstawka aluminiowa Kensington Easy Riser™ pod laptopa
K50417WW



Podstawka Kensington SmartFit® pod monitor z szufladą
K55725EU



Podstawka pod monitor Kensington Plus SmartFit™
Czarna **K52786WW**
Szara **60089**



Bezprzewodowa klawiatura ergonomiczna Kensington Pro Fit®
K75401WW



Bezprzewodowy trackball Kensington Pro Fit® Ergo TB450
K72194WW



Optyczny trackball Kensington SlimBlade™ Pro
Czarny **K72080WW**



Bezprzewodowa mysz Kensington Pro Fit®
Czarna **K72452WW**



Przewodowa mysz Pro Fit® Ergo
Czarna **K75403EU**



Podnóżek z możliwością kotysania
K58303WW



Podnóżek ergonomiczny Kensington SmartFit® SoleMate™ Pro Elite
K50345EU



Żelowa poduszka chłodząca na krzesło Kensington Premium
K55807WW



Podpórka dopasowująca się do pleców Kensington SmartFit®
K60412WW



Plecak Kensington Contour™ 2.0 Pro na laptopa
17" **K60381EU**
15.6" **K60382EU**
14" **K60383EU**



Przedłużone ramię do monitora Kensington SmartFit®
Pojedyncze przedłużone **K55408WW**
Podwójne przedłużone **K55409WW**



Regulowane ramię do monitora Kensington SmartFit® One-Touch
Pojedyncze szare - **K55470EU**
Pojedyncze czarne - **K59600WW**
Podwójne szare - **K55471EU**
Podwójne czarne - **K59601WW**



Ramię do monitora SmartFit®
Pojedyncze **K55411WW**

- 19 ciepły żółty
- 61 morski niebieski
- 89 aksamitny szary

1), 2)



Podkładka pod nadgarstek
Jasnoszara **64830085**

1), 2)



Podstawa pod laptopa
642600 -

1), 2)



Podnózek
537100 -

1), 2)



Ortopedyczna poduszka
na krzesło
528400 -

1), 2), 3)



Ergonomiczny stółek
651800 -

1)



Piłka do siedzenia, śr. 65 cm
527900-

1), 2), 3)



Stanowisko do pracy
na stojąco
Jasnoszare **65320085**

1), 2), 3)



Stanowisko do pracy
na stojąco
Jasnoszare **65330085**

1), 2)



Mata redukująca zmęczenie
53690089

1)



2)



3)



85 jasnoszary

89 ciemnoszary

2)



Podstawka pod laptopa
biała **64240001**



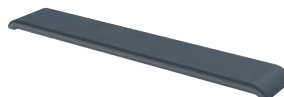
Podstawka pod monitor
biała **64340001**



Regulowana podstawka
pod monitor
650400 -



Podkładka pod mysz
z regulowaną podpórką
pod nadgarstek
651700 -



Regulowana podpórka pod
nadgarstki do klawiatury
65230089

1), 2)



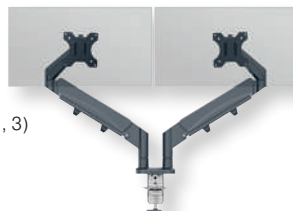
Regulowana podpórka pod
nadgarstki do klawiatury
65240085

2), 3)

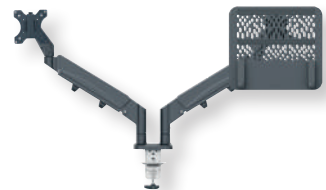


Ramię na jeden monitor
64890089

2), 3)



Ramię na dwa monitory
65370089



Ramię na monitor i laptopa
65380089



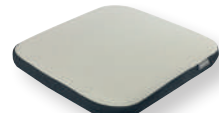
Regulowany podnóżek
65030085

2)



Poduszka do aktywnego
siedzenia
65390089

2)



Poduszka do aktywnego
siedzenia z pokrowcem
654000 -

2), 3)



Półka do siedzenia, śr. 55 cm
z zabezpieczeniem przed
niekontrolowanym toczaniem się
654100 -

2), 3)



Półka do siedzenia, śr. 65 cm
z zabezpieczeniem przed
niekontrolowanym toczaniem się
654200 -

2), 3)



Półka do siedzenia, śr. 75 cm
z zabezpieczeniem przed
niekontrolowanym toczaniem się
654300 -

1)



2)



3)



#WorkLeitzBalance
