

klärung ist dringend notwendig. Ein guter Hubtisch muss mehr können als nur die Lasten auf die jeweils ergonomisch günstige Arbeitshöhe zu bringen. Wichtige Details, wie leichte Bedienbarkeit, problemlose Nachjustierung, angepasste Plattformgrößen, eine Fußraumfreiheit usw., ermöglichen erst eine rüchenschonende Arbeitshaltung. Das Be- und Entladen wird erleichtert, Kräfte werden geschont und sogar Müdigkeitserrscheinungen werden reduziert. Die Arbeitsleistung steigt. Flexible Einsatzmöglichkeit durch Mobilität und problemlose Integrationsmöglichkeit an beliebigen Arbeitsplätzen ermöglicht optimale Anpassung an die jeweiligen Arbeitsbedingungen.

In vielen, auch namhaften, Firmen hat sich der Einsatz von Flachform-Hubtischen, wie von Flexlift, bestens bewährt, zumal diverse weitergehende Detaillösungen angeboten werden.

Hersteller: Flexlift

- Flachformhubtische FE, ERGO-E, ERGO-G
- Montagehubtische FCE, FDS

Gesundheitsförderung für Gabelstaplerfahrer



Gabelstaplerfahrer klagen vielfach über Schmerzen im Nacken, Rücken, Arm- und Schulterbereich. Ursache sind oftmals die ungünstigen

Bewegungsabläufe beim Gabelstapler fahren. Mit „verdrehem Hals“ nach hinten zu sehen, ist eher Regel als Ausnahme. Oder häufiges „mit überstrecktem Hals“ Nachobensehen beim Aufgreifen und Abstellen der Ladung. Zudem belasten Stöße, verursacht durch holprige Böden und Straßenbeläge, die Wirbelsäule extrem. Rückengerechte Staplersitze, wie der Savas Columbus,



haben deshalb bereits in der Basisausstattung ein Federungssystem, das die Stoßbelastung auf die Wirbelsäule deutlich reduziert und schädliche Vibrationen drastisch reduziert.

Die Rückenlehne stützt durch eine stufenlose Höhen- und Neigungsverstellung und eine Lordosenstütze den Körper optimal und individuell, was den Rücken entlastet. Die Sitzfläche ist ausreichend dimensioniert und lässt sich stufenlos verstellen. Weitere, optional erhältliche Details, wie Sitzflächenverlängerungen, Sitzflächenneigungseinstellungen, Sitzheizung, ein intelligenter Stoßdämpfer mit Fahrbahnerkennung etc., sind eine sinnvolle, der Gesundheit zuträgliche Ergänzung. Der rückengerechte Staplersitz, in Kombination mit „richtigem Verhalten“, fördert Gesundheit und Wohlbefinden und ist zugleich ein wichtiger Beitrag, Krankheitstage zu reduzieren.

Hersteller: Savas

- Columbus

Gesundes Gärtnern mit ergonomischen Geräten



Gartenarbeit an sich ist in vielerlei Hinsicht äußerst gesund. Bewegung an frischer Luft ist gut für Körper, Geist und Seele, natürlich auch für den Rücken. Doch unser liebstes Hobby ist nicht immer frei von Risiken. Einseitige und falsche Bewegungsmuster belasten ganz erheblich Rücken, Bandscheiben und Gelenke; außerdem müssen häufig schwere Lasten bewegt werden. Und dies durch Geräte, die meist so konstruiert sind, dass sie zu Fehlbelastungen zwingen. Eine innovative Lösung bietet Ergobase. Geschwungene Griffkonstruktionen ermöglichen nicht nur



eine rüchenschonende Körperhaltung, sondern fördern sie sogar. Der S-förmige-Griff mit seinen verschiedenen Greifhöhen erlaubt eine rüchensfreundliche Arbeitsweise, bei der sich der Nutzer – unabhängig von seiner Körpergröße – nicht bücken muss. Die Schwingung des Griffs reduziert zudem den Kraftaufwand und wirkt bei allen Schlag- und Stoßbewegungen dämpfend, was auch die Verletzungsgefahr verringert. Denn: „Besser ein gebogener Griff als ein gebogener Rücken“.

Hersteller: Dickhaus und Partner

- Ergobase Schaufel, Gartenboy, Schneeschieber

Gepflegter Rasen ohne Rückenschmerzen



Gartenarbeiten, wie Unkraut jäten, Hecken schneiden oder Rasen mähen, können Rücken und Gelenke auf die Dauer belasten und zu

Beschwerden führen. Jetzt können Hobbygärtner bei der Pflege des geliebten Grüns ihren Rücken entlasten. Elektrorasensmäher, wie z. B. die Rotak Serie von Bosch, ermöglichen eine rüchenschonende Körperhaltung und Handhabung. Die Längenverstellbarkeit der Holme ermöglicht ein Anpassen an verschiedene Körpergrößen und sorgt dadurch für ein ermüdungsfreies Arbeiten in aufrechter Haltung. Die ergonomische Form und Positionierung der Handgriffe verhindert ein Abknicken der Handgelenke beim Lenken des Mähers. Die einfache Be-



dienung der Schalter sowie die Möglichkeit, verschiedene Handhaltungen einzunehmen, sichern zusätzlich eine physiologische Handhabung. Zudem lässt sich der Rasenmäher durch sein geringes Gewicht und