



ARBERGO

Arbeitsergonomie aus dem Stand



Seit mehr als 100 000 Jahren ...



Im Laufe von mehr als 100 000 Jahren hat sich der Mensch als Zweibeiner entwickelt und ist so zum Balancekünstler der Schöpfung geworden. Wir können springen, klettern, laufen, gehen, stehen und vieles mehr – ohne aus dem Gleichgewicht zu geraten. Unser sehr gut entwickeltes Steuerungs- und Kontrollsystem mit Sensoren in Fußsohlen, Gelenken, Nacken, mit Sichteindrücken und Erfahrungen hilft uns dabei. So regulieren wir die Körperhaltung automatisch und unbewusst abhängig von der Bodenbeschaffenheit.

Die normale Körperhaltung ist seit Hunderttausenden von Jahren eine leichte Neigung nach vorn. So haben wir den besten Standpunkt für ein Gleichgewicht. Auch unser Rücken ist für eine solche leichte Vorwärtsneigung ausgelegt. Die Senkrechte läuft dann mitten durch die Fußfläche, und das Gewicht wird über den gesamten Fuß verteilt. So ist die Körperhaltung optimal. Die S-Form der Wirbelsäule belastet die Bandscheiben am sinnvollsten und ermöglicht ihnen die beste Dämpfung.



Auf den Boden kommt es an

Die Gummisorte, die Bewegungen am besten aushält, ist EPDM, weshalb diese Gummiqualität auch zum Beispiel bei Autotüren-Dichtleisten verwendet wird.

Unser EPDM-Zellgummi ist sehr verschleißfest: So haben die Arbergommaten, die wir 1994 an Volvo lieferten, bis heute, nach harter Beanspruchung im Schichtbetrieb, ihre hervorragenden ergonomischen Eigenschaften beibehalten.

Seit der Industrialisierung arbeiten wir mit schmerzenden Rücken und Füßen auf hartem Boden...



Reaktion des Körpers

Stehen auf harter Fläche löst einen unbewussten Reflex aus: Unsere Steuerung meint, dass sich darauf stehend Energie sparen lässt, wenn das Gewicht auf das Skelett verlegt wird. Man steht auf den Fersen, die Senkrechte verläuft durch das Skelett, das Becken kippt nach hinten, das Kreuz wird durchgedrückt und man steht „mit geradem Rücken“.

Für eine solche Arbeitshaltung ist unser Rücken jedoch nicht geeignet, ist er doch für die leichte Vorwärtsneigung konstruiert. Beim Stehen auf hartem Boden werden also vor allem die Lendenwirbelsäule und der Hüftbereich überlastet. Das gesamte Gewicht liegt auf den Fersen, als liefe man auf Stelzen. Die Kniegelenke werden in der Außenstellung ebenfalls überanstrengt.



Übliche Symptome

- Probleme der Lendenwirbelsäule
- Hüftprobleme
- Knieprobleme
- Schmerzende Fersen
- Geschwollene und brennende Füße
- Schmerzen in den Beinen

Den Energiesparreflex austricksen ...



Der Trick der Arbergo-Matten

Auf einer Arbergo-Matte lässt sich nicht auf den Fersen stehen – dann hätte man das Gefühl, nach hinten zu kippen. Das Körpergewicht muss auf die gesamte Fußfläche verteilt werden, um die Balance halten zu können. Hierfür ist die spezielle Unterseite unserer Matten verantwortlich – ein EPDM-Zellgummi mit geschlossenen Zellen. Beim Stehen auf Arbergo-Matten wird Luft komprimiert, wodurch die Unterlage instabil wird. Um dies auszugleichen, wird die Körperhaltung verändert. Die Belastung von Rücken, Hüftpartie, Knien und Fersen sinkt; jedoch führen die Ausgleichsbewegungen oft dazu, dass man in der ersten Woche Muskelkater bekommt.

Fersentest

Ob eine Arbeitsplatzmatte richtig wirkt, lässt sich mithilfe des Fersentests erfahren:

A. Stellen Sie sich zuerst auf den Boden und fühlen Sie, wie Sie stehen und wo das Körpergewicht liegt - also auf den Fersen.

B. Stellen Sie sich dann auf die Matte. Können Sie hier genauso stehen?

Auf einer Arbergo-Matte hätten Sie das Gefühl, Sie würden nach hinten kippen. Automatisch verlagern Sie das Körpergewicht auf den gesamten Fuß.

Funktion

Durch das Balancieren wird die Blutzirkulation in den Beinen angeregt. Die Venenpumpe reagiert auf die instabile Unterlage und auf die Bewegungen der Fußfläche; so sind die Muskeln ebenfalls ständig in Bewegung. Das Pulsieren der Muskeln lässt das Blut von den Füßen zum Herzen strömen. Die Gefahr von Krampfadern sinkt. Durch die stärkere Blutzirkulation wird man frischer – auch mental.

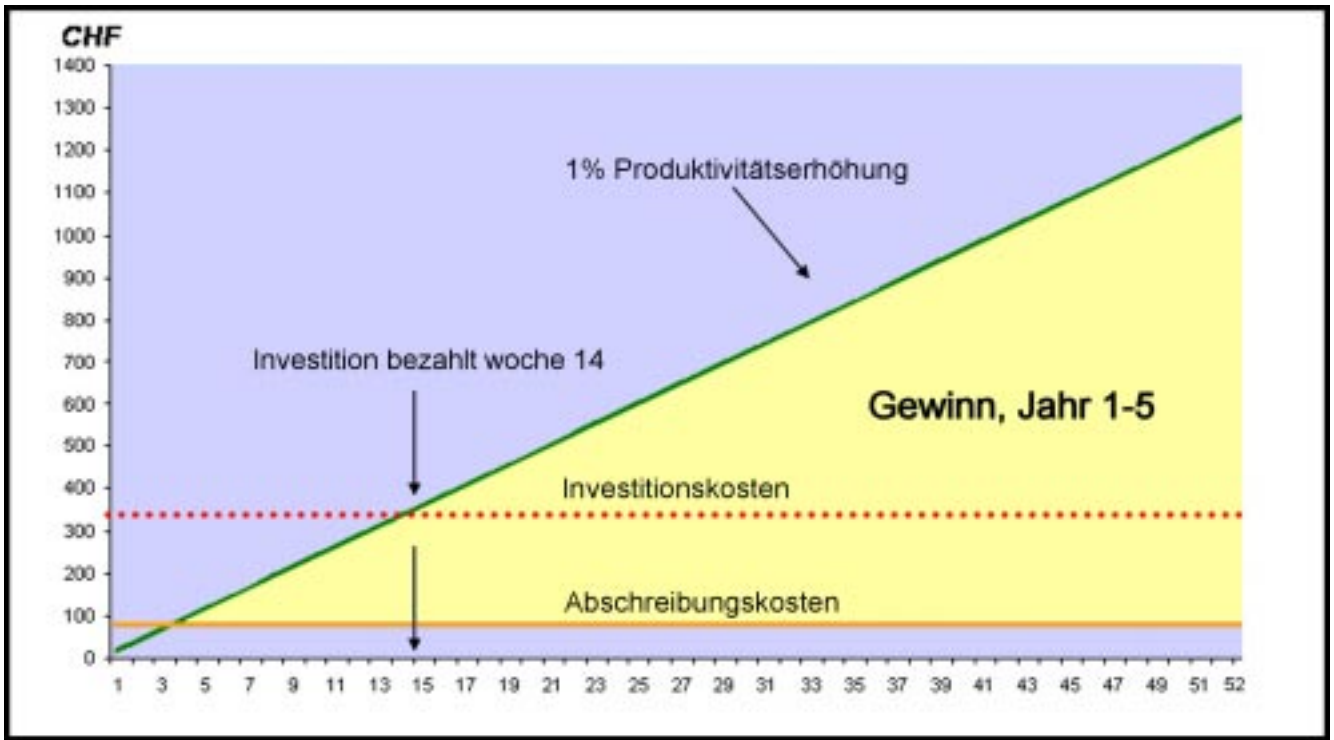
Dadurch steigt auch die Arbeitsproduktivität. Durch die stärkere Blutzirkulation verbleiben weniger Verbrennungsprodukte, wie Milchsäure, in den Muskeln zurück.

Je unbewegter die Arbeit ist, desto dicker muss die Matte sein, um die Fußfläche zum Balancieren anzuregen.

Weil man stets das Gleichgewicht herstellen muss, wird die statische Belastung von Muskeln und Gelenken verringert. Im Vergleich zum Stehen auf Betonboden sinkt die Muskelbelastung auf einer Arbergo-Matte auf die Hälfte.

Sie können das mit einer Testmatte von ArbErgo selbst erfahren!

Melden Sie sich bei uns, und Sie bekommen für eine Woche eine Testmatte!



Produkte

Arbergo-Matten sind in zwei Dicken erhältlich: PREMI UM für stehende Tätigkeiten, zum Beispiel an der Kasse; MEDI UM für Tätigkeiten mit steter Bewegung.

Als Oberfläche sind für verschiedene Arbeitsumgebungen zahlreiche Arten von Gummibezügen erhältlich. So gibt es für ölige Umgebungen ölbeständige Oberflächen usw.

Die Matten werden aus umweltfreundlichem Gummi hergestellt, dem einzigen Material, das wir verwenden. Kein anderer Hersteller außer uns produziert zum Teil mit recyceltem Gummi.

Die Matten sind gefast und haben abgerundete Ecken. Arbergo-Matten werden speziell für Ihre Arbeitsplätze hergestellt. Dafür brauchen wir nur eine Zeichnung oder ein Muster.

Dank der Erfahrung aus 15 Jahren und einer ebenso langen Produktentwicklung haben Arbergo-Matten eine sehr hohe Qualität für langandauernden Einsatz und stete Ergonomie. Sie erhalten eine 5-jährige Werksgarantie. Als weitere Qualitätssicherung werden alle ausgelieferten Produkte mit einer Kennung versehen.

Forschung

Wir haben Forschungsarbeiten zu den negativen Auswirkungen stehender Tätigkeiten angeregt, an denen wir selbst teilnehmen und die weltweit führend sind.

Das Ziel ist, Arbeitsplatzmatten herzustellen, die optimal sind - bei der Vorbeugung wie bei der Rehabilitation. Aktuelle Angaben zur Entwicklung des Forschungsprojektes finden Sie online unter www.arbergo.com

Rentabilität

Arbergo-Matten erhöhen die Produktivität durch verringerte Müdigkeit dank der niedrigeren statischen Belastung von Muskeln und Gelenken.

Eine um ein Prozent höhere Produktivität entspricht fünf Minuten am Tag. Eine solche Produktivitätssteigerung sorgt dafür, dass sich die Investition bereits im ersten Jahr 14-mal bezahlt macht (bei einer Investition in ArbErgo-Matten von 345 CHF pro Mitarbeiter und einem berechneten Stundensatz von 60 CHF). Bei Arbeitsplätzen, an denen ganztätig gestanden wird, kann die Erhöhung wesentlich größer sein.

Ein Tag an Krankschreibung allein entspricht mehr als den Kosten für eine Arbeitsplatzmatte. Im Durchschnitt kostet laut Handelszeitung ein Absenztage die Unternehmen insgesamt CHF 750.- (Lohnfortzahlung und weitere Kosten). Sinkt das Langzeit-Krankschreibung Risiko um ein Prozent, hat sich die Matte bereits gelohnt.

Teilweise konnten Langzeit-Krankgeschriebene sogar wieder Vollzeit arbeiten, nachdem ArbErgo-Matten eingeführt wurden, wie uns viele zufriedene Unternehmer, Mitarbeiter und Betriebsmediziner berichtet haben.

85 % aller Krankentage und 20 % aller Berufskrankheiten werden der schwedischen Arbeitsschutzbehörde zufolge Belastungsschäden zugeschrieben.

Eine Untersuchung aus Deutschland zeigt, dass 35 % der Ausfallzeiten mit stehender Tätigkeit zusammenhängen.

Berechnen Sie selbst: Unser Modell finden Sie unter www.arbergo.com

Kundenspezifische Lösungen

Die Arbeitsplatzmatten werden den Arbeitsplätzen angepasst - es werden die richtige Dicke für den Bewegungsanteil der Tätigkeit ausgewählt, die zur Umgebung passende Oberfläche und die geeignete Form, um den gesamten Bereich abzudecken. Wir produzieren nach Kundenauftrag und bedarfsgerechte Maße und Formen.

Unsere Vertriebsmitarbeiter helfen Ihnen bei der Entscheidung mit ihrer großen Erfahrung gern.



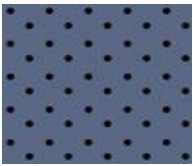
A4: Geprägte Oberseite aus SBR-Gummi in vielen Farben. Mittelhohe Friktion. Für Läger und Büros; auch für Rezeptionen und Kassenbereiche. Leicht zu reinigen.



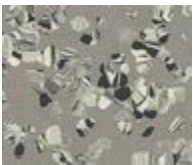
A7 NITRIL: Geprägte Oberseite aus ölbeständigem Nitrilgummi. Mittelhohe Friktion. Für Montage, Läger usw. Leicht zu reinigen.



ERGOSTAT/ERGOSTAT Plugged: Für Elektronik- und EDV-Umgebungen. Oberseite in Riffelblech-Prägung aus ölbeständigem, elektrisch leitendem Nitrilgummi.



ESD/ESD Plugged: Für Elektronik- und EDV-Umgebungen. Oberseite aus SBR-Gummi; glatt, gefärbt mit Grafitpunkten.



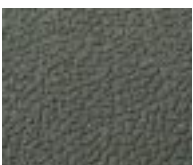
E3/E3 Plugged: Für Elektronik- und EDV-Umgebungen. Oberseite aus SBR-Gummi; geprägt, mit Grafitpunkten.



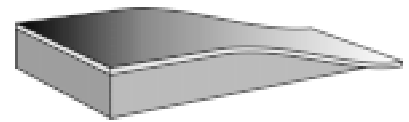
GRIPPER NITRIL: Breit geriffelte, extra rutschsichere Oberseite aus ölbeständigem Nitrilgummi. Für Bereiche mit Schneidflüssigkeiten geeignet. Nitril ist gegen die meisten Chemikalien wie gegen Späne und Schweißfunken beständig.



REBELL: Genarbte, rutschsichere Oberseite aus verschleißfestem Recyclinggummi. Für Industriebereiche mit etwas Öl und Anforderung hoher Friktion, zum Beispiel Tischlereien.



REBELL XP: Genarbte, rutschsichere Oberseite aus verschleißfestem Recyclinggummi. Für Industrieumgebungen mit Staplerverkehr.



Premium 14-15 mm;
für unbewegt stehende Arbeiten.



Medium 11-12 mm;
für Tätigkeiten mit steter Bewegung.



RELIEF NITRIL: Oberseite in schwarzer Riffelblech-Prägung aus ölbeständigem Nitrilgummi. Mittelhohe Friktion. Für Umgebungen mit Öl- und Fettvorkommen.



SUPERNITRIL: Schneidölbeständiges Nitrilgummi, schwarze Riffelblech-Prägung. Mittelhohe Friktion. Für Umgebungen mit Schneidöl und Vorkommen von Pflanzenölen und -fetten.



RELIEF SBR: Oberseite mit Riffelblech-Prägung aus SBR-Gummi. Mittelhohe Friktion. Beständig gegen Späne und Schweißfunken. In Schwarz und in Grau (dann elektrisch isolierend).



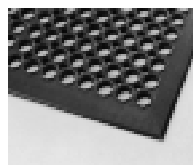
SVETS: Oberseite mit Sackleinen-Prägung aus SBR-Gummi. Hohe Friktion. Beständig gegen Späne und Schweißfunken.

Spezialmatten

Bei uns erhalten Sie verschiedene Spezialmatten für Bäder und andere Feuchträume. Fragen Sie uns nach einer Lösung!



BUBBLE-TOP: Oberfläche mit weichen Beulen. Vollständig gegossen. Für Umgebungen mit hohem Reinigungsbedarf. Die Nitrilvariante ist fettbeständig. Die Matten lassen sich im Geschirrspüler reinigen. Geeignet für Hochdruckreiniger.



SAFE-STEP: Ringgummimatte mit Drainageeffekt. Beständig gegen Späne und Schweißfunken. In Schwarz und in Terracotta (aus ölbeständigem Nitrilgummi).

ARBERGO AB
Traversvägen 7
SE941 43 PÅL TEÅ
Tel +46 0911- 76660
Fax +46 0911- 76669
info@arbergo.se

Die Produktübersicht finden
Sie online:
www.arbergo.com