

ERGONOMSKI STOLAC - GDJE I KAKO NABAVITI PRAVI

Uredsko poslovanje značajno utječe na zdravlje suvremenog čovjeka, a poglavito na sve današnje poslove utemeljene na uporabi informatičkih tehnologija i dugotrajnom sjedenju.

Nažalost, uz pozitivne posljedice uvođenja globalnog mrežnog poslovanja masivnih informacijskih sustava, sve se više uočavaju i njihove negativne posljedice na zdravlje uredskog čovjeka. Statistički podaci u Njemačkoj potvrđuju da čak 80% uredskih djelatnika pati od nekog oblika deformibiliteta kralježnice, a jedan od većih razloga odlaska ove populacije radnika na bolovanje predstavljaju bolovi u leđima, s udjelom čak oko 10%.

U prilog tome su podaci istraživanja njemačkog Instituta za sigurnost na radu o aktivnostima i najčešćim položajima djelatnika u administrativnim poslovima koji 96% radnog vremena sjede, 3% stoje te se samo 1% kreću. Implementacija novih tehnologija podrazumijeva dulji boravak za kompjutorom ili laptopom, zbog čega se zbog dugotrajnog i nepravilnog sjedenja pojavljuju bolovi u glavi (14%), vratu i ramenima (24%), leđima (57%), stražnjici (16%), potkoljenicama (19%), te koljenima i stopalima (2%), pri čemu statičko sjedenje može uzrokovati stres i probleme kardiovaskularnog sustava i probavnih organa.

Što treba učiniti? Izabrati dobar radni stolac i podesiti ga kako bi se mogao zauzeti pravilan stav tijela pri radu.

Zašto? Dobro dizajniran radni stolac koji je odgovarajuće prilagođen osnovni je element sigurnog i učinkovitog radnog mjesta s računalom. Dobar radni stolac osigurava nužnu potporu leđa, nogu, bedra i ruku, čime se smanjuju pojave nepravilnog stava tijela pri radu, opterećenost mišićno-koštanog sustava i kontakti stres.

Prema Pravilniku o sigurnosti i zaštiti zdravlja pri radu s računalom (N.N., br. 69/05.), elementi o kojima treba voditi računa prilikom izbora stolca su ovi:

- *Radni stolac treba biti stabilan te osiguravati radniku udoban položaj i neometano pomicanje.*
- *Visina sjedala radnog stolca treba biti podesiva (kako bi pri radu s računalom noge imale čvrsti oslonac).*
- *Naslon mora biti oslonac za cijela leđa, podesivo po nagibu i visini.*
- *Naslonjač za ruke, ako se upotrebljava, treba biti pravilno postavljen.*

Zavod za istraživanje i razvoj sigurnosti d.d. ima u prodaji ergonomske stolce od najpoznatijih i najvećih hrvatskih tvrtki koje proizvode

ergonomski namještaj. Zahvaljujući visokokvalitetnoj proizvodnji ergonomskih stolaca dobile su čitav niz priznanja od svojih kupaca i ljudi iz struke, a također imaju i certifikaciju ISO 9001 koja se obnavlja svake godine.

ZIRS iz svoje ponude ergonomski oblikovanih stolaca posebno preporučuje modele ovih stolaca: *KORNAT*, *MURTER*, *AVALON* i *NEHAJ*. Odlikuju se ergonomskim dizajnom, visokom kvalitetom, povoljnom cijenom, te ih se može dobiti u više boja. Najvažnije je što udovoljavaju zahtjevu prema Pravilniku o sigurnosti i zaštiti zdravlja pri radu s računalom:

- Sve četiri vrste stolaca su stabilne, omogućavaju radniku udoban položaj i neometano micanje.
- Visina sjedala kod stolaca je podesiva.

- Naslon za leđa podesiv je po nagibu i visini.
- Naslonjači za ruke, ako se upotrebljavaju, pravilno su postavljeni.

Rokovi isporuke su veoma kratki zbog velike količine robe na skladištu proizvođača kojeg stanje zalihe nikada nije ispod osam milijuna kuna. Kao rijetko koje poduzeće na našem tržištu nudimo jamstveni rok u trajanju od dvije godine. No, ono što je posebno važno istaknuti je činjenica da osiguravamo i servis tijekom jamstvenog roka i izvan tog roka.

Sve stolce koje prodajemo moguće je vidjeti u prostorijama Zavoda za istraživanje i razvoj sigurnosti d.d. kako bi se svaki kupac mogao uvjeriti u kvalitetu i atraktivnost naše ponude (vidjeti reklamu iza sunakladničke stranice).

*mr. Ramiza Vidović, dipl. ing. sig.
ZIRS d.d., Zagreb*