

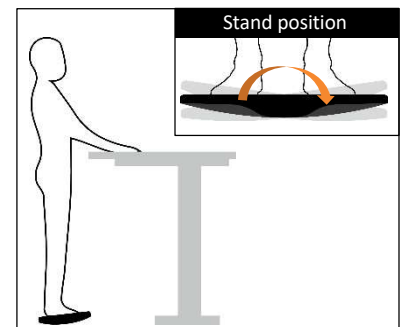
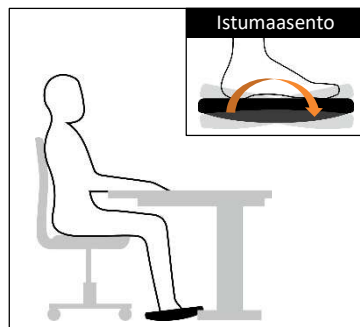
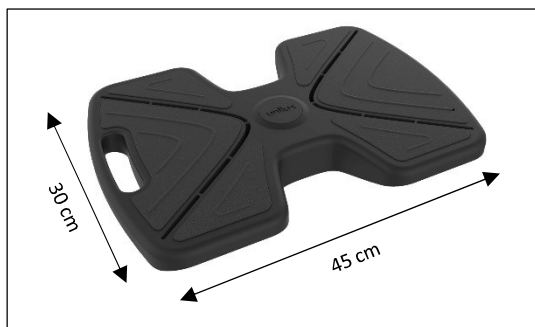
# UPDOWN



- **Taistelu istuvaa elämäntyyliä vastaan:** Keho on tehty liikkumaan. Kun olemme pitkiä aikoja stattsissa asennoissa, kehoa alkaa koskemaan. Näitä vaikutuksia voi helposti torjua vaihtamalla asentoa usieta kertoja päivän aikana.
  - **Innovatiivinen jalkatuki:** toimii jalkatukena istuessa sekä aktiivintilautana seistessä.
  - **Mukavuutta ja hyvinvointia:** UPDOWN jalkatuki pitää asennon ja ryhdin oikeana varmistaen parhaan mukavuuden selälle, niskalle, hartioille ja jaloille.
  - **Kotona tai työpaikalla:** kevyt ja dynaaminen ulkonäkö sekä ergonominen kantokahva tekevät tästä uuden sukupolven jalkatuesta keskeisen varusteen päivittäisessä työssäsi.
  - **Hyödyt:** edistää verenkiertoa, lisää tuottavuutta ja ehkäisee väsymyksen tunnetta. Pitää alaraajat liikkeessä työpäivän aikana.
  - **Liukuesteet pohjassa:** pohjassa kumitynnyt jotka estävät jalkatukea liukumasta käytössä. Soveltuu kaikille lattiapinnoille
- 
- Maksimipaino 120 Kg
  - Mitat (alue jolle jalat asetetaan): 45 cm x 30 cm
  - Mitat: pituus: 45 cm / leveys: 30 cm / korkeus: 8 cm
  - Materiaalit: polypropyleeni runko / siliikonitynnyt pohjassa



## Tekniset tiedot



| SAP nr.   | Värit | Mitat                | Takuu     | Nettopaino | EAN koodi     |
|-----------|-------|----------------------|-----------|------------|---------------|
| 400095456 | Musta | 45 cm x 30 cm x 8 cm | 10 vuotta | 0,93 kg    | 3595560025732 |

# UNILUX OHJEET: Taistelu istuvaa elämäntapaa vastaan

Istuva elämäntapa ja vähentynyt liikunta aiheuttavat terveysriskejä ja niistä on tullut merkittävä kansanterveydellinen ongelma.

## 1-Lukuja

60%

työpaikalla käytetystä ajasta, olemme istuma-asennossa

7 tuntia

päivässä istumme tietokoneen edessä

94%

työntekijöistä kertoo istuvansa liikkumatta, pidempiä ajanjaksoja

## 2-Riskit

Yli 10 tunnin päivittäinen istuminen saattaa johtaa:



OECD maissa istuminen on **SUURIN KUOLEMAAN JOHTAVA TEKIJÄ** joka voidaan välttää, suurempi tekijä kuin tupakka



40%

riski saada sydänsairaus, jos työpäivän aikana istutaan 8 tuntia.



48%

riski liikalihavuuden, sairastua diabetekseen ja verenpainetutiin

## 3-Auta työnantajaasi säästämään rahaa

Liikunta- ja tukielin sairauksista kärsivä henkilö maksaa yritykselle keskimäärin 21 500 euroa \*. Työpaikalla ergonomialla voi olla kielteinen vaikutus työntekijöiden tuottavuuteen ja yrityksen talouteen. Yritysten on nykyään houkuteltava työntekijöitä hyvillä työolosuhteilla ja pidettävä huolta että hyvinvointi työpaikalla pysyy korkeana.

Keskimääräinen kustannus yritykselle liikunta- ja tukielin sairauksista kärsivästä työntekijästä



21 500 €

Ergonomisten tarvikkeiden keskimääräinen kustannus

35 € jalkatuki  
20€ rannetuki  
100 € monitorivarsi  
200€ ergonominen tuoli  
200 € aktiivituoli  
700 € sähköpöytä

1250 €

Säästöt yritykselle



20 250 €

\*Lähde: CNAMTS CCMSA – Chiffre 2010

## 4-UNILUXin ratkaisut: laaja valikoima ergonomisia tarvikkeita

Liikunta- ja tukielin sairauksien välttämiseksi ja istuvan elämäntavan torjumiseksi on tärkeää liikkua enemmän, samalla se lisää työtehokkuutta. Aktiivituoli mahdollistaa virkistäytymisen työpäivän aikana. Näistä syistä UNILUX tarjoaa laajan valikoiman ergonomisia tarvikkeita: jalkatuet, sähköpöytä, aktiivituoli ja kannettavan tietokoneen telineet. Aktiivisuudesta on tullut yhteiskunnallinen kysymys. Ensimmäinen tavoite olisi seistä vähintään 2 tuntia työpäivän aikana ja vähitellen saavuttaa ihanteellinen kesto, 4 tuntia/työpäivä.



ERGO DESK 2

- Kannettavan teline istuma-/seisomatyöhön
- Kaasusylinterin avulla, säädät telineen korkeutta nopeasti



ERGO WELL

- Sähköpöytä
- Sopiva korkeus löytyy helposti kahden hiljaisen sähkömoottorin avulla.



MOOVE

- Aktiivituoli jonka korkeus säädettävissä
- Vältä lihasten, lannerangan ja selän kipuja



UPDOWN

- Dynaaminen jalkatuki jota voidaan käyttää istuma- ja seisomatyössä
- Parantaa verenkiertoa

Hyödyt

Parantaa verenkiertoa  
Parantaa keskittymiskykyä  
Vähentää väsymyksen tunnetta  
Vähentää stressiä ja painonnousua