

# Ostajan opas Työpöydät



## OSTAJAN OPAS ERGONOMISIIN TYÖPÖYTIIN

Ergonomia on avainasemassa modernissa työelämässä, ja sen merkitys korostuu erityisesti työpöytien valinnassa

# Tärkeimmät huomioitavat ominaisuudet

Ergonomia on tärkeässä roolissa toimistokalusteissa ja vaikuttaa suoraan työtehokkuuteen ja mukavuuteen. Työpöydän valinta on yhtä tärkeä kuin mukava tuoli. Tämä opas auttaa sinua valitsemaan pöydän, joka täyttää työvaatimuksesi ja edistää positiivisesti kokonaisvaltaista työhyvinvointia ja työympäristöäsi.



## **Korkeuden säätöominaisuudet:**

Varmista, että valitsemasi työpöytä tarjoaa riittävän laajan korkeuden säätöalueen. Työpöydän säätökorkeus on sovelluttava sekä istumiseen että seisomatyöskentelyyn. Istuessa pöytä on saatava riittävän alas säädettyä ja seistessä vastaavasti riittävän korkealle pituuteesi nähden.

## **Pöydän koko:**

Valitse pöytä, joka sopii työskentelytilaasi. Saatavana on isoja kulmapöytiä, kompakteja sähköpöytiä sekä pieniin tiloihin soveltuvia pöytiä. Tarkista, että pöytä sopii helposti yhteen tarvittavien työvälineiden kanssa, kuten tietokone, näyttö, tulostin ja asiakirjat.

## **Pöydän vakaus:**

Varmista, että pöytä on riittävän vakaa ja kestävä. Se ei saa heilua tai tuntua epävakaalta, kun säädät korkeutta tai kun käytät sitä eri asennoissa.

# Muut ominaisuudet

## **Säätömekanismi:**

Tarkista pöydän säätömekanismi. On olemassa erilaisia vaihtoehtoja, kuten sähkösäätöiset, kaasujouselliset ja manuaaliset työpöydät. Lisäksi löytyy pöydän päälle asetettavia korkeussäädettäviä pöytätasoja.

## **Materiaali ja laatu:**

Kiinnitä huomiota työpöydän materiaaleihin, että ne ovat laadukkaat ja kestävät. Pintamateriaalin tulisi myös olla helposti puhdistettavissa.

## **Lisäominaisuudet:**

Joissakin säädettävissä työpöydissä on lisäominaisuuksia, kuten USB-liitäntöjä, muistipaikkaohjain, lisävarusteena saatavana myös johtokoreja ym. Mieti, mitkä ominaisuudet ovat sinulle tärkeitä.

## **Hinta:**

Vertaile eri mallien hintoja. Varmista, että saat vastinetta rahoillesi, mutta älä tingi laadusta.

## **Takuu:**

Tarkista työpöydän takuu. Laadukkaat pöydät yleensä tarjoavat pidemmän takuuajan.

## **Toimitus ja asennus:**

Tarkista toimituskulut ja tarkastele mahdollisia asennusohjeita. Joissakin tapauksissa saatat tarvita apua pöydän kokoamisessa.

## **Testaa mahdollisuuksien mukaan:**

Jos mahdollista, testaa työpöytää esimerkiksi ErgoFinlandin showroomilla. Näin voit varmistua sen sopivuudesta, käyttömukavuudesta ja toimivuudesta.



# Miten valita oikea työpöytä

Kun valitset sopivaa työpöytää, huomioi seuraavat tekijät:

## Työtilan yhteensopivuus:

Mittaa työtilasi varmistaaksesi, että pöytä sopii tilaan ilman ahtautta. Ota huomioon muut huonekalut ja liikkumatila.

## Käyttäjän tarpeet:

Pöytäsi tulisi vastata erityisiä tehtäviäsi. Esimerkiksi graafinen suunnittelija saattaa tarvita suuremman pöydän useille näytöille, kun taas kirjailija saattaa suosia kompaktimpaa tilaa.

## Ergonomia ja mukavuus:

Pöydän korkeuden tulisi olla linjassa tuolisi ja kehosi ergonomisen asennon kanssa, jotta vältetään rasitusta. Pyöristetyt reunat tarjoavat mukavuutta ja turvallisuutta.

## Budjetti ja hyödyt:

Vaikka budjetti on tärkeä huomioon otettava seikka, on tärkeää nähdä työpöytä pitkäaikaisena investointina. Korkeampi alkukustannus laadusta ja toiminnallisuudesta voi säästää rahaa pitkällä aikavälillä kestävyys ja ergonomian ansiosta. Satsaamalla laatuun vähennetään korjauskustannuksia ja ennaltaehkäistään terveyteen liittyviä kustannuksia.



# ErgoFinlandin työpöytävalikoima

ErgoFinland tarjoaa laajan valikoiman ergonomisia työpöytiä. Esimerkkejä suosituista malleistamme:



## GETUPDESK DUO

GetUpDesk Duo on sähkösäätöinen laadukas runko kahdella hiljaisella koneistolla. Sähköpöydän säätöjaloilla saat liikettä työpisteeseesi ja ergonomia paranee. Värit: Musta, harmaa ja valkoinen. Pöytälevyissä useita kokovaihtoehtoja 700-900mm x 1100-2000 mm.



## GETUPDESK ELITE

GetUpDesk Elite sähköpöytä on laadukas yhdellä moottorilla toimiva sähköpöytä. Pakkaus sisältää pöytälevyn esiasennus rei'illä sekä rungon. Pöytälevyn koko: 1200 x 600 mm | Värit: Musta ja valkoinen



## GETUPDESK TILT

GetUpDesk Tilt on kaasujousellisella korkeudensäädöllä säädettävä työpöytä, jossa myös kaltevuuden säätö. Pöydän etureunassa on stoppari, joka ehkäisee tavaroiden tippumisen pöytätason ollessa kallistettuna. Pöytälevyn koko 600 x 520 mm | Värit: Musta ja valkoinen



## GETUPDESK MOVE

GetUpDesk Move on manuaalisesti korkeussäädettävä työpöytä, joka on kokoon taitettava ja helposti liikuteltavissa ja siirrettävissä.

Pöytälevyn koko 900 x 450 mm | Värit: Musta ja valkoinen



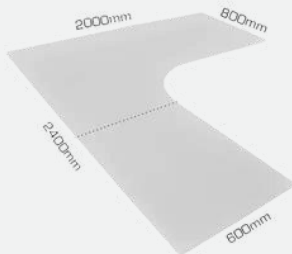
## GETUPDESK LIGHT

GetUpDesk Light on säädettävä pöytätaso. Mahdollistaa työskentelemisen seisten, kun ei ole korkeussäädettävää pöytää. GetUpDesk light on kehitetty kannettavan tietokoneen käyttäjälle vähentämään istumista ja mahdollistamaan vaihtelevuutta työasentoon.



## SÄHKÖRUNGOT

Erlaisia sähkösäätöisiä runkoja on valittavissa: kolmijalkaiset, kaksijalkaiset ja Z- runko. Pöytälevyjä runkoihin valittavissa eri kokoisia, työtilan ja oman tarpeen mukaisesti.



## PÖYTÄLEVYT

Pöytälevyjä on valittavissa eri kokoisina ja muotoisina: suorakulmainen, kulmapöytälevy ja L-muotoinen. Tarpeen mukaan myös yksilöllisten mittojen mukaan.

# Usein kysytyt kysymykset

Tässä osiossa käsitellään tyypillisiä kysymyksiä, joita asiakkailta on työpöytää valittaessa:

## **Mikä on sopiva korkeus työpöydälle?**

Vastaus: Ihanteellinen korkeus riippuu käyttäjän pituudesta, mutta yleisesti suositellaan, että istuessa kyynärpäät ovat pöydän tasolla ja kädet voivat levätä rennosti ja mukavasti.

## **Tarvitseeko säädettävän pöydän?**

Vastaus: Säädettävä pöytä on suositeltava, erityisesti jos vietät pitkiä aikoja pöydän ääressä. Se tarjoaa mahdollisuuden vaihtaa asentoa ja edistää parempaa ergonomiaa. Säädettävän pöydän ansiosta voit työskennellä istuen, aktiivituolilla ja seisten.

## **Miten valitsen pöydän materiaalin?**

Vastaus: Valinta riippuu budjetistasi ja mieltymyksistäsi. On tärkeää huomioida ekologisuus ja ympäristötekijät. Tarkasta, että pöytälevyn raaka-aine on vastuullisesti hoidetuista metsistä. Laminaatti on helposti puhdistettavissa.



Työpöydän valinta on tärkeä päätös, joka vaikuttaa päivittäiseen työtehokkuuteen ja mukavuuteen. Valitsemalla oikean pöydän voit parantaa työskentelyergonomiaasi, lisätä tuottavuutta ja vähentää terveydellisiä riskejä. Muista, että pöytä on pitkäaikainen investointi työympäristöösi ja erityisesti omaan hyvinvointiin.

# Lisätietoa

Lisätietoa ja tukea valintaan saat ottamalla yhteyttä ErgoFinlandin asiakaspalveluun.

**ErgoFinland Oy**

**[www.ergofinland.fi](http://www.ergofinland.fi)**

(09) 759 7330

[myynti@ergofinland.fi](mailto:myynti@ergofinland.fi)

Linnanherrankuja 16, 00950 HELSINKI

