

Der Bürostuhl°

ist normalerweise nicht spannend. Er gehört jedoch wie der PC zu den relevanten Werkzeugen für den arbeitenden Menschen, die bei der Qualität des Arbeitsergebnisses einen Unterschied machen. Er erhält Ihr Wohlbefinden auch nach langer Arbeitsdauer. Für Ihre Rückengesundheit leistet er einen entscheidenden Beitrag. Der Arbeitsplatz des modernen Menschen ist nach heutiger Sicht in aller Regel ein überwiegend sitzender – und deshalb ist die Entwicklung von Stühlen, die dynamisches und gesünderes Sitzen ermöglichen, eine dringende Notwendigkeit geworden. Das ist aber spannend!

Die Gesundheit°

ist das wertvollste Gut des Menschen. Man weiß sie erst zu schätzen, wenn sie Tribut fordert. Lassen Sie die natürliche Beweglichkeit der Wirbelsäule und der Hüfte beim Sitzen zu. Neueste Untersuchungen haben ergeben, dass das statische Sitzen keineswegs gesund ist. Der Mensch sitzt instinktiv so, wie es für ihn zuträglich ist. Und da jeder Mensch etwas anders sitzt und empfindet, braucht er Stühle, die mehr Bewegungen zulassen – automatisch immer ergonomisch korrekt sitzen. Verbessern und schützen Sie Ihre Gesundheit und geben Sie Ihrem Körper die Bewegungsfreiheit zum „gesunden Arbeiten“.

Der echte Fachmann°

ist nicht leicht zu finden! Er unterstützt Sie bei der Wahl Ihres Stuhls, in dem er zunächst Ihren genauen Bedarf ermittelt. Er ist neutral, denn er kann herstellerübergreifend mit klaren Konzepten beraten. Im Gespräch übersetzt er die Werbeversprechen und stellt die für Sie relevante Ausstattung heraus. Der richtige Stuhl hängt von Ihrer Arbeitsumgebung, Ihren persönlichen Vorlieben, Ihrem Gesundheitszustand und Ihrem Budget ab. 70% der Menschen sitzen falsch! Machen Sie keine Kompromisse, denn es gibt viele Krankheiten, aber nur eine Gesundheit!

Der beste Nutzen°

entsteht erst dann, wenn Sie den Komfort und die Funktionen des Stuhls kennen und für sich nutzen, denn Ihr Erfolg ist auch unser Erfolg – daher bieten wir eine verständliche Einführung darin, wie Sie den Drehstuhl an Ihren Rücken und Ihre Arbeitsvorgänge anpassen. Ihre Vorteile: Der Rücken bleibt schmerzfrei, der Kopf klar, „Verspannungen“ im Rücken können vermieden werden. Nach dem Motto – Freude beim Sitzen und vital bleiben. Hier gibt es clevere Innovationen im Hinblick auf körperliche und geistige Fitness. Endlich!

Einige unserer Kunden, die uns vertrauen°



Bewegung. Freude. Leben.



Gesundheit ist nicht alles; aber alles ist nichts ohne die Gesundheit!


KormannBürokonzepte°
Beratung · Konzeption · Umsetzung

Stefan Kormann

Goerdelerstraße 30
D-48282 Emsdetten
Telefon +49 25 72 / 9 23 93 74
Mobil +49 171 / 6 41 21 85
Telefax +49 2572 / 9 23 93 78
sk@kormann-buerokonzepte.de
www.kormann-buerokonzepte.de



Stefan Kormann

Gepr. ArbeitsplatzExperte EOA
(European Office Academy)
Kompetenzpartner IGR e.V.
(Interessengemeinschaft der
Rückenschullehrer/innen)




KormannBürokonzepte°
Beratung · Konzeption · Umsetzung

DER STUHLKOMPASS°
... führt Sie in die richtige Richtung

„EIN GESUNDES UNTERNEHMEN
WIRD VON GESUNDEN
MITARBEITERN GETRAGEN!“

*Vorsprung durch
gesundes Arbeiten!*



sportlich

Sie sind ein sportlicher Mensch und bewegen sich viel. Sie wollen einen dynamischen Stuhl mit hohem Nutzen, der Ihnen maximale Bewegungsfreiheit bietet, Ihre Muskulatur weiter stärkt und Ihren Rücken sowohl schont als auch verwöhnt. Jede nächste Bewegung ist die beste Bewegung. „Bewegtsitzer sind glücklicher.“

Topfit in den Feierabend

Intelligente Stuhltechnologien schränken Ihren Bewegungsdrang nicht ein. Während Sie im Sitzen arbeiten, können Sie trainieren. Der menschliche Körper ist auf Bewegung naturgemäß ausgerichtet, denn Bewegung ist Leben. Stühle aus dieser Sparte stärken Ihre Rückenmuskulatur, erhöhen die Sauerstoffaufnahme der Zellen und helfen Ihnen, die Konzentration zu halten. Man spürt den Unterschied. Garantiert!

Welcher Drehstuhl ...

Sie haben einen empfindlichen Rücken, der Stützung und Entlastung benötigt, suchen einen Stuhl auf ärztlichen Rat, denn Sie legen Wert auf gesundes Sitzen. Prävention und ein guter Wille helfen Ihnen, Ihre Arbeitskraft und Arbeitseffizienz zu erhalten oder zu erhöhen.

Sie arbeiten - Ihr Rücken genießt

Diese Stühle unterstützen das komplexe System von Rückenmuskulatur, Wirbelsäule, Kreuz- und Steißbein, Bändern und Bandscheiben. Fehlbelastungen und Verspannungen – vor allem im Lendenwirbelbereich – werden vermieden, der gefährlichen Chronifizierung von Rückenschmerzen kann wirkungsvoll und nachweislich vorgebeugt werden. Richtig Sitzen ist richtig einfach!



therapeutisch



Ihr Rücken ist durch langes Sitzen beansprucht und soll gestärkt werden. Zudem brauchen Sie einen repräsentativen Stuhl, der Design und Funktion zu einer Einheit verbindet. Gesundheitsbewusstsein und Design können miteinander korrespondieren und Ihre Konzentration sowie Belastbarkeit im Arbeitsalltag erhöhen.

Für den Körper und den Geist

Viele Designer erkennen heute, dass sich Optik und Funktion nicht ausschließen – und designen Bürostühle, die keine Wünsche offen lassen. Gradlinig oder verspielt? Individuelle Farben, aufwendige Ziernähte und verschiedenste Rückenlehnenformen sowie gewagte Stoffkreationen sind möglich. „Sie dürfen gespannt sein!“



design

... passt zu Ihnen?



klassisch

Sie kombinieren hohe Anforderungen mit klaren Budgetvorstellungen und suchen einen Stuhl, der alltagstauglich ist und Sie zuverlässig bei Ihren Arbeitsvorgängen begleitet. Sie möchten sich nicht in dem sogenannten Stuhlschongel verirren, denn der Variantenreichtum auf dem Markt ist sehr groß. „Wir haben verstanden!“

Absolut alltagstauglich

Diese Stühle gibt es mit geprüfter Sicherheit und einem hohen Standard in Verarbeitung und Optik. Dabei muss man nicht auf Funktionalität, Bequemlichkeit und Zeitlosigkeit verzichten. Langfristige Rentabilität bezüglich Gesundheit und Kosten sollten sicher gestellt sein. „Wir helfen dabei gerne, um Fehlinvestitionen zu vermeiden!“



Das kleine Gesundheitslexikon

Der Mensch – er ist naturgemäß nicht zum Sitzen veranlagt

Unsere moderne Lebensweise macht uns immer mehr zum Sitzmensch. Wir sitzen viel und bewegen wenig! Sitzende Berufe verstärken den Fehlhaltungseffekt und beeinträchtigen die Arbeitsqualität. Der Mensch ist aufgrund seiner körperlichen Gegebenheiten auf Dynamik – also Bewegung – eingestellt. Seine ca. 50 Billionen Körperzellen benötigen einen andauernden Stoffwechsel: Sauerstoff, Wasser, Nährstoffe müssen durch das Blut in die Muskelzellen und in die Bandscheiben transportiert werden. Bewegung regt die Durchblutung an und sorgt für die Ernährung der Zellen. Die Kunst liegt darin, Rückenbeschwerden trotz Viel-Sitzens vorzubeugen und möglichst vielseitige Bewegungen durch Impulse in das Sitzen zu integrieren. **Lösung:** Drehstuhl, der jede Ihrer Bewegungen folgt und sich individuell „auf Sie“ einstellt.



Die Wirbelsäule – sie ist die zentrale Stütz- und Bewegungsachse

Die doppel-S-förmig geschwungene Wirbelsäule besteht aus 24 Einzelwirbeln mit 23 dazwischenliegenden Bandscheiben, sowie 9 bis 10 in den Beckenring verwachsenen Wirbeln. Je schwächer die Halte- und Stützungsmuskulatur des Rückens ist, desto höher ist der Anteil an der Stützfunktion, die die Wirbelsäule übernehmen muss. So genannte Belastungsstörungen, wie der Bandscheibenvorfall, treffen deshalb vor allem Menschen, die glauben, dass sie ihren Rücken eigentlich schonen, weil sie ihm keine Belastung zumuten. **Folge:** Die Wahrscheinlichkeit an Rückenbeschwerden zu leiden ist höher, wenn man seinen Rücken schont.

Die Bandscheibe – sie ist der schützende Stoßdämpfer der Wirbelsäule

Zwischen den Wirbeln liegen die Bandscheiben, sie stabilisieren die Wirbelsäule und ermöglichen gleichzeitig deren Beweglichkeit. Sie dämpfen Stöße ab und verteilen die auftretenden Druckkräfte gleichmäßig. Da die Bandscheiben nicht über Blutgefäße ernährt werden, müssen die Flüssigkeits- und Nährstoffzufuhr sowie der Abtransport von Stoffwechselprodukten über Diffusion aus dem umliegenden Gewebe erfolgen. Voraussetzung dafür ist eine regelmäßige Be- und Entlastung der Bandscheiben. Permanente Bewegungen erhöhen die Durchblutung, ernähren die Bandscheiben und verhindern deren folgenreiche Porosität.



Die Muskulatur – sie ist der kraftvolle Motor des Bewegungsapparates

Insgesamt 656 Muskeln spielen in unserem Körper perfekt ineinander und schütten unzählige lebensnotwendige Botenstoffe für den gesamten menschlichen Körper aus. Im Sitzen ist die Durchblutung wegen des andauernden Anspannungszustands der Muskulatur gedrosselt und den Muskelzellen fehlen Sauerstoff und energiereiche Nährstoffe. Das führt zu schneller Ermüdung und bei langer Dauer zu Muskelverhärtung und Muskelschmerzen. Dynamische Muskelaktivität durch kontinuierliche Bewegungen hingegen kann problemlos über einen längeren Zeitraum geleistet werden, denn sie stellt eine rhythmische Folge von Anspannung und Entspannung dar. Blutbedarf und Durchblutung sind dann auf einem ausgeglichenen Niveau. Durch gezielten Muskelaufbau ließe sich die Volkskrankheit „Rückenschmerzen“ hinsichtlich der hohen Folgekosten gezielter in den Griff bekommen.

Die Bewegung – sie löst eine energetische Kettenreaktion positiver Effekte aus

Die Stärkung der Rückenmuskulatur, Vermeidung von Verspannungen, „Durchsaftung“ der Bandscheiben, Erhöhung der Durchblutung, schmerzfreies Skelettsystem sowie bessere Konzentration und Zellversorgung sind nur einige von vielen arbeitsfördernden Effekten. Lassen Sie Ihre Muskeln spielen, um fit zu bleiben. In etwa 28% aller Arztbesuche erfolgen wegen Rückenschmerzen. In knapp 80% der Fälle ist eine unzureichende Muskulatur hierfür der Grund. Jährlich werden ca. 800.000 Bandscheibenvorfälle diagnostiziert. **Tipp:** Gehen Sie im alltäglichen Leben auch mal den unbequemen Weg, denn Bewegung ist das „A und O“.

