

Små endringer,

Store
forskjeller.

Kontaktinformasjon for
våre medarbeidere og
forhandlere finner du via
QR-koden nedenfor.



Telefon
+46 31 21 90 00

Epost
info@malmstolen.no

Order och leverans
order@malmstolen.se

Adress
Malmstolen AS
Drammensveien 145
0277 Oslo

<http://www.malmstolen.no>

Mennesket & Kontoret

Våre kropper er laget for en aktiv livsstil i bevegelse. Likevel har vi aldri tilbrakt mer tid av dagen sittende enn nå. Resultatet er at vi lettere kan bli utsatt for belastningsskader som problemer med rygg, skuldre og nakke. Å inkludere bevegelse og variasjon i arbeidsdagen er en god måte å motvirke skader på, men uansett gjøres mange oppgaver best sittende. Ved å bruke en ergonomisk stol og variere bevegelsene våre i løpet av dagen, skaper vi de beste forutsetningene for helse og trivsel, både nå og i fremtiden.



Malmstolens ergonomiske hjørnesteiner

Alle deler av kroppen påvirker og er avhengige av hverandre. Hvis du slapper av i nakken, kan du kjenne hvordan hodet faller fremover. Hvis du lener deg til den ene siden, kan du kjenne hvordan vekten fordeler seg på ulike deler av kroppen. Det er den langvarige, statiske belastningen som kan gjøre musklene våre stive og forårsake belastningsskader.

Å sitte riktig handler derfor om å finne en balanse mellom støtte, avslapning, avlastning og bevegelse. Denne spesielle balansen kombinert med den nyeste forskningen innen belastningsergonomi er grunnlaget for hvordan stolene våre er utformet - våre ergonomiske hjørnesteiner.

Stolene våre er ment å få deg til å føle deg like bra når du kommer hjem fra jobb som da du kom dit om morgenen.

Støtte

For å holde oss oppreist og unngå å synke sammen, trenger vi støtte. Malmstolens ryggstøtte er tilpasset ryggens kurvatur og gir deg den støtten kroppen din trenger best.

Avslapning

Ved å fordele trykket og vekten over et større område, kan du holde musklene dine mer avslappet. Det fører til at du blir mer våken og kan holde fokus lenger.

Avlastning

Når vi sitter belastes først og fremst øvre del av kroppen. Ved å ha en tilpasset ryggstøtte og sete kan vi fordele trykket over så stor flate som mulig og avlaste deler av kroppen.

Bevegelse

Ved å ha gyngemekanismen åpen i stolen blir den dynamisk og kan støtte våre bevegelser selv når vi sitter, for eksempel når vi rekker oss etter telefonen eller under et Teams-møte.



Små endringer - store forskjeller

En Malmstol er laget for å tilpasse seg deg. Små endringer er nøkkelen til god ergonomi og kan utgjøre stor forskjell. Juster arbeidsplassen din etter vår sjekkliste, slik at du selv kan oppleve alle de ergonomiske fordelene som en Malmstol tilbyr.

Ergonomisk sjekkliste

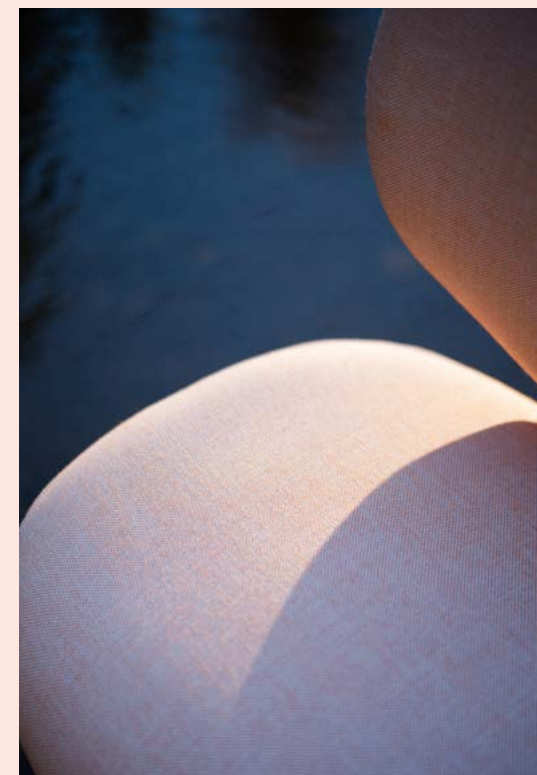
- Sett deg lett tilbakevendt**
Da sitter du stabilt og avlaster kroppsvekten mot stolen.
- Sitt langt tilbake på setet.**
Da får hele ryggen full kontakt med ryggstøtten, og du får maksimal avlastning.
- Sitt i passende høyde.**
Knærne skal være litt under hoftene.
- Unngå å låse stolen.**
La stolen følge dine bevegelser. Den åpne gyngen støtter daglig bevegelse.
- Tilpass bordhøyden.**
La stolen styre høyden på bordet - ikke omvendt.
- Juster skjermhøyden.**
Blikket skal falle naturlig, omtrent mot skjermens øvre tredjedel.
- Arbeid sentrert.**
Armene skal ikke strekkes eller roteres utover.
- Variasjoner i sittestillingen din gjennom dagen.**
Prøv å ta korte mikropauser og reis deg opp av og til, men sørg for å beholde innstillingene dine på stolen.

La kroppen din bestemme

Lån en stol

En ny stol kan føles komfortabel å sitte i når du prøver den i butikken, men det er vanskelig å avgjøre hvordan kroppen vil føle seg etter å ha tilbrakt noen dager i den. Derfor er det bra å prøve arbeidsstolen på din egen arbeidsplass, slik at du kan kjenne om den passer deg og dine behov. Vi tilbyr prøvestoler for flere av våre modeller, slik at du kan få en god oppfatning om stolen passer for deg.

Kontakt oss via QR-koden nedenfor.



Om Malmstolen

Malmstolen AB ble grunnlagt som et familieeid selskap med mål om å skape ergonomiske sitte-løsninger i verdensklasse for et mer menneskelig arbeidsmiljø. Våre arbeidsstoler er utviklet gjennom grundig forskning og anerkjent fakta, med produksjon som er miljøsertifisert og oppfyller kravene til Svanen-miljømerket.

Vi har engasjerte og godt opplærte selgere som tar vare på alle våre verdifulle kunder. Malmstolen-merket representerer stolthet og kvalitet, og dette gjennomsyrrer hvert produkt som forlater fabrikk og organisasjonen bak.

Gjennom eierskapet av Flokk AB fortsetter Malmstolen å strebe etter å gjøre en positiv forandring for deg, din arbeidsplass og vår fremtid.

