

place 2.5 **GESÜNDER SITZEN**



Willkommen im Place 2.5 –der neuen Bürokulturdes Produktiven Wohlfühlens.









Place 2.5 steht für Bürowelten mit der stimulierenden Qualität von Orten, an denen Menschen sich wohlfühlen. Hier arbeiten Mitarbeiter gerne und gut zusammen und haben ihre besten Ideen. Um bis zu 36 Prozent lässt sich die Produktivität im Büro dadurch steigern, wie Fraunhofer-Studien belegen. Sedus hat dieses zukunftsweisende Konzept entwickelt und baut es konsequent aus. Denn Sedus hat sich der Mission verpflichtet, das Arbeiten im Büro jederzeit zu einem gewinnbringenden Erlebnis zu machen, zum Wohle der Unternehmen und der Mitarbeiter. Mehr Informationen, Ideen und ein inspirierendes Magazin dazu bietet das Forum www.place2point5.com



HANS IM GLÜCK hätte einen Ergonomieberater gut brauchen können. "Ich kann den Kopf nicht gerad halten, auch drückt mirs auf die Schulter", stellt der Protagonist des gleichnamigen Grimm'schen Märchens fest, als er einen großen Klumpen Gold, Lohn für sieben Jahre Arbeit, nach Hause tragen will. Um sich zu entlasten, tauscht er ihn kurzerhand gegen ein Pferd, das ihn aber abwirft. Und so nimmt die Geschichte ihren Lauf: Nach einigen weiteren "Downgrading"-Tauschgeschäften hat Hans am Ende nichts mehr in der Hand, hält sich aber für einen glücklichen Menschen, weil er nun alle Lasten los ist. Märchenhaft eben. Doch wie glücklich könnte er sein, wenn er zu dem Gold auch noch einen Schubkarren bekommen hätte? Nicht immer ist Ergonomie so einfach. Aber immer ist sie entscheidend für das, was am Ende herauskommt.

Inhaltsübersicht

ERGONOMIE Im Mittelpunkt steht der wichtigste Produktivfaktor der wissensbasierten Wirtschaft: der Mensch.

>>>> SITZEN Weil der dauersitzende Mensch körperliche Schwerarbeit leistet, braucht er die beste Unterstützung.

002 Einleitung

010 Ergonomie

040 Arbeitsplatz

048 Lösungen

018 Sitzen

Arbeitsumgebung steigern Unternehmen die Produktivität im Büro.

>>>> LÖSUNGEN Gesundes Sitzen lässt sich vielseitig gestalten und genießen, passgenau für jeden Bedarf und Wunsch.



Vom ersten modernen Bürostuhl Europas bis zum produktiven Wohlfühlen.

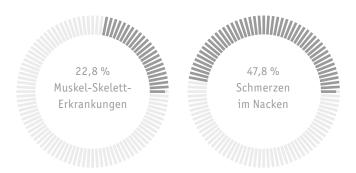
Seit 140 Jahren engagiert sich Sedus für gutes Sitzen und entwickelt immer wieder bahnbrechende neue Möglichkeiten.

In einer Zeit, in der Beamte und Angestellte in deutschen Schreibstuben ihre 50-Stunden-Woche noch auf einfachen, unbequemen Holzstühlen absitzen mussten, brachte Sedus Neuerungen auf den Markt, die in Konstruktion und Funktionalität völlig neue Maßstäbe setzten. Seither sind viele wesentliche Innovationen auf dem Weg zur immer perfekteren Ergonomie der Büroarbeit weltweit mit dem Namen Sedus verbunden. So hat Sedus unter anderem das Prinzip des dynamischen Sitzens erfunden und revolutioniert heute mit

dem Konzept Place 2.5 die Arbeitswelt Büro zum Wohle der Unternehmen und ihrer Mitarbeiter. Grundlagen dafür sind umfassende Kompetenz für alle Fragen der Bürogestaltung, aufwendige Forschungs- und Entwicklungsarbeit und die Leidenschaft für perfekte Lösungen.

Sedus Historie

1871	\equiv	Firmengründung durch Albert Stoll		
1925		Konstruktion des ersten gefederten Drehstuhles in Europa	 7	Holzdrehstuhl 1880
1929	\equiv	Der erste Drehstuhl mit Schwenkrollen		
1971		Gründung der eigenen Forschungs- und Entwicklungsabteilung mit Prüflabor	P	
1973	=	Entwicklung des dynamischen Sitzprinzips (Similarmechanik, Permanent-Contact-Rückenlehne, Anatomic-Sitz)		Federdrehstuhl 1925
1985	=	Gründung der Stoll VITA Stiftung zur Förderung u.a. der Gesundheitspflege		
1994	=	Der millionste Drehstuhl aus der Serie Sedus paris, Zertifizierung nach DIN ISO 9001		
1995		Öko-Audit nach EU-Norm als erster Möbelhersteller in Deutschland		
2000	=	Entwicklung des ersten Drehstuhls mit einem Öffnungswinkel von > 40 Grad		
2002	=	Sedus wird Komplettanbieter durch Zusammenschluss mit der Sedus Systems GmbH (vormals Gesika)		
2004		Entwicklung der Similarmechanik mit Federkraftschnellverstellung		
2008	=	Entwicklung der Similar-Plus-Mechanik mit vorwählbarem Öffnungswinkel und Schnellverstellung		
2009	_	Eröffnung des neuen Entwicklungs- und Innovationszentrums in Dogern		
2010		Zertifizierung nach EMAS III		



Warum sich diese Lektüre wirklich lohnt.

Ergonomie schafft nachhaltigen Mehrwert: Die Mitarbeiter sind der wichtigste Produktivfaktor in der wissensbasierten Arbeitswelt von heute. Unternehmen, die perfekte Ergonomie am Arbeitsplatz bieten, gewinnen langfristig produktivere, hoch motivierte und leistungsfähige Mitarbeiter, die effizienter arbeiten und bessere Ergebnisse liefern. Nach Fraunhofer-

Studien sind so Produktivitätssteigerungen von bis zu 36 Prozent erzielbar.

Ergonomie erfüllt Vorgaben: Das Anliegen, Beschäftigte zu schützen und durch Gesundheitsprävention volkswirtschaftlichen Schaden zu vermeiden, hat eine Reihe international gültiger gesetzlicher Regelungen und Normen für die ergonomische Gestaltung von Arbeitsplätzen hervorgebracht. Damit sind einklagbare Mindeststandards definiert, die Unternehmen in jedem Fall einhalten müssen.

Ergonomie verringert Fehlzeiten: Rückenleiden sind die Volkskrankheit Nummer eins in allen Sitzkulturen, Erkrankungen des Muskel-Skelett-Systems stehen seit Jahren an der Spitze der Krankschreibungsstatistiken. Ausfalltage von Mitarbeitern sind teuer fürs Unternehmen, denn zu den Lohnkosten kommt die verminderte Wertschöpfung noch hinzu. Ergonomisch optimierte Arbeitsplätze amortisieren sich dagegen schnell durch reduzierte Fehlzeiten und erhöhte Produktivität.

Ergonomie steigert die Effizienz: Belastende Arbeitsplatzverhältnisse belasten auch die Effizienzbilanz des Unternehmens. Ermüdung, Leistungsabfall, häufigere Schmerzpausen, Motivationsdefizite und suboptimale Arbeitsergebnisse schlagen zu Buche, lange bevor sich ein Arbeitnehmer krank meldet. Nur in einem ergonomisch durchdachten Arbeitsumfeld können Mitarbeiter ihre Potenziale auf Dauer voll zum Einsatz bringen.

Fehlzeiten. Fast jede vierte Krankschreibung geht auf spezifische physische Belastungen zurück, die

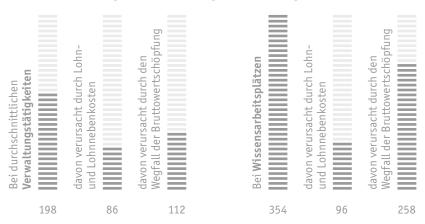
somit Milliardenschäden an verminderter Produktivität und Wertschöpfung verursachen.





Leistungsminderung. Vielsitzer leiden unter typischen Beschwerden.

Ein Arbeitsausfalltag eines im Büro beschäftigten Mitarbeiters, Angaben in EUR



Kostenfaktor. Jeder Ausfalltag schlägt zu Buche.

Quelle Grafiken: Bundesanstalt für Arbeitsschutz und Arbeitsmedizin (BAuA)



Ergonomie¹

Mensch

-Arbeit

-Physiologie

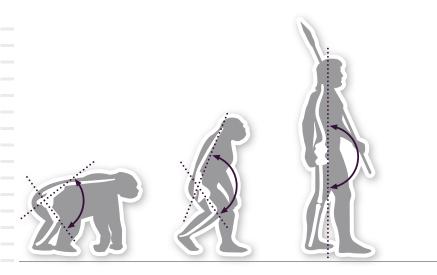
¹ Die moderne Arbeitswissenschaft zielt darauf ab, Arbeitsbedingungen an den Menschen anzupassen – statt umgekehrt.

» "Damit wir aus diesem Leben die besten Früchte bei geringster Anstrengung mit höchster Befriedigung für das eigene und das allgemeine Wohl ernten" - so formulierte Wojciech Jastrzebowski, Urvater der Ergonomie, vor über 150 Jahren deren Ziele. Sie gelten immer noch, auch wenn Wissenschaftler sich heute gerne weniger blumig ausdrücken. Der Begriff "Ergonomie" kombiniert die altgriechischen Wörter "ergon" für Arbeit und "nomos" für Gesetz. Ergonomie ist die Wissenschaft von den Gesetzmäßigkeiten der Arbeit und dient dazu, Arbeitsplätze zu schaffen, an denen sich Menschen wohlfühlen, gesund bleiben und ihre Potenziale entfalten können. Davon profitieren alle: der Einzelne, die Wirtschaft und die Gesellschaft als Ganzes. Ausgangspunkt aller ergonomischen Lösungen ist der Mensch. Die Evolution hat ihm vieles mitgegeben – für die heutige Arbeitswelt, in der er viel sitzt, meist auf einen Bildschirm fixiert und mit hohem Zeit- und Ergebnisdruck im Nacken, ist sein Körper jedoch im Grunde nicht geeignet.

Der Mensch ist für die Bewegung geschaffen.

Warum, wann und wie die frühen Vorfahren des Menschen auf die Idee kamen, aufrecht zu gehen, ist in der Forschung umstritten. Sicher ist aber, dass es einer der wichtigsten Schritte auf dem langen Weg zum Homo sapiens mit dem großen Gehirn war. Wesentlich für eine stabile Zweifüßigkeit ist ein senkrecht über den Füßen liegender Schwerpunkt des Körpergewichts. Die Verlagerung des Körperschwerpunkts zum Rücken hin wurde

durch die Ausbildung der gekrümmten Wirbelsäule möglich. Im Laufe der Evolution entwickelte der Mensch einen Bewegungsapparat, mit dem die urzeitlichen Jäger und Sammler, die viel liefen, gut zurechtkamen. Mit diesem Körper leben wir noch heute, haben aber eine Lebens- und Arbeitsweise entwickelt, die ausgerechnet seine Schwachpunkte besonders beansprucht.



Der aufrechte Gang steht am Beginn der Menschwerdung, die S-förmig gebogene Wirbelsäule macht ihn möglich.

Heute ist aus dem Dauerläufer ein Dauersitzer geworden.

Über viele Jahrtausende hinweg waren die meisten Menschen die meiste Zeit in Bewegung. Arbeit bedeutete vor allem körperliche Arbeit, das Sitzen auf einem Stuhl war lange ein Statusprivileg, das wenigen Berufen vorbehalten war. Und man ging wesentlich mehr zu Fuß, als wir das in der modernen automobilen Gesellschaft tun. Heute sitzen wir nahezu rund um die Uhr, unser Alltag wird immer bewegungsärmer.

Sesshaft. Der Mensch von heute sitzt sich durch den Tag: bei der Arbeit, in der Freizeit und auf den Wegen dazwischen.



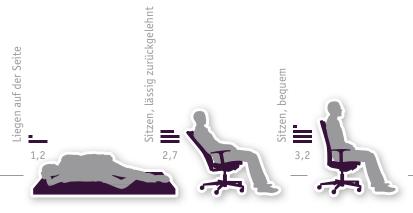
23 gute Gründe für eine bessere Sitz-Ergonomie.

Bandscheibe an Großhirn: "Wenn wir noch lange so starr sitzen bleiben, streike ich." Großhirn an Bandscheibe: "Gib Ruhe da unten, ich hab' grad Wichtigeres zu tun!" Ähnliches, frei nach einem berühmten Comedy-Sketch, dürfte sich tagtäglich in vielen Büros abspielen. 23 Bandscheiben hat die Wirbelsäule des Menschen. Wie Stoßdämpfer sitzen die kleinen Gallertkissen zwischen den einzelnen Wirbeln. Anders als die Muskulatur wer-



Dynamisch bewegtes Sitzen mit einem permanenten Kontakt zur Rückenlehne aktiviert den Stoffwechselprozess der Bandscheiben.

den sie nicht über Blutgefäße mit Flüssigkeit und Nährstoffen versorgt, sondern nach dem Prinzip der Osmose durch Diffusion aus dem umliegenden Gewebe. Ein häufiger Wechsel von Be- und Entlastung, quasi als Pumpbewegung, ist dafür nötig. Wird ihr Stoffwechsel durch Bewegungsmangel behindert, verschleißen die Bandscheiben und werden spröde, sodass sie ihre Funktion nicht mehr erfüllen können.



Bandscheibenentlastung (Werte in Bar)

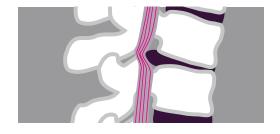




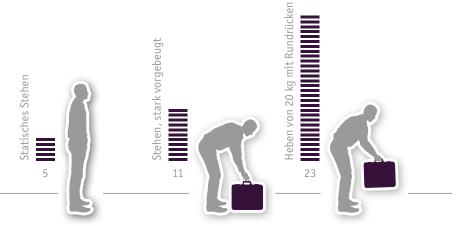
Unter Druck. Je nach Körperhaltung wirkt unterschiedlich starker Druck auf die Bandscheiben ein. Nur durch den Wechsel von Be- und Entlastung können sie sich mit Flüssigkeit und Nährstoffen vollsaugen und regenerieren.

Statisches Sitzen mit Rundrücken erhöht den Druck auf die Bandscheiben, die Flüssigkeit abgeben, als würde man einen Schwamm ausdrücken.

Die lässige "Lümmelhaltung" wird zwar zeitweise als bequem empfunden, belastet auf Dauer aber die Hals- und Lendenwirbelsäule.



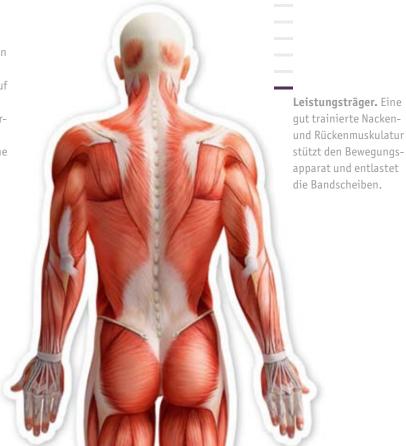
Vermeidbar. Bei Bandscheiben-Verschleiß droht ein Vorfall, dabei drückt der Bandscheibenkern auf die Nervenbahnen im Rückenmark.



Bandscheibenbelastung

Auch Kopfarbeiter brauchen Muskeln.

Nachdenken, Ideenfindung, Kommunikation – bei den Haupttätigkeiten der Wissensarbeiter von heute spielt der Kopf ganz klar die Hauptrolle. Doch sollte man dabei nicht vergessen, dass er auf einem Körper sitzt, der eigene Ansprüche stellt. Wenn Rückenschmerzen ablenken und Nackenverspannungen Kopfweh verursachen, ist effiziente gedankliche Arbeit nicht möglich. Deshalb ist eine starke Muskulatur, die ihre Stütz- und Haltefunktion optimal erfüllt, so wichtig.



Muskeln müssen bewegt werden. Die Versorgung mit Sauerstoff und Nährstoffen ist die wesentliche Voraussetzung für körperliche und geistige Fitness. Langes statisches Sitzen verhindert die ausreichende Durchblutung und führt zu Verhärtungen und schmerzhaften Verspannungen. Ermüdung und Leistungsabfall sind die Folge.







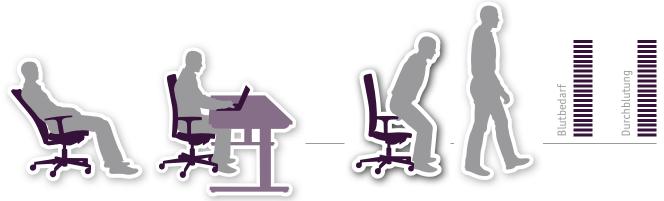
Die Füße gehören zum Denkapparat.

Was für den Motor das Benzin, ist der Sauerstoff

fürs Gehirn. Eine gute Sauerstoffversorgung setzt das richtige Atmen und einen gut funktionierenden Blutkreislauf voraus. Beides wird behindert, wenn man vorwiegend still sitzt und über längere Zeit in Fehlhaltung verharrt. Nur wer dynamisch sitzt, öfter aufsteht und geht, kann über einen langen Arbeitstag konzentriert, hellwach und voll leistungsfähig bleiben.

Dynamisches Sitzen verhindert einseitige Dauerbelastungen. Der natürliche Bewegungsablauf sorgt für die notwendige wechselnde An- und Entspannung von Muskulatur und Bandscheiben, Stoffwechselprozesse werden aktiviert.

Häufiges Aufstehen von kurzer Dauer ist günstiger als lange Stehpausen. Bei drei bis vier Haltungswechseln pro Stunde sind Blutbedarf und Durchblutung ausgeglichen.



Sitzen²

Bio-Mechanik

__ Meilensteine

Anpassung

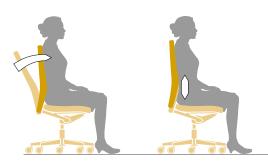
Bewegung

² Kann krank machen oder Kräfte freisetzen, alles eine Frage der richtigen Technik und Einstellung.

» Sitzen ist für den modernen Menschen zur wichtigsten Lebenshaltung geworden. Mit bis zu 14 Stunden täglich sitzen wir inzwischen mehr Zeit ab, als wir im Liegen oder in Bewegung verbringen. Im Alltag, in der Freizeit und natürlich vorwiegend im Büro. Sitzen entspannt, Puls und Atmung flachen ab, der Energieverbrauch sinkt, der Organismus kommt zur Ruhe. So kann man sich voll und ganz auf geistige Tätigkeiten konzentrieren und besser nachdenken. Doch je länger der Mensch sitzt, desto mehr zeigt ihm sein Körper durch Verspannungen, Rückenbeschwerden oder Kreislaufprobleme, dass er nicht zum Stillsitzen auf Dauer geschaffen ist. Langes Sitzen ist Schwerstarbeit für den Körper. Deshalb braucht er eine durchdachte Technik, die ihn individuell unterstützt und mehr Dynamik ins Sitzen bringt.

Die Technik des besseren Sitzens.

Die perfekte Anpassung an die Bio-Mechanik des Menschen ist Grundlage für die Technik der Bürostühle von Sedus. Und weil jeder Mensch einzigartig ist, gibt es bei Sedus keine Automatikeinstellungen, sondern durchdachte Möglichkeiten zur eigenhändigen individuellen Anpassung nach Wunsch.

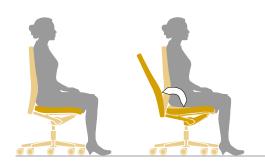


Regulierbarer Anlehndruck. Je nach Größe, Gewicht und persönlichem Sitzgefühl des Benutzers lässt sich der Anlehndruck der Rückenlehne durch Federkraftverstellung individuell einstellen.

Höhenverstellbare Rückenlehne. Die Höhe der Rückenlehne kann individuell verstellt werden, um die optimale Position der lordosenstützenden Vorwölbung für die jeweilige Körpergröße zu sichern.

Patentierte Alleinsitzungsmerkmale.

In der Entwicklerschmiede von Sedus sind immer wieder einzigartige, patentierte Innovationen für die Weiterentwicklung der Sitzergonomie entstanden, die bis heute wegweisend sind.



Anatomisch geformte Sitzfläche. Die Sitzmulde und eine abgerundete Vorderkante sorgen für die richtige Sitzposition und sicheren Halt beim dynamischen Sitzen. Unbewusstes "Nachvorne-Rutschen" wird verhindert.

Sitz- und Rückenlehne bewegen sich völlig körpersynchron, der Rücken wird in jeder Sitzposition unterstützt. Mit sehr großem Öffnungswinkel und feinster Abstufung der individuellen Einstellung auf das Körpergewicht.

Similarmechanik.



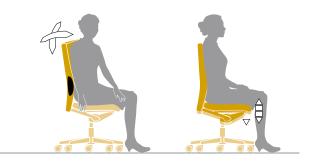
Höhenverstellbare Lordosenstütze. Die patentierte höhenverstellbare Lordosenstütze innerhalb des Rückenpolsters sorgt stets für eine individuelle, bandscheibenschonende Abstützung des Lendenwirbelbogens.

Sitzneigeverstellung. Die Grundstellung des Sitzes kann um 4 Grad verändert werden, sodass eine ergonomisch empfohlene, nach vorn geneigte Sitzfläche entsteht.

Schiebesitz. Das Sitzpolster lässt sich nach vorne oder hinten verschieben, um je nach Körpergröße die richtige Oberschenkelauflage einzustellen.

Verstellbare Armlehnen. Für die perfekte Anpassung an den Benutzer und unterschiedliche Tätigkeiten sind die Armlehnen in der Höhe, teilweise auch in Breite und Tiefe (3-D) verstellbar.

Verstellbare Nackenstütze. Höhen- und neigungsverstellbare Nackenstützen entlasten die Nackenmuskulatur und beugen Verspannungen vor.

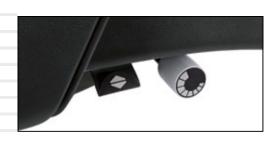


Dorsokinetische Rückenlehne. Die dorsokinetisch aufgehängte Rückenlehne, ein weiteres Sedus Patent, stützt den Körper auch bei Dreh- und Seitwärtsbewegungen, und bietet somit noch mehr Bewegungsfreiheit beim dynamischen Sitzen.

Diese einzigartige Sitzhöhenverstellung mit maximaler Sitztiefenfederung ist weltweit patentiert. Auch in der untersten Einstellung gewährleistet

Sedo-Lift-Mechanik.

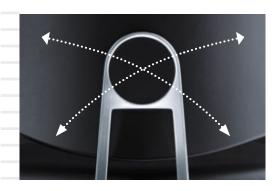
sie ein weiches, rückenschonendes Abfedern beim Hinsetzen, garantiert für 30 Jahre.



Intuitive Bedienung. Durch einfache und selbsterklärende Handhabung erleichtern Sedus Stühle die individuelle Einstellung.

Die große Bewegungsfreiheit in alle Richtungen: Dorsokinetik.

Die dorsokinetische Aufhängung der Rückenlehne an nur einem Punkt durch ein flexibles Kugelgelenk ermöglicht dem Benutzer ein Höchstmaß an Bewegungsfreiheit bei allen Dreh- und Seitwärtsbewegungen des Körpers; Oberkörper und Rücken werden dabei stets optimal unterstützt. Sedus hat diese innovative Technik eigens entwickelt, um das dynamische Sitzen zu fördern, das in der zeitgemäßen Sitzergonomie empfohlen wird.



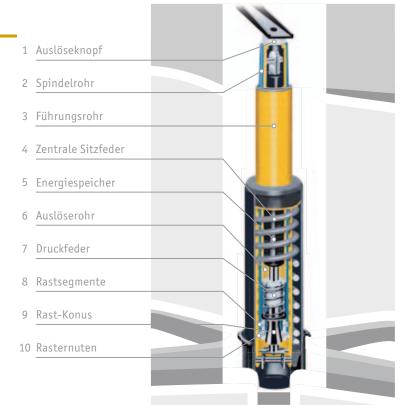






Maximale Sitztiefenfederung, minimaler Verschleiß: Sedo-Lift-Mechanik.

Das Benutzergewicht ruht auf der Schraubendruckfeder. Sie sorgt für hohen Sitzkomfort durch eine optimale Sitztiefenfederung und verhindert die Stauchung der Wirbelsäule in jeder Sitzhöhe:
Bis zu 55 Millimeter Federweg stehen auch in der untersten Sitzposition noch zur Verfügung. Die Gasfeder ist dabei vollständig entlastet und dient allein zur Einstellung der Sitzhöhe. So werden Wartungsbedarf und Verschleiß minimiert. Für diese weltweit patentierte Technik gibt es 30 Jahre Garantie von Sedus.



Clevere Feder. Im Führungsrohr der Gasfeder sind seitlich viele kleine Nuten eingefräst, in denen die Mechanik einrastet und so den Stuhl auf der eingestellten Höhe hält.





Perfekte körpersynchrone Beweglichkeit: Similarmechanik.

Das Herzstück eines jeden Sedus Bürodrehstuhls bildet der synchrone Bewegungsablauf von Sitz und Rückenlehnen in jeder Körperhaltung, realisiert durch die eigens entwickelte Sedus Similarmechanik. Perfekt abgestimmte mechanische Federn sorgen beim dynamischen Sitzen für besonders ausgeglichene Kraftverläufe. Die Rückenlehne bleibt ständig in Kontakt mit dem Oberkörper. Die Verstellmechanik funktioniert einfach und intuitiv, sodass die optimale Anpassung an das individuelle Körpergewicht schnell und bequem vorgenommen werden kann, besonders komfortabel bei der Similarmechanik mit Federkraftschnellverstellung.

Similar-Plus-Mechanik.

Mit vorwählbarem Öffnungswinkel bis 32 Grad und Federkraftschnellverstellung sorgt sie für einen bislang



Maß nehmen. Großer Mann und kleine Frau, Sitzriese oder Langbein, Napoleon- oder Gardemaß, XXL-Format oder Topmodel-Figur – Bürositzmöbel müssen allen passen.





Die Standards setzt das menschliche Maß.

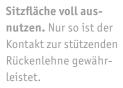
Prokrustes war ein Unhold der griechischen Mythologie, der Reisenden ein Bett anbot, wobei er großen Wert auf eine perfekte Anpassung legte: War der Mensch zu groß für das Bett, hackte er ihm die Füße ab. War der Mensch zu klein, wurde er schmerzhaft gestreckt. Die moderne Ergonomie hat das gleiche Problem, löst es aber glücklicherweise anders und passt Arbeitsmittel und -möbel dem Menschen an. Grundlage ist die Anthropometrie, die Lehre von den Körpermaßen des Menschen. Aufgrund statistischer Daten lässt sich genau bestimmen, in welchem Spielraum Büromöbel für einen Großteil aller Menschen bemessen sein müssen: in der Regel zwischen 151,5 cm und 191 cm Körpergröße. Innerhalb dieser Spanne sorgt durchdachte Technik für die perfekte individuelle Einstellung.





Gesundes Sitzen: eine Frage der Einstellung.







Sitzhöhe exakt einstellen. Die Füße vollflächig auf dem Boden, Beine und Arme im rechten Winkel (90°).



Rückenlehne anpassen. Die Wölbung in der Rückenlehne stützt die Wirbelsäule optimal im Lendenwirbelbereich.



Armlehnen-Höhe einstellen. Arm- und Schultermuskulatur brauchen eine Stütze, vor allem bei intensiver Bildschirmarbeit.

Zeit zum Aufstehen.

An einem Stehpult hat Albert Einstein seine bahnbrechenden Theorien entwickelt, womit der kreative Effekt dieser Arbeitshaltung ja relativ schnell einleuchtet. Nun wird sicher nicht jeder Mitarbeiter gleich zum Genie, dem man die Möglichkeit bietet, zwischendurch im Stehen zu arbeiten. Gesünder und leistungsfähiger bleibt er aber allemal. Als Strategie gegen den schädlichen Sitzmarathon im Büro empfiehlt die Arbeitswissenschaft heute eine gezielt geförderte Steh-Sitz-Dynamik mit

häufig wechselnden Arbeitsphasen. Neben Meetings gilt das auch für die eigentliche Schreibtischtätigkeit: Um Unterlagen zu sichten, zu telefonieren oder E-Mails zu beantworten, muss man nicht sitzen. Stehpulte und vor allem höhenverstellbare Schreibtische machen den Umstieg aufs Arbeiten im Stehen möglich. Studien belegen den Nutzeffekt: Die Sitzzeiten der Mitarbeiter werden um bis zu 30 Prozent reduziert, gesundheitliche Beschwerden nehmen ab.

Sitzen

- stabileres Gleichgewicht und ruhigerer Oberkörper
- bessere Feinmotorik, höhere Sehgenauigkeit
- niedrigerer Energieverbrauch
- höhere Konzentration

Stehen

- die Wirbelsäule nimmt ihre natürliche Form (Doppel-S) ein
- geringere Bandscheibenbelastung
- dynamischere K\u00f6rperhaltung, Kreislauf wird angeregt

Dauer-Sitzen

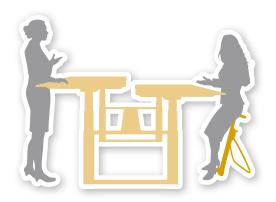
- hohe Belastung von Wirbelsäule und Bandscheiben
- das Becken kippt nach hinten, entgegen der Lendenlordose
- Durchblutung in den Beinen wird gestört
- Verspannungen im Nackenund Schulterbereich
- Atmung und Sauerstofftransport werden behindert
- Stoffwechsel und Verdauungsorgane werden beeinträchtigt

Dauer-Stehen

- mehr Balance-Arbeit ist nötig
- Energieumsatz ist höher
- schnellere Ermüdung
- venöser Rückfluss wird erschwert
- Rückenbelastungen

.....





Stehauf-Tisch. Ideal ist ein Schreibtisch, der sich einfach und schnell zum Stehtisch verstellen lässt. So kann man die Arbeitshaltung jederzeit wechseln und sofort weiterarbeiten.

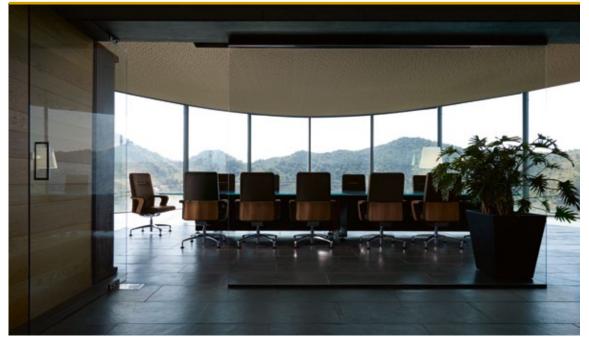
Passgenau. Die Arbeitsfläche des Stehtischs sollte auf Höhe der Ellenbogen eingestellt werden, ein Stehsitz entlastet bei längeren Stehphasen.

Es lebe die Abwechslung.

Gesundes Sitzen im Büro heißt für Ergonomie-Experten vor allem eines: möglichst wenig sitzen, und wenn schon, dann dynamisch. Der Mensch ist physiologisch auf Bewegung ausgelegt, empfohlen wird deshalb ein häufiger Wechsel der Arbeitshaltung im Büroalltag. Eine Faustformel besagt, dass ein Arbeitstag im Büro zu maximal 50 Prozent

im Sitzen verbracht werden sollte, den Rest der Zeit sollte man stehen oder sich bewegen. Voraussetzung dafür ist eine Bürogestaltung, die Bewegung gezielt fördert. Mit einer Ausstattung, die reichlich Gelegenheiten dazu bietet und die Mitarbeiter zu mehr Mobilität anregt.

Sitzmarathon. In langen Konferenzen und Besprechungen sind Stühle gefordert, die dynamisches Sitzen erlauben.



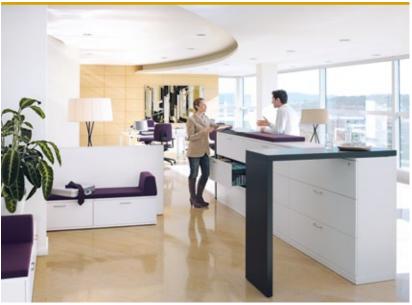
Einladung. Bequeme Loungemöbel für die informelle Kommunikation oder Teammeetings locken Mitarbeiter weg von ihrem Bürostuhl.





Methodenwechsel.
Bewegung und
wechselnde Arbeitshaltungen fördern
die Konzentration in
Schulungen, Workshops und Seminaren.





Meeting. Für schnelle und effiziente Teamabstimmungen sollten Stehgelegenheiten angeboten werden.

Sitzen neu denken.

In der langen Geschichte der Menschheit ist das Sitzen auf einem Stuhl eine noch relativ junge Erscheinung. Früher den Mächtigen dieser Welt vorbehalten, war eine sitzende Tätigkeit noch bis weit ins letzte Jahrtausend Ausdruck einer gehobenen Position. Heute ist es kein Privileg mehr, sondern wird zum Problem, weil wir zu viel sitzen. Die Lösung liegt darin, die Menschen im

Büro dazu zu bewegen, ihren Bürostuhl öfter zu verlassen. Eine clevere Möglichkeit dafür sind multifunktionale Stauraummöbel, die sich als Sitzbank für die schnelle Abstimmung mit den Kollegen oder für informelle Zusammenkünfte anbieten und dazu anregen, die Sitzhaltung häufiger zu wechseln.

Multifunktional.

Praktische Stauraummöbel machen sich als Sitzgelegenheiten für Besprechungen gleich doppelt nützlich.







Dynamisch. Bequem als Sitzbank gepolstert, laden Rollcontainer zur Abwechslung im Sitzen ein.

Die Keimzelle für ergonomische Innovationen.

Das Innovations- und Entwicklungszentrum von Sedus vereinigt Denkwerkstatt, Prüflabor und Prototypenfertigung unter einem Dach. Hoch qualifizierte Ingenieure, Designer, Modellbauer, Feinmechaniker und Prüftechniker arbeiten hier Hand in Hand zusammen, um perfekte Produkte zu schaffen und zur Serienreife zu bringen. Seit 2009 ist das 25-köpfige Team in einem neuen Gebäude beheimatet, das besonders inspirierende Arbeitsbedingungen nach den Sedus Prinzipien des Place 2.5 bietet. Die konsequente Vernetzung der Kompetenzen von der ersten Konzeptidee an sorgt für die optimale Verknüpfung von Design und Funktionalität, Umweltfreundlichkeit und Qualität, für die Sedus Produkte weltweit stehen.

Verhüllt. Charakteristisch für das Sedus Innovations- und Entwicklungszentrum ist die transluzente Gewebefassade, dahinter verbergen sich inspirierende Arbeitsräume.





Inspirierend. Die Atmosphäre in der Sedus Innovationsschmiede fördert kreative Prozesse, Kommunikation und die Zusammenarbeit im Team.



Integriert. Prototypen werden mit modernster technischer Ausstattung und einem einzigartigen Prüfequipment entwickelt und optimiert.



Sedus testet härter als jede Norm.

Im eigenen Innovations- und Entwicklungszentrum testet Sedus die Sicherheit und Gebrauchstüchtigkeit seiner Produkte mit Prüfverfahren, die teilweise deutlich über den internationalen Normen und Sicherheitsrichtlinien liegen. Neben den herstellerunabhängigen Labors der Zertifizierungsstellen ist das Sedus Prüflabor das einzige

nach DIN EN ISO/IEC 17025:2005 akkreditierte Möbelprüflabor in Deutschland. Faktoren wie zum Beispiel Gebrauchstüchtigkeit, Konstruktionsauslegung, Materialverschleiß und Geräuschentwicklung werden grundsätzlich auf fünf Jahre Gebrauch simuliert. Basis für einzigartige fünf Jahre Garantie, die Sedus auf alle Stühle gewährt.

Stresstest. Die neue Similar-Plus-Mechanik wurde in 17 verschiedenen Testabschnitten mit mehreren Millionen Lastwechseln auf ihre Gebrauchstüchtigkeit und Langlebigkeit geprüft, ein Mehrfaches dessen, was in den betreffenden Normen vorgegeben ist.

Weltumrundung. In der Prüfung läuft die Rolle über 40.000 km auf unterschiedlichsten Bodenbelägen, belastet mit 200 kg, die Norm liegt bei 75 kg.





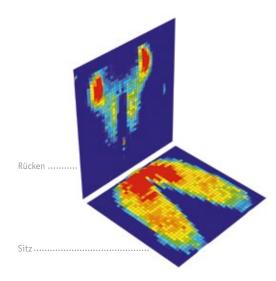




Testsitzer. In Zusammenarbeit mit Wissenschaftlern wurden computergesteuerte, voll bewegliche Sitz-Dummies für realitätsnahe Simulationen entwickelt.

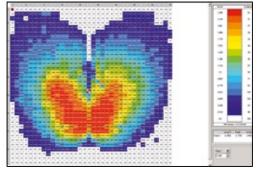
Zirkeltraining. Ergonomie-Messungen, Komfortmessungen, Sicherheitsprüfungen nach DIN-, EN-, ISO- und ANSI/BIFMA-Standards, Dauerfestigkeitsprüfung, Überlasttests, Fallprüfungen, Abriebtests, Gasfederprüfung, Fußkreuzprüfung sind die Teststationen für jeden Sedus Stuhl. Druckverteilungsprüfung. Die Sitz- und Rückenlehnenpolsterung eines Bürostuhls ist maßgeblich für den Komfort. Dabei kommt es auf eine geringe Druckbelastung und dennoch stabile Unterstützung des Körpers in allen Sitzhaltungen an. Die Druckverteilung wird in aufwendigen Testreihen mit unterschiedlich großen und schweren Personen untersucht, um das Optimum für Polstermaterial und -aufbau zu erzielen. Dabei wird auch der evolutionäre Faktor berücksichtigt, denn die Menschen werden größer und schwerer.

Aufwendig. Für die optimale Druckverteilung beim Sedus of course wurde eine Multilayerpolsterung mit drei unterschiedlichen Materialschichten entwickelt.









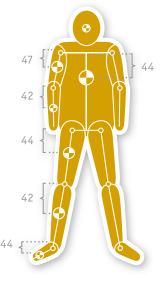
Darstellung im Versuchsbericht

Kraftverlaufsmessung. Die Gewichtskraft des menschlichen Körpers verteilt sich unterschiedlich auf die Körperteile. Die Auslegung der Synchronmechanik eines Bürostuhls sollte jedoch ausgeglichene Kraftverläufe beim dynamischen Sitzen ermöglichen. Mithilfe speziell entwickelter technischer Verfahren und vieler Vergleichsmessungen mit unterschiedlich gebauten Menschen lassen sich die typischen Belastungsverläufe je nach Stuhlmodell aufzeigen und optimieren.

Komplex. Sorgfältige Vermaßungen sind notwendig, um die Kräfte zu ermitteln, die auf Mechanik und Rückenlehnenträger einwirken.



Bestimmung des Abstützpunktes des Oberkörpers



Lage der Teilschwerpunkte der einzelnen Gliedmaßen in Prozent

Arbeitsplatz³

Bildschirm-Arbeit

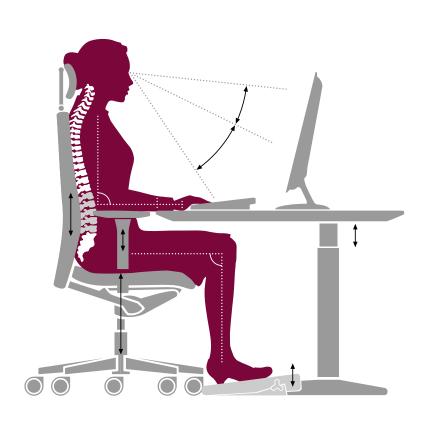
Bewegungsraum

³ Umfassend durchdachte Ergonomie kann hier viel bewegen.

whan sitzt ja nicht nur auf einem Stuhl, man sitzt auch an einem Tisch in einem Raum, und das häufig mit anderen zusammen. Trotz zunehmender Flexibilisierung der Büroarbeit ist der eigene Schreibtisch immer noch der Hauptarbeitsplatz und der Computer das wichtigste Arbeitsmittel für die meisten Menschen. Die gesamte Arbeitsumgebung muss ergonomisch perfekt abgestimmt sein. Effiziente Arbeitsprozesse und eine optimierte Flächenplanung müssen mit den Bedürfnissen der Einzelnen in Einklang gebracht werden. Der individuell anpassbare Tisch, die richtige Position von Tastatur und Bildschirm, die funktionale Organisation der Arbeitsmittel gehören dazu. Aber auch die Faktoren, die wesentlich dafür sind, wie wohl wir uns fühlen, wie Licht, Luft, Akustik und eine attraktive, stimulierende Gestaltung.

Ein Blick auf das wichtigste Arbeitsmittel der Welt.

1943 prognostizierte der damalige IBM-Chef einen weltweiten Bedarf von höchstens fünf Computern. Wie sehr er sich geirrt hat, kann man inzwischen in jedem Büro sehen. Der Computer prägt heute den Arbeitsalltag weltweit wie kein Arbeitsmittel je zuvor. Und er wirkt wie kein anderes Arbeitsmittel ein auf die Körperhaltung, das Sitzverhalten und damit die Gesundheit der Mitarbeiter. Entsprechend wichtig ist eine ergonomisch optimale Einstellung der Bildschirmarbeitsplätze. Wobei zu beachten ist, dass der Arbeitsplatz auch für die sonstigen vielfältigen Tätigkeiten moderner Büroarbeit geeignet sein muss.



Stuhlanpassung. Ergonomisch gute Bürostühle lassen sich in Höhe, Sitztiefe und Anlehndruck der Rückenlehne indivi-

duell einstellen.

Tischhöhe. Die Unterarme sollten locker im rechten Winkel auf dem Tisch liegen; ideal ist ein individuell höhenverstellbarer Tisch.

Fußstütze. Im Bedarfsfall kann auch eine verstellbare Fußstütze eingesetzt werden. Bildschirmposition.
Der Bildschirm ist
direkt im Blickfeld zu
platzieren, um Fehlhaltungen des Kopfes
zu vermeiden.

Sehachse. Praktische Faustregel: Die oberste lesbare Zeile sollte unterhalb der Augenhöhe liegen.

Beobachtungswinkel. Man sollte entspannt, mit leicht nach unten geneigtem Kopf lesen können.

Sehabstand. Er richtet sich nach der Bildschirmgröße, sollte aber mindestens 50 cm betragen.



Der Arbeitsplatz als persönlicher Bewegungsraum.

Erkenntnisse über die richtige Arbeitsplatzergonomie sind international in die jeweils gültigen gesetzlichen Vorgaben und Normen eingeflossen, die bei der Büroplanung die Rahmenrichtlinien vorgeben. In der Umsetzung sollte jedoch den individuellen Bedürfnissen der Mitarbeiter, entsprechend ihren Aufgaben und den Abläufen im Unternehmen, genügend Raum gegeben werden.



Platzbedarf. Die Mindestgröße eines Arbeitsplatzes ist normiert, ausschlaggebend ist jedoch der tatsächliche, aufgabenbezogene Bedarf. Je großzügiger der Raum, desto größer auch die Bewegungsfreiheit. Container und Sideboards in Stehhöhe animieren zusätzlich zum häufigeren Aufstehen.





Wohlfühlen ist gesund.

Was bei Sedus im Rahmen des Konzepts Place 2.5 schon seit Jahren die Grundlage für die Weiterentwicklung des Büros ist, ist heute auch in der Arbeitswissenschaft eine gesicherte Erkenntnis: Der Mensch ist ein emotionales Wesen, dem es gut gehen muss, wenn er sein Bestes geben und dabei gesund und leistungsfähig bleiben soll. Eine ganzheitliche Büroplanung bezieht deshalb auch wichtige Wohlfühlfaktoren mit ein.

Licht. Die größte Leuchte in unserem Planetensystem ist auch die beste für das Wohlbefinden des Menschen und ein gutes Anti-Stress-Mittel. Perfekte Lichttechnik schafft je nach Standort- und Raumbedingungen die richtige Mischung aus natürlichem und künstlichem Licht, allgemeiner Raumbeleuchtung und gezielter individueller Arbeitsplatzausleuchtung.



Leise. Die Ohren kann man nicht schließen: Lärm ist in vielen Büros einer der größten Stör- und Stressfaktoren. Eine angenehme Akustik reduziert Fehler sowie krankheitsbedingte Ausfallzeiten und fördert Konzentration und Leistungsfähigkeit. Dazu dienen schallabsorbierende Oberflächen, schalldämmende Elemente und eine gezielte akustische Raumplanung.

Luftig. Ein gutes Betriebsklima sollte man wörtlich nehmen und für eine ausgewogene Klimatisierung und Lüftung sorgen. Pflanzen verbessern die Raumluft und schlucken Schadstoffe.
Die Geruchskulisse im

Büro ist ein häufig unterschätzter Faktor, denn Gerüche wirken direkt auf die Gefühle. Angenehm unaufdringlicher Duft statt des typischen Büromiefs entspannt, macht Laune und steigert die Kreativität.

Lösungen⁴

Sedus Stühle

Vielfalt

Beratung

Bewegung

⁴ Eine Lösung ist die Antwort auf einen individuellen Bedarf, die genau auf dem Punkt sitzt.

» Am Schreibtisch, in Konferenzen und Teammeetings, in Seminaren und Schulungen, im Wartebereich am Empfang, im Bistro- und Pausenbereich – Sitzmöbel werden überall im Unternehmen gebraucht. Die Menschen, die sie besitzen, sind höchst unterschiedlich. Und in jedem Unternehmen sind die Nutzungsbedingungen und damit die spezifischen Anforderungen anders ausgeprägt. Die richtige Lösung für ein Unternehmen muss vielseitig und variabel sein, unterschiedlichen Ansprüchen an Komfort und Repräsentation gerecht werden und dennoch insgesamt aus einem Guss erscheinen. Prämisse für die Planung ist, die Menschen möglichst in Bewegung zu bringen, damit sie auf Dauer gesünder und leistungsfähiger durch den Büroalltag kommen. Voraussetzung dafür sind vielseitige, anpassungsfähige Möbelprogramme und eine kompetente, kundenorientierte Beratung.

Jeder hat das Recht auf perfekte Ergonomie.

Ginge es nach Sedus, müsste dieser Satz in die allgemeine Erklärung der Menschenrechte aufgenommen werden. Mehr als die Hälfte der arbeitenden Bevölkerung in den modernen Industrienationen arbeitet im Sitzen, die Jobanforderungen sind durchgängig hoch, nicht nur im gehobenen Management. Da darf die Ausstattung des Arbeitsstuhls mit verstellbaren Armlehnen oder einer rückenschonenden Mechanik keine Frage der Hierarchie sein oder an den Kosten scheitern. Damit die Forderung nach mehr Ergonomie für alle kein bloßer Appell bleibt, setzt Sedus in seinem gesamten Sitzmöbelprogramm besonders hohe Ergonomiestandards, wie den synchronen Bewegungsablauf von Sitz und Rückenlehne und leichtgängige Anpassungsmöglichkeiten. Vom preislich günstigen Einsteigerbereich bis zum absoluten Spitzenprodukt entwickelt Sedus Lösungen für gesünderes Sitzen, die durch bessere Technik überzeugen.

yean!	52
netwin	53
match	54
match up	55
early bird	56
black dot	57
mr. charm	58
mr. 24	59
open mind	60
open up	61
silent rush	62
crossline	63
of course	64



Ausführliche Informationen entnehmen Sie bitte den Produktbroschüren, die Sie unter www.sedus.de bestellen können oder im Fachhandel erhalten.



yeah! Ein echter Sedus Stuhl, der den Körper und das Budget entlastet.

Ausgestattet mit Similarmechanik, Sitzneigung und Schiebesitz bietet er Ergonomie auf Sedus Niveau zu einem besonders günstigen Preis. Dank der patentierten Schnellverstellung lässt sich die Sitzmechanik in wenigen Sekunden mit nur einer Hand einstellen, ideal für Wechselarbeitsplätze mit unterschiedlich großen und schweren Nutzern. Mit seiner geradlinigen Formensprache passt er in iedes Bürg-Ambiente

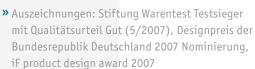






Ausgezeichneter Sitzkomfort mit netwin Ausgezeichneter Sitzkomfort mit rückenfreundlichem Doppelnetz.

Charakteristisch für den Sedus netwin ist die Konstruktion mit seiner Doppelmembran aus einem patentierten Hightechgewebe. Hier wird die transparente Optik eines Netzrückens mit dem Einsinkkomfort einer gepolsterten Rückenlehne kombiniert. In Verbindung mit einer integrierten, verstellbaren Lordosenstütze, der Similarmechanik, einer großen Sitzfläche und der Schnellverstellung bietet netwin viel Komfort, der ebenso entspannt wie sein Preis-Leistungs-Verhältnis.



























match

Der komfortable Einstieg in die Sedus Sitzklasse.

Sedus match zeigt, dass hohe ergonomische Qualität nicht nur im Hochpreissegment zu haben ist. Markant in der Optik, mit eleganter Silhouette und der typischen Rückenlehne mit den adaptiven Lamellen, die für perfekte Druckverteilung beim Anlehnen sorgen. Sanfte Flexibilität, sehr gute Stützeigenschaften und schnelle individuelle Anpassbarkeit auch für wechselnde Nutzer zeichnen ihn aus. Zum Programm gehören auch passende Besucherund Konferenzstühle.

» Auszeichnung: red dot design award 2010









match up Flexibler Allrounder für jeden Bildschirmarbeitsplatz.

Sedus match up bietet den umfassenden Wohlfühlkomfort, den Menschen brauchen, um gut und gerne zu arbeiten. Sein besonderes Kennzeichen ist die Einhand-Höhenverstellung der voll gepolsterten Rückenlehne. Durch die Ergänzung einer Nackenstütze und einer Lordosentiefenverstellung ermöglicht match up einen flexiblen und effizienten Einsatz in jeder Raumund Nutzungssituation.

» Auszeichnung: FACTS-Testurteil "sehr gut" (5/2011)











early bird Der sympathische Allrounder in der Mittelklasse.

Technische Klasse, attraktives Design und zahlreiche individuelle Ausstattungsmöglichkeiten zeichnen diesen Stuhl aus. Die Similarmechanik mit besonders großem Öffnungswinkel von 32 Grad und die 3-Punkt-Dorsokinetik fördern das dynamische Sitzen und bieten dem Benutzer optimale Bewegungsfreiheit. Der patentierte Schiebesitz ist um 60 mm veränderbar und in vier Positionen einzustellen. Die Sedo-Lift-Mechanik sorgt für eine optimale Federung auch in der untersten Sitzposition.









black dot Für aktives Sitzen mit einem Höchstmaß an Bewegungsfreiheit.

Ein Drehstuhl zum Wohlfühlen, der effizientes Arbeiten fördert. Innovative Technik macht seine einzigartige Bewegungsfreiheit möglich: Die dorsokinetische Rückenlehne, ein Sedus Patent, stützt den Körper auch bei extremen Dreh- und Seitwärtsbewegungen. Sein Niveau zeigt sich auch in den drei Rückenlehnenhöhen, der klaren Linienführung, in Farbkonzept und Detailgestaltung. Die Vierfußmodelle und Freischwinger sind ebenfalls hoch komfortabel gepolstert.

» Auszeichnungen: Designpreis der Bundesrepublik Deutschland 2007 Nominierung, iF product design award 2007, FACTS-Testurteil "sehr gut" (5/2007), ÖKO-TEST Rückenfreundliche Stühle "sehr gut" (3/2011)



mr. charm

Der klassisch-elegante Maßstab für das Wohlfühlbüro.

Sedus mr. charm ist die perfekte Symbiose aus zuverlässiger Technik und zeitlosem Design auf hoch komfortablen Niveau. Variantenreich und vielseitig einsetzbar, wird er höchsten Anforderungen im modernen Büro gerecht. In Verbindung mit dem Ottoman-Hocker erlaubt er auch eine fast liegende Arbeitshaltung für entspanntes, kreatives Arbeiten und für den regenerativen Power-Nap.

» Auszeichnung: iF product design award 2003









mr. 24 Fit für pausenlose Höchstleistung im Dauereinsatz.

Dauerbelastungen über 24 Stunden rund um die Uhr und wechselnde Nutzer mit unterschiedlicher Statur sind typisch für den Dreischichtbetrieb z.B. in Leit- und Messwarten. Benutzer mit bis zu 200 kg Gewicht erhalten mit Sedus mr. 24 einen komfortablen Drehstuhl bester ergonomischer Ausstattung, höchster Materialgüte und Robustheit. Auch für diesen Hochleistungsstuhl gewährt Sedus fünf Jahre Garantie, ganz unabhängig von der Nutzungsdauer.









open mind Der Profi für entspanntes und effizientes Arbeiten.

Die Similarmechanik mit großem Öffnungswinkel und körpersynchronem Bewegungsablauf ermöglicht viel Bewegungsspielraum und eine flexible Sitz-Liege-Haltung. Maßgeblich für den hohen Sitzkomfort ist zudem der aus einem Teil geformte Rückenlehnenträger mit seiner hoch flexiblen Membran – nach den Regeln der Bionik. Zusätzliche Ausstattungen wie Sitztiefen- und Sitzneigeverstellung verbinden die anspruchsvolle Designsprache mit ergonomischer Leistungsfähigkeit.

» Auszeichnungen: iF product design award 2003, Designpreis der Bundesrepublik Deutschland 2004 Anerkennung, red dot design award 2004



open up Die Revolution der dynamischen Büroarbeit.

Die Revolution der

Sedus open up ermöglichte den Siegeszug des leistungssteigernden Power-Naps im Büro und fördert in Kombination mit dem einzigartigen Work assistant das Arbeiten im Sitzen, Stehen und Liegen. Dieser außergewöhnliche Drehstuhl verfügt über eine Lehnenneigung bis zu 45 Grad. Ein Wert, der in Verbindung mit einer dorsokinetisch aufgehängten Rückenlehne von keinem anderen Bürostuhl im Markt erreicht wird. Die flexible Rückenlehnenanbindung unterstützt den Körper optimal bei allen Dreh- und Seitwärtsbewegungen.

» Auszeichnungen: iF product design award 2001, red dot design award 2001, NeoCon Silver Award (USA) 2001, Internationaler Designpreis Baden-Württemberg 2002 in Silber, Designpreis der Bundesrepublik Deutschland 2002 Anerkennung, GOOD DESIGN Award

















Motivierende Bürowelten für die Wissensarbeiter von heute bieten emotionale Qualitäten, die das Wohlbefinden fördern, die Leistungsfähigkeit steigern und die Kreativität stimulieren. Dafür ist der Sedus silent rush geschaffen. Mit seiner organisch geformten Rückenlehne und aufs Minimum reduzierten Bedienelementen kommt er überall dort zum Einsatz, wo eine wohnliche Optik gewünscht ist. Die Lordosenstütze ist über einen eleganten Schieber höhenverstellbar.







crossline Ergonomische Perfektion in einzigartiger Bestform.

Herzstück dieses innovativen Drehstuhls ist die einzigartige, patentierte Similar-Plus-Mechanik von Sedus. Sie sorgt beim dynamischen Sitzen für einen absolut gleichmäßigen Bewegungsablauf. Die schlank gepolsterte Rückenlehne verformt sich individuell in Abhängigkeit vom Nutzergewicht. Sie stützt anatomisch perfekt den Beckenkamm, nimmt die Bewegungen der Wirbelsäule sanft auf und hält stets Kontakt zum Rücken. Mit seinen einfach zu bedienenden Einstellmöglichkeiten wird der Stuhl zum einzigartigen, individuellen Arbeitspartner.











of course Überlegener Komfort und souveränes Design in Vollendung.

Der Chefsessel für den Schreib- und Konferenztisch ist ein Meisterstück, in dem Sedus seine Vorstellungen von Qualität, Funktionalität und Komfort ohne Einschränkungen verwirklicht hat. Das zeigt sich in jedem Detail, wie z. B. der einzigartigen, patentierten Similarmechanik oder der innovativen "Independent fit"-Technologie für die autoadaptive Anpassung von Rückenlehne und Nackenstütze an die Oberkörperbewegung. Das repräsentative Design mit den markanten Blenden aus Hochglanzlack, Echtholzfurnier oder Corian® unterstreicht seine Spitzenstellung auch optisch. Er ist als einziger Chefsessel seiner Klasse mit dem AGR-Gütesiegel ausgezeichnet.









Sitzkultur im Überblick.











netwin











match











early bird











black dot











open mind





open up







mr. charm









mr. 24











crossline











of course







Durchdachte Vielfalt.

Bürostühle sind "Arbeitsgeräte" für unterschiedlichste Einsätze, aber zugleich auch Einrichtungsgegenstände, für die ästhetische Gestaltungsansprüche gelten. Um beiden Aspekten gerecht zu werden, gehört Vielfalt bei Sedus zum Programm. In der Kombination von Technik, Ausstattung, Materialien, Bezugsstoffen und Farben sind millionenfache Produktvarianten möglich, je nach Anspruch an Nutzung, Funktionalität und Repräsentation. So lässt sich für jedes Unternehmen die genau passende, einzigartige Lösung realisieren, nach Wunsch auch farblich abgestimmt auf das Corporate Design.





Maßgeschneidert.
Für alle Sedus Stühle
gibt es eine große
Auswahl hochwertiger,
atmungsaktiver und
strapazierfähiger
Stoff- oder Lederbezüge in vielen attraktiven Farbvarianten.

Ausstattungsmatrix	yeah!	netwin	match	match up	early bird	black dot	mr. charm	mr. 24	open mind	open up	silent rush	crossline	of course
Drehstuhl/Drehsessel mit mittelhoher Rückenlehne	•	•		•	•							•	
Drehstuhl/Drehsessel mit mittelnoher Rückenlehne und Nackenstütze	_	_		0			0		0				
Drehstuhl/Drehsessel mit höherer Rückenlehne	•			O	•	•	•	•					
Drehstuhl/Drehsessel mit höherer Rückenlehne und Nackenstütze	0				0		0					•	
Sitzmechanik													
Similarmechanik					•	•	•	•	•	•	•		
Similarmechanik mit Sitzneigeverstellung					0	0	0		0	0			
Similarmechanik mit Schnellverstellung	•	•		•									
Similarmechanik mit Schnell- und Sitzneigeverstellung	0	0	0	0									
Similar-Plus-Mechanik mit Schnellverstellung												•	
Similar-Plus-Mechanik mit Schnell- und Sitzneigeverstellung													
Techniken in der Rückenlehne													
Anlehndruck verstellbar	•	•	•	•	•	•	•	•	•		•	•	
Rückenlehne höhenverstellbar													
Lordosenstütze höhenverstellbar		•	•		•	•		•	0	0	•	•	
Lordosenstütze tiefenverstellbar	0			0			0						
Sitzhöhenverstellungen													
Gasfeder	0	0	0	0	0	0	0		0			0	
Gasfeder mit mechanischer Tiefenfederung	•	•	•	•									
Sedo-Lift-Mechanik mit mechanischer Tiefenfederung					•		•	•			•	•	
Gestellvarianten													
Kunststofffuß in schwarz		•		•									
Aluminiumfuß in schwarz pulverbeschichtet	0	0	0	0	•		•	•			0	•	
Aluminiumfuß in weiß pulverbeschichtet												0	
Aluminiumfuß in weißaluminium pulverbeschichtet	0	0	0	0	0	0	0		0	0	•	0	
Aluminiumfuß poliert	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Aluminiumfuß verchromt								0					•
Modellfarben (Mechanik und Kunststoffteile)													
Production (Procedurity and National Controller)												•	
Schwarz													
Schwarz Weiß	•	•	•	•	•								
Weiß	•	•	•	•								0	
Weiß Armlehnen	•		•	•		0			0	0			
Weiß Armlehnen ohne Armlehnen		0			0		0		0			0	
Weiß Armlehnen ohne Armlehnen Basis-Armlehnen aus Kunststoff	0				0		0		•	0			
Weiß Armlehnen ohne Armlehnen Basis-Armlehnen aus Kunststoff Basis-Armlehnen aus Kunststoff mit Lederauflagen	0				0		0			0			
Weiß Armlehnen ohne Armlehnen Basis-Armlehnen aus Kunststoff Basis-Armlehnen aus Kunststoff mit Lederauflagen Höhenverstellbare Armlehnen aus Kunststoff	0	0	0	0	0	0	0		•	0			
Weiß Armlehnen ohne Armlehnen Basis-Armlehnen aus Kunststoff Basis-Armlehnen aus Kunststoff mit Lederauflagen Höhenverstellbare Armlehnen aus Kunststoff Aluminiumarmlehnen mit Softtouch- oder Lederauflagen	0	0	0	0	0	0	0		•	0			
Weiß Armlehnen ohne Armlehnen Basis-Armlehnen aus Kunststoff Basis-Armlehnen aus Kunststoff mit Lederauflagen Höhenverstellbare Armlehnen aus Kunststoff	0	0	0	0	0	0	0		•	0			•
Weiß Armlehnen ohne Armlehnen Basis-Armlehnen aus Kunststoff Basis-Armlehnen aus Kunststoff mit Lederauflagen Höhenverstellbare Armlehnen aus Kunststoff Aluminiumarmlehnen mit Softtouch- oder Lederauflagen Armlehnen (integriert) mit Lederauflagen 2-D verstellbare Armlehnen	0	0	0	0	0	•	0		•	0			•
Weiß Armlehnen ohne Armlehnen Basis-Armlehnen aus Kunststoff Basis-Armlehnen aus Kunststoff mit Lederauflagen Höhenverstellbare Armlehnen aus Kunststoff Aluminiumarmlehnen mit Softtouch- oder Lederauflagen Armlehnen (integriert) mit Lederauflagen	•	•	•	•	0	•	•		•	0		0	•
Weiß Armlehnen ohne Armlehnen Basis-Armlehnen aus Kunststoff Basis-Armlehnen aus Kunststoff mit Lederauflagen Höhenverstellbare Armlehnen aus Kunststoff Aluminiumarmlehnen mit Softtouch- oder Lederauflagen Armlehnen (integriert) mit Lederauflagen 2-D verstellbare Armlehnen Multifunktionsarmlehnen mit Softtouchauflagen Multifunktionsarmlehnen mit Gelauflagen	0	•	•	•	0	•	0		•	0		0	•
Weiß Armlehnen ohne Armlehnen Basis-Armlehnen aus Kunststoff Basis-Armlehnen aus Kunststoff mit Lederauflagen Höhenverstellbare Armlehnen aus Kunststoff Aluminiumarmlehnen mit Softtouch- oder Lederauflagen Armlehnen (integriert) mit Lederauflagen 2-D verstellbare Armlehnen Multifunktionsarmlehnen mit Softtouchauflagen Multifunktionsarmlehnen mit Gelauflagen Multifunktionsarmlehnen mit Lederauflagen	0	•	•	•	0	•	0	•	0	0		•	•
Weiß Armlehnen ohne Armlehnen Basis-Armlehnen aus Kunststoff Basis-Armlehnen aus Kunststoff mit Lederauflagen Höhenverstellbare Armlehnen aus Kunststoff Aluminiumarmlehnen mit Softtouch- oder Lederauflagen Armlehnen (integriert) mit Lederauflagen 2-D verstellbare Armlehnen Multifunktionsarmlehnen mit Softtouchauflagen Multifunktionsarmlehnen mit Gelauflagen	0	•	•	•	0	•	0	•	0	0		•	•
Weiß Armlehnen ohne Armlehnen Basis-Armlehnen aus Kunststoff Basis-Armlehnen aus Kunststoff mit Lederauflagen Höhenverstellbare Armlehnen aus Kunststoff Aluminiumarmlehnen mit Softtouch- oder Lederauflagen Armlehnen (integriert) mit Lederauflagen 2-D verstellbare Armlehnen Multifunktionsarmlehnen mit Softtouchauflagen Multifunktionsarmlehnen mit Gelauflagen Multifunktionsarmlehnen mit Lederauflagen Ausstattungen	0	•	•	•	0	•	0	•	0	0		•	•
Weiß Armlehnen ohne Armlehnen Basis-Armlehnen aus Kunststoff Basis-Armlehnen aus Kunststoff mit Lederauflagen Höhenverstellbare Armlehnen aus Kunststoff Aluminiumarmlehnen mit Softtouch- oder Lederauflagen Armlehnen (integriert) mit Lederauflagen 2-D verstellbare Armlehnen Multifunktionsarmlehnen mit Softtouchauflagen Multifunktionsarmlehnen mit Gelauflagen Multifunktionsarmlehnen mit Lederauflagen Ausstattungen Großer Sitz	0	•	•	•	0 0 0 0 0	0	0	•	0 0 0	0		•	•
Weiß Armlehnen ohne Armlehnen Basis-Armlehnen aus Kunststoff Basis-Armlehnen aus Kunststoff mit Lederauflagen Höhenverstellbare Armlehnen aus Kunststoff Aluminiumarmlehnen mit Softtouch- oder Lederauflagen Armlehnen (integriert) mit Lederauflagen 2-D verstellbare Armlehnen Multifunktionsarmlehnen mit Softtouchauflagen Multifunktionsarmlehnen mit Gelauflagen Multifunktionsarmlehnen mit Lederauflagen Ausstattungen Großer Sitz Schiebesitz	0	0	•	•	0 0 0 0 0	0	0	•	0 0 0	0 0 0 0 0 0		•	•
Weiß Armlehnen ohne Armlehnen Basis-Armlehnen aus Kunststoff Basis-Armlehnen aus Kunststoff mit Lederauflagen Höhenverstellbare Armlehnen aus Kunststoff Aluminiumarmlehnen mit Softtouch- oder Lederauflagen Armlehnen (integriert) mit Lederauflagen 2-D verstellbare Armlehnen Multifunktionsarmlehnen mit Softtouchauflagen Multifunktionsarmlehnen mit Gelauflagen Multifunktionsarmlehnen mit Lederauflagen Ausstattungen Großer Sitz Schiebesitz Rückenlehne mit Membrane	0	0	0	•	0 0 0 0 0	0	0	•	0 0 0			•	•
Weiß Armlehnen ohne Armlehnen Basis-Armlehnen aus Kunststoff Basis-Armlehnen aus Kunststoff mit Lederauflagen Höhenverstellbare Armlehnen aus Kunststoff Aluminiumarmlehnen mit Softtouch- oder Lederauflagen Armlehnen (integriert) mit Lederauflagen 2-D verstellbare Armlehnen Multifunktionsarmlehnen mit Softtouchauflagen Multifunktionsarmlehnen mit Gelauflagen Multifunktionsarmlehnen mit Lederauflagen Ausstattungen Großer Sitz Schiebesitz Rückenlehne mit Membrane Rückenlehne mit Flachpolster	0 0 0 0	0		0	0 0 0	0 0 0		•			•	•	•
Weiß Armlehnen ohne Armlehnen Basis-Armlehnen aus Kunststoff Basis-Armlehnen aus Kunststoff mit Lederauflagen Höhenverstellbare Armlehnen aus Kunststoff Aluminiumarmlehnen mit Softtouch- oder Lederauflagen Armlehnen (integriert) mit Lederauflagen 2-D verstellbare Armlehnen Multifunktionsarmlehnen mit Softtouchauflagen Multifunktionsarmlehnen mit Gelauflagen Multifunktionsarmlehnen mit Lederauflagen Ausstattungen Großer Sitz Schiebesitz Rückenlehne mit Membrane Rückenlehne mit Flachpolster Rollen mit hartem Belag für textile Böden		0		•	0 0 0 0 0	0 0 0		•			•	•	•
Weiß Armlehnen ohne Armlehnen Basis-Armlehnen aus Kunststoff Basis-Armlehnen aus Kunststoff mit Lederauflagen Höhenverstellbare Armlehnen aus Kunststoff Aluminiumarmlehnen mit Softtouch- oder Lederauflagen Armlehnen (integriert) mit Lederauflagen 2-D verstellbare Armlehnen Multifunktionsarmlehnen mit Softtouchauflagen Multifunktionsarmlehnen mit Gelauflagen Multifunktionsarmlehnen mit Lederauflagen Ausstattungen Großer Sitz Schiebesitz Rückenlehne mit Membrane Rückenlehne mit Flachpolster Rollen mit hartem Belag für textile Böden Rollen mit weichem Belag für alle nicht textilen Böden		0		•	0 0 0 0 0	0 0 0		•			•	•	•
Weiß Armlehnen ohne Armlehnen Basis-Armlehnen aus Kunststoff Basis-Armlehnen aus Kunststoff mit Lederauflagen Höhenverstellbare Armlehnen aus Kunststoff Aluminiumarmlehnen mit Softtouch- oder Lederauflagen Armlehnen (integriert) mit Lederauflagen 2-D verstellbare Armlehnen Multifunktionsarmlehnen mit Softtouchauflagen Multifunktionsarmlehnen mit Gelauflagen Multifunktionsarmlehnen mit Lederauflagen Ausstattungen Großer Sitz Schiebesitz Rückenlehne mit Membrane Rückenlehne mit Flachpolster Rollen mit hartem Belag für textile Böden Rollen mit weichem Belag für alle nicht textilen Böden Programmumfang		0		0				•			•		•
Weiß Armlehnen ohne Armlehnen Basis-Armlehnen aus Kunststoff Basis-Armlehnen aus Kunststoff mit Lederauflagen Höhenverstellbare Armlehnen aus Kunststoff Aluminiumarmlehnen mit Softtouch- oder Lederauflagen Armlehnen (integriert) mit Lederauflagen 2-D verstellbare Armlehnen Multifunktionsarmlehnen mit Softtouchauflagen Multifunktionsarmlehnen mit Gelauflagen Multifunktionsarmlehnen mit Lederauflagen Ausstattungen Großer Sitz Schiebesitz Rückenlehne mit Membrane Rückenlehne mit Flachpolster Rollen mit hartem Belag für textile Böden Rollen mit weichem Belag für alle nicht textilen Böden Programmumfang Freischwinger				0				•			•		•
Weiß Armlehnen ohne Armlehnen Basis-Armlehnen aus Kunststoff Basis-Armlehnen aus Kunststoff mit Lederauflagen Höhenverstellbare Armlehnen aus Kunststoff Aluminiumarmlehnen mit Softtouch- oder Lederauflagen Armlehnen (integriert) mit Lederauflagen 2-D verstellbare Armlehnen Multifunktionsarmlehnen mit Softtouchauflagen Multifunktionsarmlehnen mit Gelauflagen Multifunktionsarmlehnen mit Lederauflagen Ausstattungen Großer Sitz Schiebesitz Rückenlehne mit Membrane Rückenlehne mit Flachpolster Rollen mit hartem Belag für textile Böden Rollen mit weichem Belag für alle nicht textilen Böden Programmumfang Freischwinger Vierfußmodell				0				•			•		•

Individuelle Planungsberatung.



Der hochkomplexe Prozess einer durchgängig ergonomisch optimierten Bürokonzeption setzt viel Spezialkompetenz, Erfahrung und den Einsatz modernster Planungsinstrumente voraus. Deshalb bietet Sedus eine umfassende individuelle Planungsberatung an. Für die komplette Neuplanung ebenso wie für die Modernisierung bestehender

Büros. Ausgangspunkt ist stets eine sorgfältige Analyse der unternehmensspezifischen Anforderungen und Voraussetzungen. Ergebnis sind effiziente und zukunftssicher durchdachte Lösungen, die beste Voraussetzungen schaffen, dass sich die Mitarbeiterpotenziale zum Wohle des Unternehmens voll entfalten können.

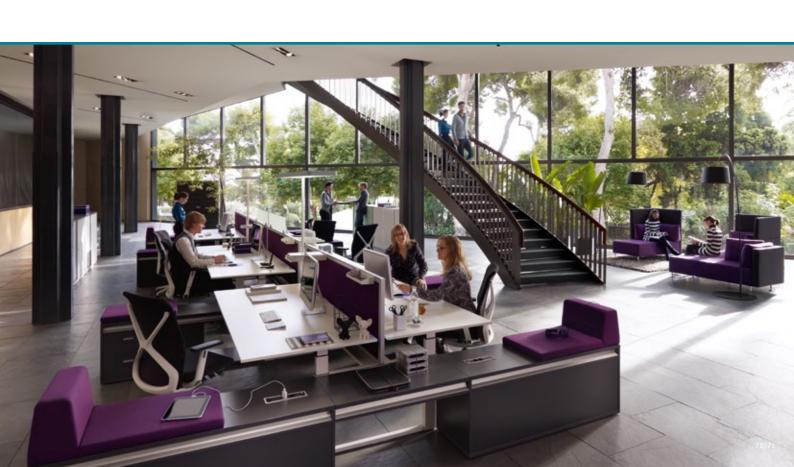




Das Expertenteam von Sedus steht Planern mit Rat und Tat zur Seite, auf Wunsch bis hin zur Projektrealisierung und -implementierung. Besonderen Stellenwert hat die Sensibilisierung und Schulung der Mitarbeiter, damit der ergonomische Nutzen der Bürogestaltung auch voll zum Tragen kommt.



- **»** Bestandsaufnahme, Analyse, Bewertung und Dokumentation der Anforderungen
- » Sedus Office-Power-Check: objektive Messung der Mitarbeiter-Zufriedenheit mit den Arbeitsplatzbedingungen im Büro
- » Place 2.5 Beratung für Produktives Wohlfühlen
- » Beratung über gesetzliche Auflagen
- » Möblierungsplanung per CAD-Tools
- » Bemusterung für die Entscheidungsfindung
- » Mitarbeiter-Einweisungen inklusive Informationsmaterial
- » Veranstaltungen, Trainings und Seminare



Tipps gegen das Sitzenbleiben.

Kleinkinder sind klug: Sie bleiben nicht lange auf einem Stuhl sitzen. Nehmen wir uns ein Beispiel daran und machen wir Gebrauch von unserem Bewegungsapparat. So oft es geht und bei jeder Gelegenheit, die sich bietet.

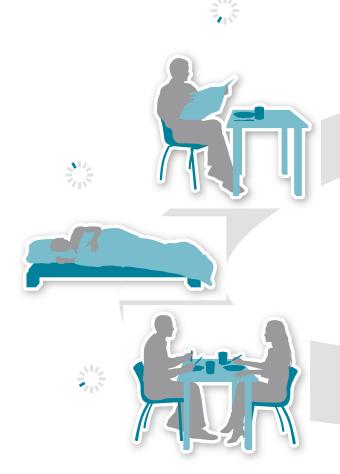
Mehr Bewegung im Büro.

Dynamisches Sitzen im Büro ist gut, aber nicht gut genug. Eine zeitgemäße Büroplanung reißt die Mitarbeiter vom Hocker und bringt sie in Bewegung. Viele Arbeiten kann man auch am Stehtisch erledigen. Beim Telefonieren durch den Raum zu gehen, entspannt, vor allem bei stressigen Gesprächsthemen. Teambesprechungen im Stehen sind kürzer und effizienter. Die eigene Bequemlichkeit kann man austricksen, wenn man die Ordner-Ablage, Kopierer und Drucker aus dem direkten Greifraum rund um den Schreibtisch entfernt und somit häufiger aufstehen muss. Für die schnelle Abstimmung mit den Kollegen öfter mal persönlich vorbeigehen, statt Telefon oder E-Mail benutzen, das fördert auch ein gutes Betriebsklima. Und für ein bisschen Bürogymnastik zwischendurch reichen ein paar Minuten.

Der bewegte Tageskreislauf.

Mit dem Fahrrad zur Arbeit fahren oder den entfernteren Parkplatz nehmen und lieber noch ein Stück zu Fuß gehen. Treppen steigen statt mit dem Aufzug fahren. Sportlich aktiv sein, bevor es in den Fernsehsessel geht.

Man sieht: Der Tag hält jede Menge Bewegungschancen für ein fitteres und gesünderes Leben bereit, die auch noch Spaß machen.







Ein Gewinn für Unternehmen, Menschen und die Umwelt.

Sedus verpflichtet sich, das Arbeiten im Büro jederzeit zu einem gewinnbringenden Erlebnis zu machen. Zum Wohle der Unternehmen und ihrer Mitarbeiter. Diese Mission ist in den Unternehmensgrundsätzen festgeschrieben, die für das Denken und Handeln aller Menschen bei Sedus verbindlich sind. Ein Anspruch, der alle Aspekte einbezieht, die für die Büroarbeit von heute und morgen wichtig sind. Bei Sedus stehen dafür die Kompetenzbereiche Ganzheitlichkeit und Kundenorientierung, Qualität und Nachhaltigkeit sowie das Konzept Place 2.5.

Mit dem Konzept Place 2.5 hat Sedus einen einzigartigen und innovativen Ansatz entwickelt – die neue Bürokultur des Produktiven Wohlfühlens. Perfekte Ergonomie, Funktionalität und Arbeitsbedingungen sind die Basis. Eingebettet in Bürowelten zum Wohlfühlen, in denen Menschen gerne und deshalb auch produktiver arbeiten. Design, Licht, Akustik, Klima, Luft und vieles mehr gehören dazu.

Darin zeigt sich das ganzheitliche und kundenorientierte Denken von Sedus. Denn Unternehmen brauchen heute nicht mehr einzelne Büromöbel, sondern lückenlose und bedarfsgerechte Lösungen für effiziente Arbeitsprozesse. Sie brauchen zukunftsfähige Büroarbeitswelten, die der Unternehmenskultur gerecht werden. Das leistet Sedus durch ein umfassendes, flexibles Produktprogramm für alle Anforderungen sowie durch individuelle Beratungs- und Planungsdienstleistungen.

Qualität und Nachhaltigkeit schließlich sind seit mehr als 50 Jahren tragende Säulen des Unternehmenserfolgs von Sedus. Neben ressourcenschonender Arbeitsweise, recyclingorientierter Produktgestaltung, ökologisch getesteten Materialien und energiebewusster Fertigung zählt dabei vor allem eines: die langlebige Qualität der Produkte, denn nichts ist besser für die Umwelt.

Weitere Informationen unter www.sedus.de und www.place2point5.com







Unternehmen:
DIN EN ISO 9001
DIN EN ISO 14001
EMAS III geprüftes
Umweltmanagement







Sedus arbeitet weltweit nach den Prinzipien des UN Global Compact für Menschenrechte, Arbeitsnormen, Umweltschutz und Korruptionsbekämpfung.







Produkte:5 Jahre Sedus Garantie
Geprüfte Sicherheit













www.sedus.com