

Ctrl-Up ^{MW 75}©

De Ctrl-Up maakt een einde aan de "ja-knik" beweging en laat je automatisch comfortabel zitten.

De meeste mensen typen niet (volledig) blind. Zij kijken daarom veel naar het toetsenbord. De positie van het toetsenbord en niet het beeldscherm bepaalt dan ook grotendeels de werkhouding. Om de werkhouding tijdens computerwerkzaamheden te verbeteren is de Ctrl-Up ontwikkeld.

Door het toetsenbord hoger en onder een hoek te plaatsen, worden de nek en rug tijdens typen nauwelijks gebogen. Hierdoor wordt er automatisch adequaat gebruik gemaakt van de rugleuning van de stoel.

De ellebogen en polsen worden goed ondersteund. Hierbij staat de pols in de ergonomisch verantwoorde stand. De aangenomen werkhouding zal als ontspannen en comfortabel worden ervaren.

De Ctrl-Up neemt op het werkblad slechts enkele centimeters meer ruimte in dan de afmetingen van het toetsenbord zelf. Het tafelblad komt enkele cm hoger te staan wat ook prettiger is tijdens schrijven.

- De Ctrl-Up is een uitkomst voor mensen die niet volledig blind kunnen typen en voor hen die nek/schouder/pols/arm-rugklachten en/of visusproblemen hebben.
- De Ctrl-Up kan uiteraard ook uitstekend preventief worden ingezet.

Nooit meer verkeerd zitten

Gebruiksaanwijzing Ctrl-Up

1. Stel de stoel op de gewenste hoogte in.
2. Stel de hoek van het zitvlak en de rugleuning naar wens in (zorg ervoor dat de hoek tussen zitvlak en rugleuning niet te groot wordt).
3. Stel arMLEuning op de gewenste hoogte in.
4. Plak de twee antislipdopjes links en rechtsboven op de onderkant van het toetsenbord op een plek waar het toetsenbord contact maakt met de ondergrond.
5. Plaats de Ctrl-Up met toetsenbord op het tafelblad.
6. Stel de tafelbladhoogte zo in dat het toetsenbord kan worden gebruikt met ondersteunde ellebogen zonder dat de polsen een hoek maken met de onderarm (vingers en elleboog liggen in een rechte lijn). De polsen steunen af op de geïntegreerde polssteun. De onderarmen worden volledig ondersteund.
7. Fijnafstelling is mogelijk door het toetsenbord t.o.v. de geïntegreerde polssteun op de exact gewenste hoogte op de Ctrl-Up te plaatsen. De afstand tussen polssteun en toetsenbord wordt bepaald door uw handgrootte en de tafelhoogte. Stel indien nodig de tafelhoogte bij.

Typehouding zonder Ctrl-Up



Typehouding met Ctrl-Up



Het blijft van belang computerwerkzaamheden zoveel mogelijk af te wisselen met andere werkzaamheden en om regelmatig pauzes in te lassen !