



Ergonomisen työskentelyn ABC

Lattian yläpuolella olevat pinnat

Valitse oikeat välineet

Vileda Professionalilla on laaja valikoima välineitä, jotka ovat tarkoitettu lattian yläpuolella olevien pintojen ylläpitosiivoukseen. Jotta välineistä saataisiin täysi hyöty irti, on tärkeää että oikeille pinnoille valitaan niille parhaiten soveltuvat välineet. Parhaan soveltuvuuden määrittelee, paitsi pinnoilla olevan lian tyyppi, myös *keholle kulloinkin ergonomisin vaihtoehto!*

Termi ergonomia polveutuu muinaiskreikan sanoista *Ergon* (työ) ja *Nomos* (luonnonlaki). Juuri tähän kiteytyy ergonomisen työskentelyn periaate, eli ihmiskehon asettamien rajojen, sääntöjen ja ihanteiden noudattaminen. Rikos & rangaistus periaate pätee näet myös ergonomian lakeja rikottaessa. Kun kehon asettamia rajoja ei noudateta, seuraa tästä ennen pitkää rangaistus, jonka suuruus vaihtelee rikkeen vakavuuden mukaan. *Tyypillisiä rangaistuksia ovat: niska-, käsi- ja hartiakivut, polvi- ja nilkkakivut, selkä- ja lonkkavaivat, jatkuvat päänsäryt sekä vakavimmissa tapauksissa pitkäaikaissairaudet ja työkyvyttömyys.*



Lattian yläpuolella olevat pinnat

Lattian yläpuolella olevat pinnat voidaan karkeasti ottaen jakaa kolmeen korkeusluokkaan, joiden mukaan siivousväline tulee valita. Katso lisää seuraavasta taulukosta.

Korkeusluokka	Pintamääritelmät	Pintaesimerkkejä
Yli 160 cm - vaikeasti tavoitettavat pinnat	1. - tavoittamattomat epätasaiset pinnat	valaisimet, verhotangot ja -kiskot, ilmastointi- aukot ja -putket, ovien ja karmien yläosat, kaihtimet
	2. - tavoittamattomat tasaiset pinnat	kattopaneelit, kaapit, seinät
70 cm - 160 cm - helposti tavoitettavat pinnat	1. - epätasaiset/tasaiset pinnat - kädenloukkaamisvaara - muoto vaatii tehokkaan välineen	rappukaiteet, tietyt ovenkahvat / kädensijat, ikkunakarmit, sängynpäädty, huonekalujen rungot / kehikot
	2. - sisätilojen pysty- & vaakasuorat suuret tasaiset pinnat	liitu- & valkotaulut, kokous- & ruokapöydät, hissit & hissien peilit
	3. - sisätilojen suuret epätasaiset pinnat - irtaimisto jonka siirto / liikuttelu ei ole sallittu	epätasaiset toimistopöydät, kirjahyllyt, ikkunalaudat, erilaiset näytöt, sisäpuhelimet, pistorasiat, valokatkaisijat
Alle 70 cm - vaikeasti tavoitettavat pinnat	1. - keskikorkeudella tai matalalla olevat epätasaiset pinnat, myös ahtaat	lämpöpatterit, erilaiset lämpö- ja vesiputket, tuolit sekä tuolien jalat & käsinojat, pöydänjalat

Pyyhe vai kenties jokin muu?

Lattian yläpuolella olevat pinnat siivotaan tällä hetkellä pääosin pelkillä pyyhkeillä, erityisvälineitä käytetään ainoastaan hyvin vaikeasti tavoitettavilla pinnoilla. Näin ei kuitenkaan kuuluisi olla, sillä pyyhe ei läheskään aina ole kaikkein ergonomisin tai tehokkain vaihtoehto. Onnistuneen kokonaisvaltaisen siivoustyön kannalta on tärkeää, että lattian yläpuolelle tarkoitettuja välineitä löytyy kaikkia eri tarpeita varten, ja että niiden käyttäjä osaa niitä parhaiten hyödyntää.



	Epätasaiset pinnat esim. huonekalut, lämpöpatterit, valaisimet, putket	Tasaiset pinnat esim. ovet, pöydät, hissit, lasipinnat, taulut
KATTO		
Yli 160 cm	Älä kurottele, käytä välinettä - esim: 	Älä kurottele, käytä välinettä - esim: 
70-160 cm	Käytä lian/kalusteen tyyppille sopivaa pyyhettä/välinettä - esim: 	Käytä lian/kalusteen tyyppille sopivaa pyyhettä/välinettä - esim: 
Alle 70 cm	Älä kyykistele, käytä välinettä - esim: 	Älä kyykistele, käytä välinettä - esim: 
LATTIA		



Muista että ergonominen työskentely on yhtä ratkaisevaa niin lattialla, kuin sen yläpuolellakin. Käyttämällä tasopinnan korkeuden, sen rakenteen, sekä likatyyppin määrittelemää välinettä oikein, varmistat ergonomisen työskentelytavan. Ergonomisten välineiden ja -menetelmien avulla minimoit kehoon kohdistuvaa rasitusta, ja loppukädessä voit olla täysin varma siitä että kroppa kiittää!

Freudenberg Home and Cleaning Solutions Oy / Vileda Professional - osa Freudenberg-yhtymää

Vileda Professional tarjoaa innovatiivisia ja korkealaatuisia siivousvälineitä ja -ratkaisuja puhtausalan ammattilaisille kaikissa asiakassegmenteissä. Yrityksellä on oma myyntiorganisaatio lähes kaikissa Euroopan maissa sekä laaja myyntiverkosto muissa maanosissa. Vileda Professional on osa Freudenberg-yhtymää, joka on perheomistuksessa oleva monitoimialayritys.



Freudenberg Home and Cleaning Solutions Oy
Vileda Professional, Bertel Jungin aukio 1, 02600 Espoo
Puh. 0424 2861
www.vileda-professional.fi • asiakaspalvelu@fhp-ww.com

a brand of
 **FREUDENBERG**