kaiserkraft
Mini guide

Una postazione. Tante persone. Nessun compromesso.

Postazioni rapidamente adattabili per turni di lavoro e aree condivise.



La postazione resta. Le persone cambiano.
Nei turni, in officina e magazzino o nel desk sharing, più persone condividono spesso la stessa postazione – ma raramente hanno la stessa statura, lo stesso modo di lavorare o lo stesso compito. Se la postazione resta rigida, è il corpo ad adattarsi. E alla lunga le conseguenze si sentono.
La buona notizia: non serve una revisione completa. Con la dotazione giusta e pochi gesti, tutti lavorano in modo adatto al corpo – indipendentemente da chi utilizza la postazione.

01 Attrezzare la postazione in modo flessibile

Regolare è semplice. Meglio che continuare così.

Una postazione ergonomica deve adattarsi a persone diverse senza attrezzi, senza sforzo e senza discussioni. Perché una regola vale quasi sempre: ciò che è complicato non si fa. Ciò che è semplice diventa un'abitudine.

A cosa prestare attenzione:

- Rendere le postazioni regolabili senza attrezzi
- Prevedere superfici regolabili in altezza per stature diverse
- Rendere i monitor posizionabili indipendentemente dal tavolo
- Supportare il lavoro in piedi con ausili adeguati
- Tenere gli ausili ergonomici a portata di mano

Consiglio pratico: ciò che è semplice si fa.

- ☑ Scegliere postazioni regolabili senza attrezzi
- ☑ Usare bracci portamonitor per utenti diversi
- ☑ Mettere tappeti antifatica e poggiapiedi dove servono

02 Regolare correttamente la postazione

Prima regolare. Poi iniziare.

Con pochi gesti adattate altezza di lavoro, direzione dello sguardo e zone di presa alla vostra statura e attività. Così sfruttate al meglio la flessibilità della postazione.

A cosa prestare attenzione:

- Regolare l'altezza di lavoro in base alla statura
- Posizionare il monitor all'altezza degli occhi
- Disporre gli strumenti nella zona di presa ottimale
- Alternare regolarmente posizione seduta e in piedi
- Usare un poggiapiedi se necessario

Consiglio pratico: Ogni utente regola di nuovo. Sempre.

- ☑ Le regolazioni di chi vi ha preceduto non sono le vostre
- ☑ Controllare altezza di lavoro e monitor prima di iniziare
- ☑ Solo allora passare al lavoro vero e proprio

Quick check: la vostra postazione è pronta dal punto di vista ergonomico?

	Preparazione	Utilizzo
Dotazione	☐ Altezza di lavoro regolabile rapidamente e senza attrezzi	☐ Regolo altezza di lavoro e monitor in modo corretto
	☐ Campo di regolazione sufficiente per diverse stature	☐ Raggiungo gli strumenti senza allungarmi o torcermi
	☐ Monitor orientabile indipendentemente dal tavolo	☐ Alterno regolarmente posizione seduta e in piedi
	☐ Ausili disponibili per lavoro seduto e in piedi	☐ Uso un poggiapiedi se necessario

Valutazione

6–8 spunte: Postazione ben ottimizzata – per voi e i vostri colleghi.

4–5 spunte: Con pochi accorgimenti può migliorare nettamente.

0–3 spunte: Vale la pena rivedere dotazione e abitudini.

Regolare diventa un'abitudine.

- Regolare la postazione prima di ogni turno
- Istruire brevemente i nuovi colleghi
- Rendere ben visibili le regolazioni

Conclusione

Non ogni postazione deve essere ripensata da zero. Ma ognuna dovrebbe adattarsi in pochi secondi alla persona che vi siede, sta in piedi o lavora. È questa la differenza tra ergonomia sulla carta ed ergonomia nella quotidianità.

Soluzioni kaiserkraft adatte

- **L'altezza giusta per ogni turno:** Banchi da lavoro e scrivanie regolabili elettricamente in altezza
- **La posizione giusta per ogni angolo di visuale:** Bracci portamonitor
- **Per ogni fase da seduti o in piedi:** Sgabelli girevoli da lavoro e appoggi per lavoro in piedi
- **Per i piedi stanchi:** Poggiapiedi e tappeti antifatica
- **Per la massima flessibilità mobile:** Banchi da lavoro e montaggio mobili

Una postazione deve dare energia. Non toglierla.

Spesso sono i piccoli accorgimenti a fare la differenza. Progettiamo postazioni ergonomiche e aree di lavoro complete – su misura per processi, spazi e persone che vi lavorano.

Richiedi una consulenza

02 90 66 221
info@kaiserkraft.it
kaiserkraft.com/ergonomics

Per la creazione di questo documento è stato utilizzato il supporto di un modello linguistico basato sull'IA. L'IA è stata impiegata per proporre formulazioni, strutturare i contenuti e apportare correzioni linguistiche. La responsabilità dei contenuti, la verifica e l'approvazione finale dei testi restano interamente in capo a kaiserkraft.

Con riserva di modifiche ed errori.
KAISER+KRAFT SRL | Via Bisceglie, 66-68 | 20152 Milano

kaiserkraft works.