

# 1 Stol 1 Nödnummer 2 Länder

Svenstol<sup>®</sup> användning  
hos brandkåren  
i Tyskland och  
Frankrike

## NYHETER OM SVENSTOL<sup>®</sup>

Höj- och sänkbart Svenstol-armstöd,  
och andra nyheter

Sidan 2

## RYGGRADEN – AL OCH FAKTA

Värt att veta om ryggraden

Sidan 6



# Svenstol® – populär hos brandkårer i Tyskland och Frankrike

Nödanrop vid en larmcentral: En kvinna i upplösningstillstånd ringer och berättar att hennes man kollapsat i eftermiddagsvärmen i trädgården. Nu måste det gå snabbt. Personen som tar emot samtalet måste bevara lugnet och fatta de rätta besluten för att kunna hjälpa mannen så snabbt som möjligt och försöka rädda hans liv.

Situationer som denna, där det ofta handlar om liv eller död, tillhör larmcentralens vardag. Medarbetarna har ett extremt stort ansvar. De måste kunna agera snabbt i extrema situationer, och vidta korrekta åtgärder under hög koncentration. Medarbetarna får genomgå speciella utbildningar för att hantera sådana situationer. Dessutom är deras arbetsplatser försedda med teknik och utrustning som är speciellt ergonomiskt utformade, och som ger medarbetarna det stöd de behöver för att helt kunna koncentrera sig på den aktuella nödsituationen.

Svenstol® 24-timmarsstolar är med sin komfort och speciella ergonomi utvecklade specifikt för att användas i det här syftet. Det glädjer oss att över 60 % av alla brandkårens larmcentraler i Tyskland använder Svenstol® 24-timmarsstolar. Hit räknas även Bayerns största larmcentral i Nürnberg. Tysklands tredje största larmcentral ansvarar för ett område

Larmcentralen i Nürnberg koordinerar omkring 280 000 insatser per år.

på 2 000 km<sup>2</sup>, med 1,2 miljoner invånare. Medarbetarna koordinerar dag och natt fler än 280 000 utryckningar varje år för brandkår, räddningstjänst, katastrofskydd och sjöräddning. Thomas Löhr, ställföreträdande chef över larmcentralen, är med tanke på den höga och konstanta pressen glad över hur robust Svenstol® är: "Nu har vi använt stolarna under snart 5 år, och det syns knappt på dem."

Även i Frankrike, där vårt dotterbolag Stolcomfort France har sålt Svenstol® sedan 2016, använder nästan varannan av de 96 brandkårs- och räddningstjänsterna Svenstol® 24-timmarsstolar. Sedan Oktober 2019 hör också CTA-CODIS (Centre de Traitement d'Alerte – Centre Opérationnel Départemental d'Incendie et de Secours) i Isere dit. Styrcentralen sköter ett område på 7 431 km<sup>2</sup> med över 1,25 miljoner invånare. Varje år inkommer fler än 400 000 nödsamtal, och över 80 000 insatser koordineras. Innan

Svenstol® har även gjort starkt intryck hos franska larmcentraler, som i Isere.

de bestämde sig för den nya Svenstol® 24-timmarsstolen testade medarbetarna i Isere en rad olika 24-timmarsstolar enligt ett antal kriterier som komfort, ergonomi och robusthet, i en process som tog flera månader, Svenstol® övertygade testarna på alla områden.

Vi är väldigt glada över detta starka godkännande för våra Svenstol® 24-timmarsstolar. Vetskapen om att vi bidrar till en bättre arbetsplatsergonomi, och därmed stödjer larmcentralernas medarbetare i deras viktiga arbete, är för oss både motivation och en sporre för att fortsätta att förbättra våra stolar ytterligare. Se själv efter på de kommande sidorna i vår katalog, hur vi just nu omsätter detta löfte i praktiken.

# Nyheter om Svenstol®

Certifierad för  
särskilt höga  
krav



## Svenstol® uppfyller även industristol-norm DIN 68877:

Svenstol®-stolar används tack vare sin höga komfort och robusthet även av kunder som Airbus och andra kunder inom produktion. Användningen av en snurrbar stol i produktion skiljer sig från hur den används i kontor eller larmcentraler. Normen DIN 68877 ställer därför andra krav gällande säkerhet och ergonomi än motsvarande normer för kontorstolar. Eftersom Svenstol® uppfyller den här normen har våra kunder tryggheten att också fritt kunna använda den som industristol. Detta gäller förresten även för utförandet med XXL-höjd och uppstigningsstöd.

Bekväm  
och flexibel



## Justerbart ländryggsstöd i höjd och djup:

Som alternativ till vårt pneumatiska ländryggsstöd finns nu 24-timmarsstolarna Svenstol® S5 och S6 även med ett mekaniskt ländryggsstöd. Det här stödet går att justera i såväl djup (utbuktning framåt) som höjd, med hjälp av två vridhjul som är monterade på ryggstödet. Vridhjulen kan därför manövreras i sittande position. Höjd och utbuktning framåt justeras betydligt snabbare jämfört med det pneumatiska utförandet. Generellt förhindrar du i båda utförandena att du sitter med rundad rygg, och en alltför stor belastning på diskarna.

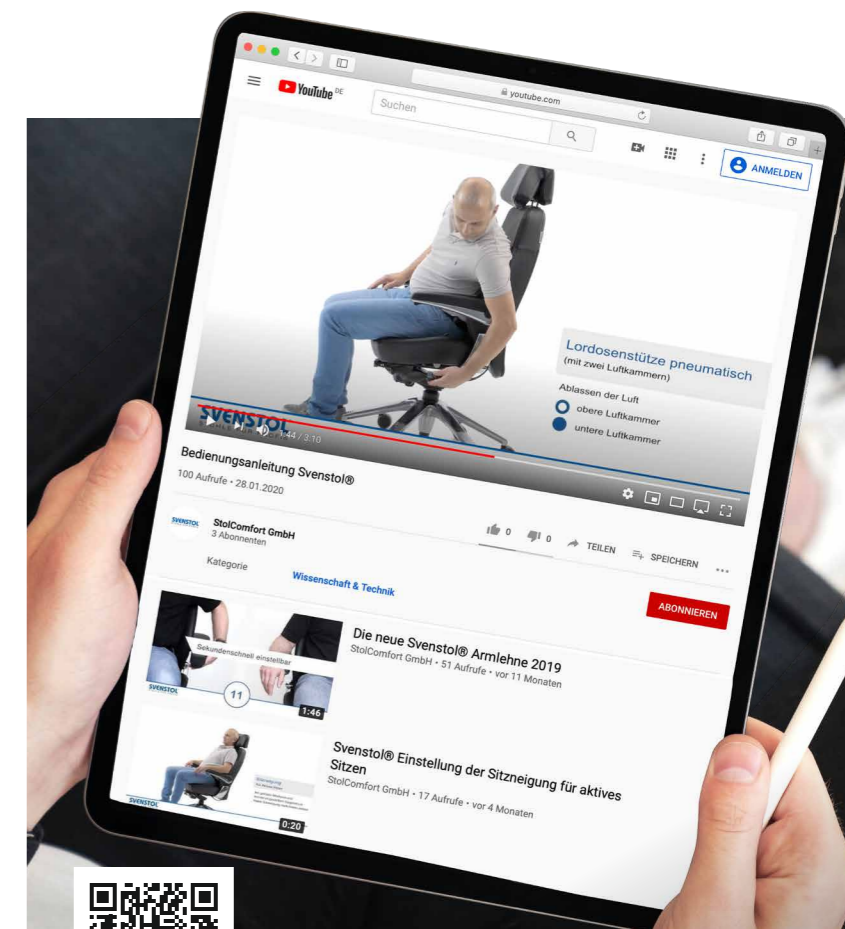
**Justera höjden på det uppfällbara armstödet till Svenstol®:** Om armstödet ställs in felaktigt kan det leda till att muskulaturen spänner sig, eller att armarna drar överkroppen nedåt. Över längre tidsperiod medför det muskelproblem eller rundad rygg. Det uppfällbara armstödet på Svenstol® finns nu därför både med justerbar lutning och optimal höjdjustering. Dina underarmar får därmed en större kontaktyta och du sitter mer avslappnat. Höjden justeras enkelt när man sitter på stolen, och är liksom hela stolen anpassad för konstant belastning under 24 timmar.



**Videoinstruktion:** 24-timmarsstolar har som regel flera olika användare. Därför är det viktigt att det är snabbt och enkelt för den aktuella användaren att ställa in den. Därför har manövreringen av en Svenstol® gjorts så intuitiv som möjligt. För att alla verkligen ska utnyttja den ergonomiska potentialen hos sin Svenstol® till max, har vi skapat en video som visar och förklarar alla inställningsmöjligheter.

Den fullständiga anvisningen är tre minuter lång, men du kan när som helst se korta anvisningar som visar varje enskild inställning. Våra stolar kommer dessutom snart att levereras med en QR-kod på sittytan, så att videoinstruktionen alltid är tillgänglig.

Mer information finns på: [stolcomfort.com/sv/loefte/bruksanvisning/](https://stolcomfort.com/sv/loefte/bruksanvisning/)



# Ryggraden – Tal och fakta\*

\*som du troligen inte har hört än

95 % av alla levande varelser har ingen: Ryggrad. Som tur är tillhör vi människor resten, de som har en. Tack vare den kan vi stå upprätt, utöva sport och en mängd andra saker som annars inte vore möjliga. Till och med när vi sitter och arbetar är ryggraden ett stort stöd för oss – **men vid alltför ensidig eller felaktig belastning leder det ofta till ryggvärk och andra problem.**

För att åskådliggöra hur mycket ryggraden betyder för vår hälsa, och hur otroligt mycket den presterar, har vi samlat ihop lite **intressanta tal och fakta** över en av våra viktigaste kroppsdelar.



Mer om hur man sitter korrekt i vår Svenstol® hittar du i vår broschyr **"Sitta sunt"**

## 80 %



av alla ryggsmärtor orsakas av spänningar i muskulaturen. I endast 3 fall av 100 handlar det om problem med diskarna.

## 800 kg



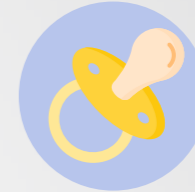
Hos unga människor klarar diskarna av tryck på upp till 800 kg. Med åldern blir det visserligen betydligt mindre, men de klarar fortfarande 450 kg.

## 20 kg



En människas huvud väger ca. 6 kilo. Om vi tittar på en mobiltelefon ökar belastningen på ryggraden med 20 kilo. Alternativt skulle man kunna ställa en back med vattenflaskor på huvudet. Många mobilanvändare tittar på sin telefon över 4 timmar om dagen.

## 33-7 =26



Vi föds med 33 ryggkotor. Som vuxna har vi bara 26 stycken kvar. Varför det? Några ryggkotor växer ihop, för att stabilisera bäcken och svanskota.

## 1/4



av ryggraden består av broskvävnad. På grund av tyngdkraften pressas vävnaden samman under dagen, och därför är vi kortare på kvällen än när vi stiger upp på morgonen. På grund av avsaknaden av tyngdkraft är astronauter däremot längre när de kommer tillbaka till jorden än de var när de inledde resan.

Ryggraden omges av fler än:

## 300 muskler

Bara med deras hjälp kan vi gå upprätt och med huvudet högt.



## 1 kcal / min



När vi sitter sover vår muskulatur – även de över 300 muskler i ryggraden – och vi förbränner bara ca. 1 kalori i minuten. När vi går förbränner vi däremot 3 kalorier i minuten. Förresten förbränner vi ungefär 0,1 kalorier mer i minuten om vi tuggar tuggummi.

# VINN NU: Exklusiva individuella Svenstol®- delar



Ett omtyckt tidsfördriv i Covid-19-tider med karantän och lockdown är datorspel (vi rekommenderar rollspelet "The Elder Scrolls Online"). Även hos Stolcomfort härjar nu spelarviruset, och det var bara en fråga om tid innan **ropan efter en Svenstol® i gaming-stil** blev höga. Designförslagen lämnades snabbt in, och

de första **Svenstol® "Gambler" färdigställdes kort därefter**, och testades av våra spelare. Stolarna var **en unik specialtillverkning och finns inte att köpa**. Nu har du den exklusiva möjligheten att vinna de här båda "Gambler"-stolarna.



R



## Vilket engelska begrepp söker vi?

Skicka ditt svar till oss med vårt webbformulär (ange din e-postadress) eller via e-post, fram till den 30/09/2020 på [info@stolcomfort.com](mailto:info@stolcomfort.com).

Juryns beslut kan inte överklagas.

## 5 års full garanti för Svenstol® 24-timmarsstolar

Stolar i ledningscentraler (kontrollrum) utsätts för större påfrestningar än i vanliga kontor. Därför erbjuder vi en förlängd garanti på 5 år för våra Svenstol®-stolar, som täcker alla extrakostnader – inklusive material, arbets- och extrakostnader. För vår kontorsmodell Svenstol® Manager får du direkt 10 års full garanti. För snabb och tillförlitlig hantering i händelse av klagomål ansvarar vårt serviceteam. Förutom den service vi erbjuder, har du möjlighet att en gång om året lämna in dina 24-timmarsstolar för underhåll. Stolarna kommer då att kontrolleras, justeras korrekt och på begäran också våtrengöras.



## Vill du prova en Svenstol® gratis i 4 veckor?

Vi ger dig gärna goda råd:  
Via e-post [info@stolcomfort.com](mailto:info@stolcomfort.com)  
com eller per telefon  
**+46 (0) 522 -177 41**