

POŽIADAVKY NA DETI ŠKOLSKÉHO VEKU V POSLEDNÝCH DESAŤROČIACH VZRÁSTLI, ROVNAKO SÚ AJ VYŠŠIE NÁROKY NA ERGONOMIU ICH PRACOVNÉHO MIESTA. TO SA TÝKA NIEN SEDENIA A PRÁCE V ŠKOLSKÝCH LAVICIACH V ŠKOLÁCH, ALE AJ V DOMÁCNOSTIACH. MNOHO PREDŠKOLÁKOV MÁ DOMA AKO PRACOVNÉ MIESTO LEN PRÍLIŠ VYSOKÝ „DOSPELÁCKY“ STÔL, KUCHYNSKÝ STÔL, PRACOVNÚ DOSKU RÔZNEHO PÔVODU ALEBO LEN OBYČAJNOU PODLAHU. PRE DETSKÝ CHRÁT AJ OČI JE TO NEZDRAVÉ A TÁ PRAVÁ RADOSŤ Z PRÁCE A ZÁBAVY SA URČITE VEĽMI ZNIŽUJE. PRE DOSPELÝCH BY BOLI TAKÉ PODMIENKY NIEN NEVHODNÉ, ALE CELKOM URČITE AJ ZAKÁZANÉ. PRETO PRI KÚPE PÍSACIEHO STOLA AJ STOLIČKY PRE SVOJE DETI PAMÄTAJTE NA ERGONOMIU, A TO VŽDY NA PRVOM MIESTE. ZODPOVEDNOSŤ JE TU LEN NA RODIČOCH, DETI SAMOTNÉ ERGONOMIU NERIEŠIA, RIEŠIA LEN VZHLAD.

Už 4-ročné deti potrebujú kvalitné sedenie, ktoré ochráni ich zdravie



Deti vyberajú vzhľad, rodičia musia postrážiť ergonómiu. Ak chcete mať zdravé a šikovné dieťa, zaistite mu včas kvalitný ergonomický nábytok.



Detská rastúca stolička

Základom zdravého sedenia je kvalitná ergonomická stolička. To platí ako pre dospelých, tak pre deti od 4-5 rokov. Pri sedení nie je dôležitá len výška sedadla, ktorá zaisťujú správnu polohu nôh, ale aj vzdialenosť opierky

chrbta, ktorá nesmie byť ďaleko, lebo i dieťa sa potrebuje pohodlne oprieť a uľaviť svojmu chrbtu a pritom mať nohy stále opreté o zem do pravého uhla - okraj sedacej plochy nesmie tlačiť na zadnú stranu kolená, aby neobmedzoval obeh krvi v nohách.

Dospelácke stoličky toto neumožňujú, preto je potrebné zaobstaráť tzv. rastúcu stoličku, ktorá sa dá postupne nastavovať tak, ako dieťa rastie. Tu je názorná ukážka stoličky v najnižšej a najvyššej polohe.





chy nestačia, naklonenie hlavnej plochy je nutné!)

MAYER – váš špecialista na ergonomický nábytok

Jednou z najznámejších značiek, u ktorej si môžete byť istí vysokou kvalitou, rozumnou cenou a výrobným zázemím, je spoločnosť MAYER CZ z Nového Jičína. Je to špecializovaný výrobca detských rastúcich stoličiek a detských rastúcich stolov so zameraním na deti od cca 5 rokov až po takmer dospelé.

Medzi najúspešnejšie na trhu patria detské rastúce stoly Young College, a to Profi, Max a Racing a detské rastúce stoličky Actikid, Freaky a Freaky Sport. Na trhu je firma už 17 rokov

a o kvalite výrobkov svedčí záruka 5 rokov u všetkých výrobkov. Najväčšou prednosťou oproti konkurencii je plnenie ergonomických požiadaviek už pre vek dieťaťa cca 4-5 rokov, kedy je najvhodnejší čas pre obstaranie tohto nábytku. Výhodou sú tiež detský vzhľad, pevná kostra a u rastúcich stolov skutočnosť, že všetky sú vybavené už v základnej cene veľkým výsuvným organizérom. Zoznam všetkých predajcov na Slovensku nájdete na špeciálnej webovej stránke výrobcu www.detskastolicka.sk/predajcovia a ďalšie podrobné informácie na adrese www.detskastolicka.sk

Detský rastúci stôl

Kvalitná rastúca stolička však nie je všetko. Pre zaistenie správnej polohy pri sedení je vhodné deťom zaobstarat aj rastúci stôl. Základnou požiadavkou je dostatočná veľkosť, výšková nastaviteľnosť a možnosť nastavenia sklonu. Najdôležitejšia je adekvátna výška, ktorá sa neustále mení podľa aktuálnej výšky postavy dieťaťa. Preto sa vyrábajú tzv. rastúce stoly, ktoré možno plynule nastavovať do správnej výšky, najlepšie od 5 rokov dieťaťa až do dospelosti. Ďalšou dôležitou požiadavkou je vhodný sklon dosky. Ergonómia odporúčajú pri písaní sklon dosky 10-16 stupňov, pri čítaní až 35 stupňov a pri kreslení ešte väčší. Každá možnosť náklonu dosky je pozitívnym krokom vpred v našom myslení. Je to už starý princíp, ktorý poznal už náš pán cisár František Jozef I. a dokonca starí Egypťania. Školám sa zabezpečenie takéhoto nábytku vrelo odporúča, žiaľ z finančných dôvodov sa tam objavuje len zriedka. Iste je to len otázka času, kedy sa stane povinnou výbavou všetkých škôl.

Detské bezpečnostné prvky

Deti sú špecificky aktívne, zvedavé a neopatrné. Preto by nábytok pre deti vrátane pracovných stolov mal byť vyrobený tak, aby sa predišlo možným úrazom. Nábytok musí mať pevnú konštrukciu, čím pevnejšie, tým lepšie. Úplne nevhodné sú akékoľvek ostré hrany, kedy hrozí poranenie. Zaoblenie všetkých hrán a výstupkov je nutnosťou. Hroziace priškrpnutie prstov pri nakláňaní dosky musí byť tiež vhodne vyriešené. Buď zamedzením voľného vsunutie prstov, alebo nejakou vhodnou bezpečnostnou poistkou.

Praktická výbava

Veľkou výhodou je taká výbava stolov, ktorá umožňuje odkladanie rôznych predmetov a montáž nadstavcov. Odkladanie býva riešené výsuvným organizérom alebo priamo na časti pracovnej plochy, ktorá sa nenakláňa. Pevné vodorovné plochy umožňujú naviac montáž praktických nadstavcov, ako napr. prídavné dosky, čítacie nadstavce, svietidlá alebo držiaky plochého monitora. (Pozor: Len vodorovné plo-

mayer^{cz}
Sitzmöbel

MAYER CZ, spol. s r. o.
Bohuslava Martinů 1885/2
741 01 Nový Jičín
www.mayer.cz
www.detskastolicka.sk