

Kensington®



Waar je ook werkt, werk als een pro

De ultieme gids voor maximaal
comfort voor laptopgebruikers

Perfect voor:

- Thuiswerken
- Geen eigen werkplek
- Flexibele kantomedewerkers





Houding

Te vaak zitten laptopgebruikers kromgebogen achter hun laptop. Een opstelling waarbij het lichaam niet goed is uitgelijnd kan problemen veroorzaken die gerelateerd zijn aan een slechte houding, zoals vermoeidheid, voortdurende druk op de schouders, bovenrug en nek, en verminderde productiviteit.



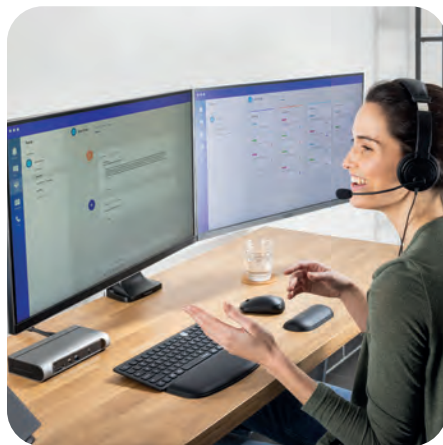
RSI-klachten

Voortdurend gebruik van het toetsenbord en de trackpad van de laptops, een slechte uitlijning en oneffen oppervlakken kunnen druk op de polsen veroorzaken en zelfs bijdragen aan carpaal tunnelsyndroom (RSI).



Vermoeide ogen

Aangezien laptops over het algemeen kleiner zijn dan traditionele desktopmonitors, hebben laptopgebruikers vaak last van vermoeide ogen door de nabijheid van het scherm en het uitgestraalde blauwe licht. Dit turen naar het beeldscherm kan tot bijziendheid leiden.



Verhoogde productiviteit:

Een tweede monitor kan u helpen om uw productiviteit met 20-30% te verhogen. Volgens de University of Utah kan een tweede monitor u 2,5 uur aan werktijd per dag besparen. Door te kiezen voor een full-size toetsenbord met een goede ergonomische lay-out, kunt u uw typesnelheid en productiviteit verhogen.



Vier gebieden van het lichaam om te ondersteunen bij het werken op een laptop



Nek

- Uw hoofd is even zwaar als een gemiddelde bowlingbal.
- Elke keer als u omlaag kijkt naar uw laptop, kan dit gewicht nog twee tot drie keer hoger zijn.
- Wanneer uw lichaam zo hard moet werken, kunt u snel last krijgen van vermoeidheid of ongemak.
- De oplossing is om een kijkpositie op ooghoogte te handhaven door een laptopverhoger, monitorstandaard of verstelbare monitorarm te gebruiken.



Rug

- Ongemak wordt al snel versterkt wanneer u in een oncomfortabele of slecht ondersteunende stoel zit.
- Zonder goede ondersteuning van uw onderrug gaat u compenseren door kromgebogen te zitten, uw benen over elkaar te slaan of veel te bewegen, wat leidt tot ongemak of vermoeidheid in uw lichaam.
- Een verstelbare ondersteuning van de onderrug (in de stoel ingebouwd of door een losse verstelbare ondersteuning toe te voegen) geeft u optimaal comfort.



Onderarmen

- Posities die niet neutraal zijn (scherpe hoeken, drukpunten en herhaalde rotaties) zijn de oorzaak voor de meest voorkomende ergonomische letsels in polsen en ellebogen.
- Zorg ervoor dat uw arm en hand een horizontale lijn vormen tijdens het typen en gebruik een muis voor optimaal comfort.
- Overweeg een 'handdruk'- of verticale muis of een trackball te gebruiken, die een neutrale positie voor uw pols en onderarm creëren.
- Als u uw pols al in een neutrale positie houdt en nog steeds irritatie of pijn ervaart, kunt u overwegen om een handpalmondersteuning toe te voegen (deze worden vaak polssteunen genoemd, maar het is niet de bedoeling dat u uw pols erop laat rusten).
- Een polssteun met zacht oppervlak en een gel- of foamvulling helpt om het kwetsbare carpale tunnelgebied drukvrij te houden.



Voeten

- U hoeft niet klein te zijn om een voetensteun nodig te hebben.
- Ondersteun uw voeten door ze plat op de grond te zetten, op een voetensteun of, als u staat terwijl u werkt, op een anti-vermoeidheidsmat.
- Een voetensteun helpt u ook achterover te leunen in uw ondersteunende stoel.

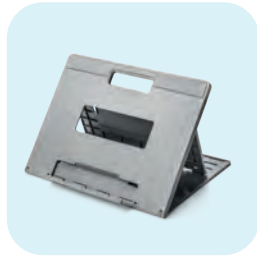


Vind uw persoonlijke welzijnsoplossing op <https://www.kensington.com/product-finder/wellness-solutions>

Laptopverhogers



**SmartFit™ Easy Riser™
Laptop Cooling Stand**
K52788WW - zwart
60112 - grijs



**SmartFit® Easy Riser™ Go
Adjustable Ergonomic
Riser**
K50421EU Tot 14" - grijs
K50420EU Tot 17" - grijs



**SmartFit®
Laptop Riser**
K52783WW



Toetsenborden



**Pro Fit® Ergo
Wireless Keyboard**
K75401WW (US International)



**Advance Fit™ Slim
Wireless Keyboard**
K72344WW (US International)



**Pro Fit® USB
Washable Keyboard**
K67704WW (US International)

De gemiddelde typesnelheid van deelnemers aan het onderzoek was toegenomen na minder dan twee weken gebruik van het Pro Fit® Ergo Keyboard en ze vertoonden **68% minder bilaterale ulnaire deviatie** en **77% minder bilaterale polsxtensie** dan bij gebruik van hun oude toetsenbord.



Bron: Kensington, whitepaper over ergonomische toetsenborden

Muizen en trackballs



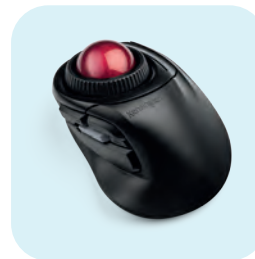
**Pro Fit® Ergo Vertical
Wireless Mouse**
K75501EU



**Pro Fit® Ergo
Wireless Mouse**
K75404EU



**SureTrack™ Dual
Wireless Mouse**
K75298WW - zwart
K75350WW - blauw
K75351WW - grijs
K75352WW - rood
K75353WW - wit



**Orbit® Fusion™
Wireless Trackball**
K72363WW



**Pro Fit® Ergo Vertical
Wireless Trackball**
K75326WW

Sets met toetsenbord en muis



Pro Fit® Ergo Wireless Keyboard & Mouse
K75406WW (US International)



Pro Fit® Low-Profile Wireless Desktop Set
K75230US (US International)



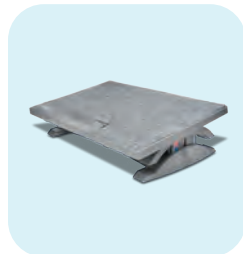
Maximaal comfort

Rug en nek



SmartFit® Conform™ Back Rest
K60412WW

Voeten en benen



SmartFit® SoleMate™ Pro Elite Ergonomic Foot Rest
K50345EU

Ogen



Anti-Reflectie en Blauw Lichtfilters

627551 - 12,5" 16:9
627552 - 13,3" 16:9
627553 - 14" 16:9
627554 - 15,6" 16:9

Polzen en onderarmen



ErgoSoft™ Wrist Rest voor Standard Mouse

K52802WW - zwart
K50432EU - grijs



ErgoSoft™ Wrist Rest voor Slim Keyboards

K52800WW - zwart
K50434EU - grijs



Premium Cool-Gel Seat Cushion
K55807WW



Rocking Foot Rest
K58303WW



Remt de groei van bacteriën tot wel 99%.*
(*Alleen matte zijde - getest volgens JIS Z 2801 : 2010E voor Escherichia coli en Staphylococcus aureus).



ErgoSoft™ Wrist Rest Mouse Pad

K52888EU - zwart
K504327EU - grijs



Comfort Gel Mouse Pad
62386



Alle specificaties kunnen zonder voorafgaande kennisgeving worden gewijzigd. Producten zijn mogelijk niet op alle markten verkrijgbaar. Kensington, de naam ACCO en het beeldmerk van ACCO zijn gedeponeerde handelsmerken van ACCO Brands. Kensington The Professionals' Choice is een handelsmerk van ACCO Brands. Alle andere gedeponeerde en niet-gedeponeerde handelsmerken zijn het eigendom van hun respectieve eigenaren. Thunderbolt en het Thunderbolt-logo zijn handelsmerken van Intel Corporation in de Verenigde Staten en/of andere landen. © 2020 Kensington Computer Products Group, een onderdeel van ACCO Brands. Alle rechten voorbehouden. CBT32621NL

Kensington

The Professionals' Choice™