

Cómo adaptar un espacio de trabajo ante el Covid19



ACTIU

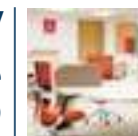


Índice



Introducción
P.04

**Densidad/
Distancia e Higiene**
P.10



**Espacios
Cool Working**
P.14

Concentración P.17
Socialización P.25
Aprendizaje P.37
Colaboración P.45
Privacidad P.53

Home Office
P.64



Well
P.82

**Limpieza
de materiales**
P.88



└ Espacios de trabajo Post-Covid19

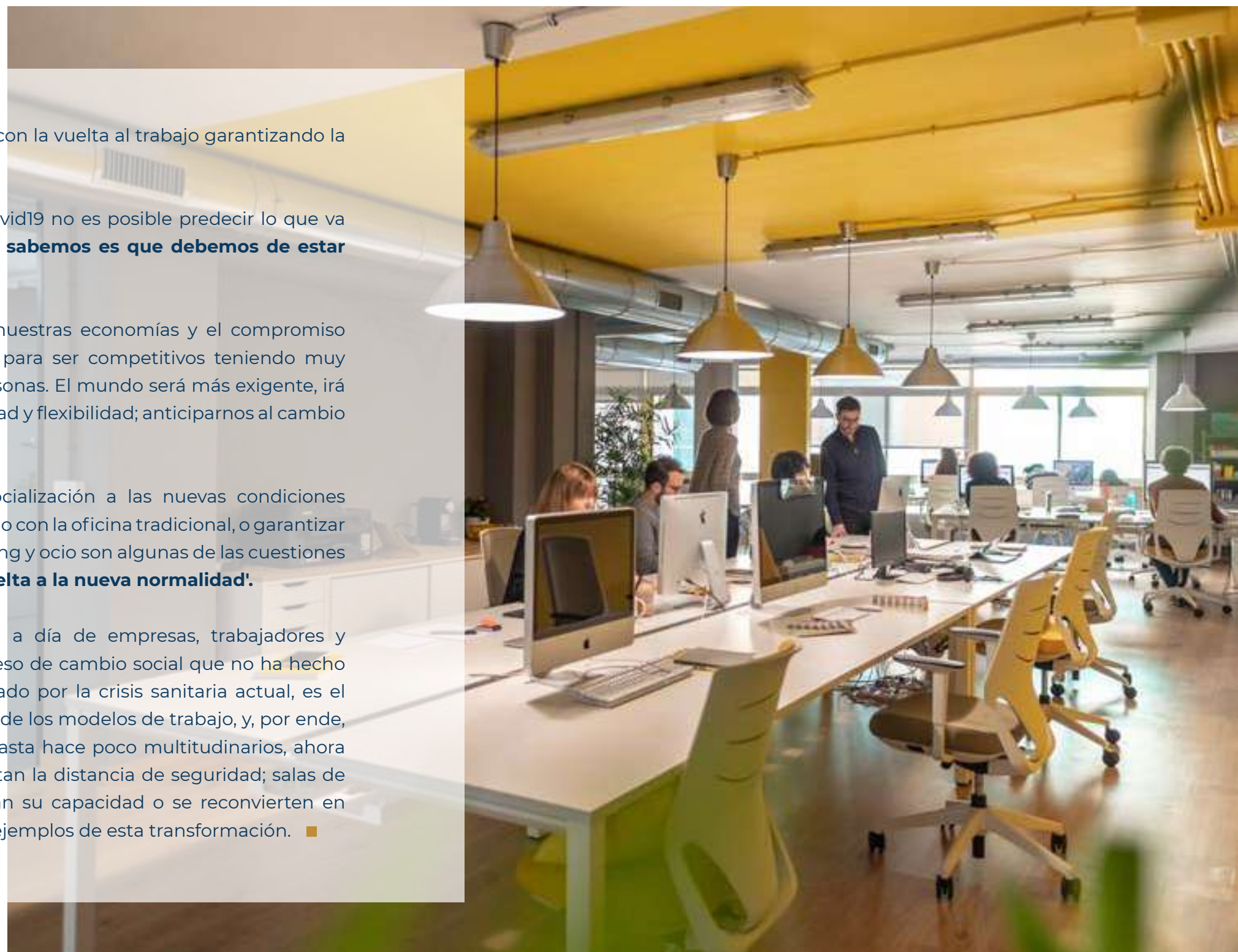
Una guía de recomendaciones para ayudarte con la vuelta al trabajo garantizando la seguridad y bienestar de las personas.

Es cierto que ante el nuevo escenario post-covid19 no es posible predecir lo que va a pasar, en qué momento ni cómo; **lo que sí sabemos es que debemos de estar preparados.**

Volver a la oficina supone la reapertura de nuestras economías y el compromiso de dinamizar cuanto antes nuestro negocio para ser competitivos teniendo muy presente la salud y seguridad de nuestras personas. El mundo será más exigente, irá más deprisa y nos pedirá más que nunca agilidad y flexibilidad; anticiparnos al cambio y convivir con él es fundamental.

Cómo adaptar los entornos de trabajo y socialización a las nuevas condiciones sanitarias e higiénicas, compaginar el teletrabajo con la oficina tradicional, o garantizar la seguridad y salud en los espacios de coworking y ocio son algunas de las cuestiones que más preocupan cuando se habla de la **'vuelta a la nueva normalidad'**.

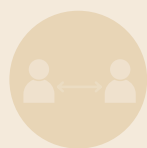
La transformación experimentada en el día a día de empresas, trabajadores y particulares ha puesto de manifiesto un proceso de cambio social que no ha hecho nada más que empezar. El teletrabajo motivado por la crisis sanitaria actual, es el primer paso de una profunda reconfiguración de los modelos de trabajo, y, por ende, los espacios que los albergan. Open spaces hasta hace poco multitudinarios, ahora ocupados por puestos individuales que respetan la distancia de seguridad; salas de reuniones, eventos o conferencias, que limitan su capacidad o se reconvierten en zonas operativas 'seguras', son algunos de los ejemplos de esta transformación. ■





Una distancia mínima de 2 metros entre trabajadores, reducción del aforo, conciencia ecológica, transformación digital, mobiliario ergonómico, mamparas de seguridad, materiales antibacterianos o espacios flexibles y polivalentes, son algunos de los conceptos clave de estos reinventados lugares de trabajo. Además de protocolos de actuación que faciliten a los trabajadores mantener su higiene y la de su puesto de trabajo, señalética que garantice la circulación segura por las instalaciones y una importante implementación de la tecnología, con cámaras de control de la temperatura corporal y sensores que reduzcan el contacto táctil en zonas de uso compartido como ascensores o baños.

Distancia de seguridad, limitar el aforo y proteger a las personas



La capacidad de **reinventar y adaptar estos entornos, desde el diseño, el mobiliario y la decoración**, a las nuevas necesidades, es primordial. Aunque a priori las zonas abiertas de trabajo con las que cuentan muchas oficinas y espacios de coworking podrían convertirse en posibles focos de infección, son muchas las medidas para evitarlo. Delimitar el aforo, señalar la distancia mínima o separar entornos con soluciones de paneles versátiles y configurables, o con mamparas de protección, son algunas de las propuestas para mejorar la seguridad de profesionales y clientes.

La circulación en los espacios y la higiene, requerirán un esfuerzo

Como parte de la adaptación de las personas al nuevo escenario, será necesario tener protocolos de circulación y configuración de espacios y puntos de higiene accesibles. Si antes hablábamos de espacios de 11 metros mínimos por persona se entiende que ahora este espacio es más amplio para permitir una circulación que asegure mantener la distancia mínima de seguridad. Si tenemos pasillos con un ancho inferior a dos metros es probable que haya que señalar algún tipo de “ceda el paso” para modificar nuestro comportamiento al momento de interactuar con los compañeros. En cualquier caso, estar a dos metros de distancia, utilizar la mascarilla cuando se reduzca esa distancia o lavar nuestras manos de forma frecuente son hábitos que ahora son importantes y como empresa debemos de intentar asegurar que se cumplan en cualquier caso.

El mobiliario debe adaptarse a distintos escenarios a partir de ahora

La ausencia a día de hoy de tratamientos y vacunas, y la previsión de posibles rebotes de la pandemia durante los próximos meses, obligan además a las empresas a adoptar **configuraciones que permitan dar respuesta a todos los escenarios posibles**. Las distancias de seguridad y condiciones sanitarias que ahora se dan como válidas pueden no serlo en un breve período de tiempo, por lo que resulta imprescindible **incorporar soluciones en las que prime la apertura y la flexibilidad**.

Por todo ello, si algo debe caracterizar los nuevos espacios de trabajo es su capacidad de adaptación a una época en constante cambio. Lugares pensados por y para las personas que los habitan, que gracias a **mobiliario flexible** como las mesas regulables en altura, la amplia gama de mesas operativas, de reunión y dirección, o las ergonómicas y versátiles **sillas operativas**, pueden variar su uso y configuración sin apenas esfuerzo.

El teletrabajo, pero en condiciones óptimas

Aunque el teletrabajo no va a sustituir a la oficina tradicional, el posible **distanciamiento intermitente** que condicionará a partir de ahora la actividad laboral y social hace que la solución ideal pase por una **combinación inteligente del modelo de trabajo presencial y el remoto**. Asegurar la productividad y bienestar de sus trabajadores, tanto en la oficina como desde casa con puestos Home Office, no sólo implementando las herramientas colaborativas on-line, sino también a través de un mobiliario con tecnología incorporada y adaptado a cambios inesperados de uso y aforo, es ahora prioridad de muchas empresas.

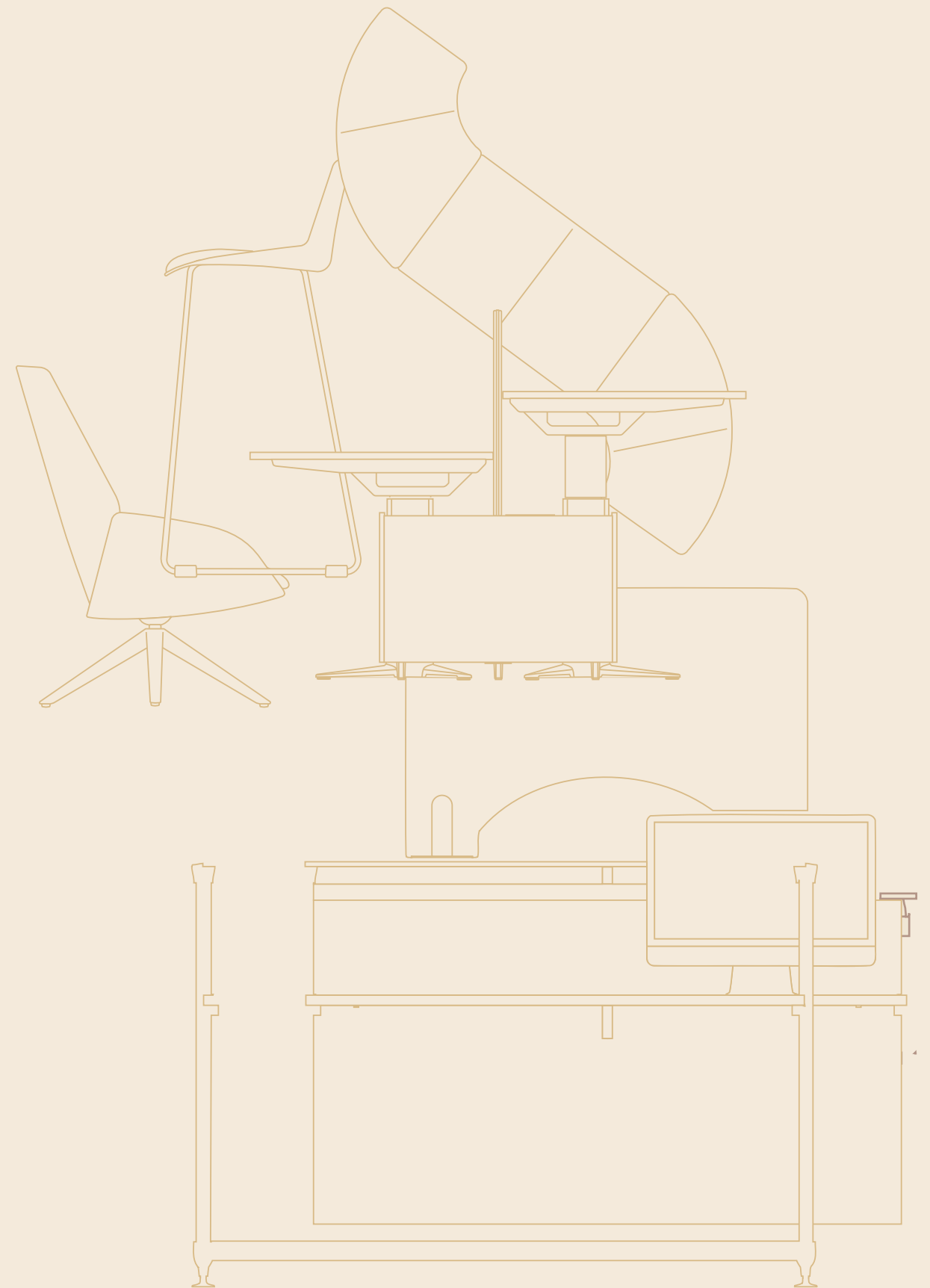
Well, más importante que nunca

Contar con una buena calidad del aire, a través de **una adecuada ventilación, temperatura y humedad, y una iluminación que respete el ritmo circadiano** de las personas, son también aspectos a tener en cuenta a la hora de reinventar estos nuevos espacios de trabajo. La sostenibilidad, a través del uso de materiales respetuosos con el medioambiente, y una cada vez mayor apuesta por el reciclaje, condiciona un diseño centrado en la salud de los trabajadores.

La tecnología, para ayudarnos a trabajar mejor y hacernos la vida más fácil

Por un lado, la tecnología nos ha ayudado a estar en contacto con nuestros equipos al permitirnos realizar videoconferencias y estar conectados durante el confinamiento. Pero también podemos hablar de la sensorización para detectar el movimiento de las personas dentro de la oficina y confirmar el distanciamiento mínimo de 2 metros en los puestos operativos y espacios de socialización. Cuando el mobiliario está sensorizado la reserva de salas y puestos de trabajos puede controlarse para garantizar la seguridad de todos.

Es evidente que no estamos acostumbrados a este distanciamiento y modificar esa conducta puede llevar su tiempo por lo que en el medio plazo será cada vez más habitual el uso de sensores para evitar el contacto con superficies (iluminación, apertura de puertas, dispensadores de alimentos, encendido o apagado de pantallas y maquinaria, etc.). ■



Densidad Distancia Higiene

Pautas para respetar
medidas y distancias
de seguridad



DENSIDAD

- Evitar pequeñas reuniones o conversaciones de pasillo, para liberar las zonas de paso
- Realizar la menor cantidad de desplazamientos por el espacio siempre que no sea necesario, utilizando las diferentes plataformas tecnológicas para solucionar consultas básicas.



DISTANCIA

- Respetar la medida recomendada de 2m siempre que sea posible.
- Si nos cruzamos con un compañero mantener distancia de 1m para realizar cualquier consulta siempre con el uso de mascarilla.
- Al utilizar los pasillos, si estos no son superiores a 2m respetar turno de paso, cediendo el paso al que se encuentra en mitad del pasillo, o esperando en las zonas marcadas o habilitadas para la espera.
- Identificar en los pasillos puntos o zonas de espera (*zonas de buena visibilidad, donde poder ver quien viene y esperar a que este pase sin problema*).
- Disponer señales visuales con flechas que indican el sentido de los flujos al moverse por la oficina, preferiblemente en el sentido horario.

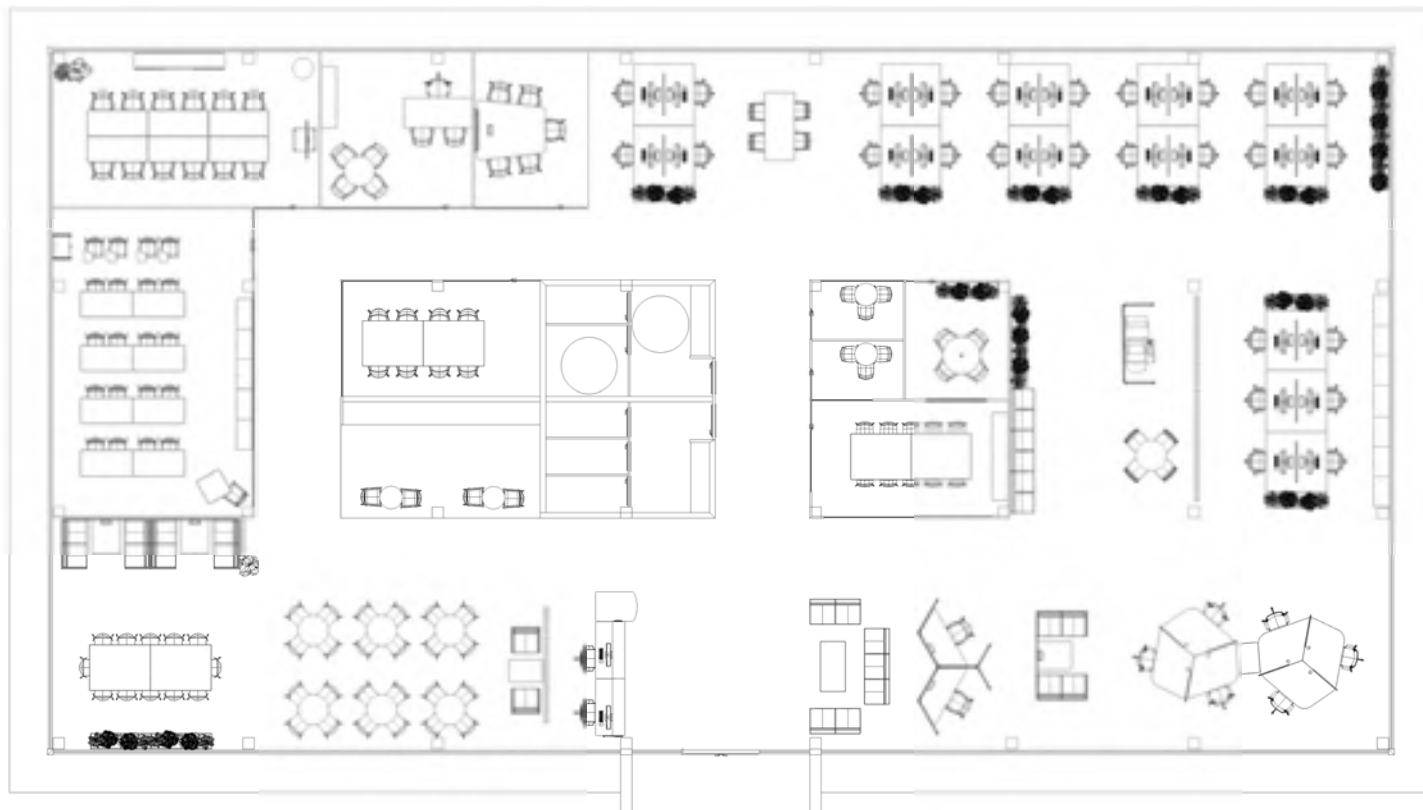


HIGIENE

- Situar puntos de higiene en los accesos al espacio y por el recorrido, situarlos a la vista de todos para que se puedan utilizar con facilidad.
- En zonas de baño, dejar las puertas abiertas para facilitar el acceso y tener el menor contacto con superficies.
- Disponer señales visuales para identificar los puntos de higiene y de espera en el espacio.



Estado previo



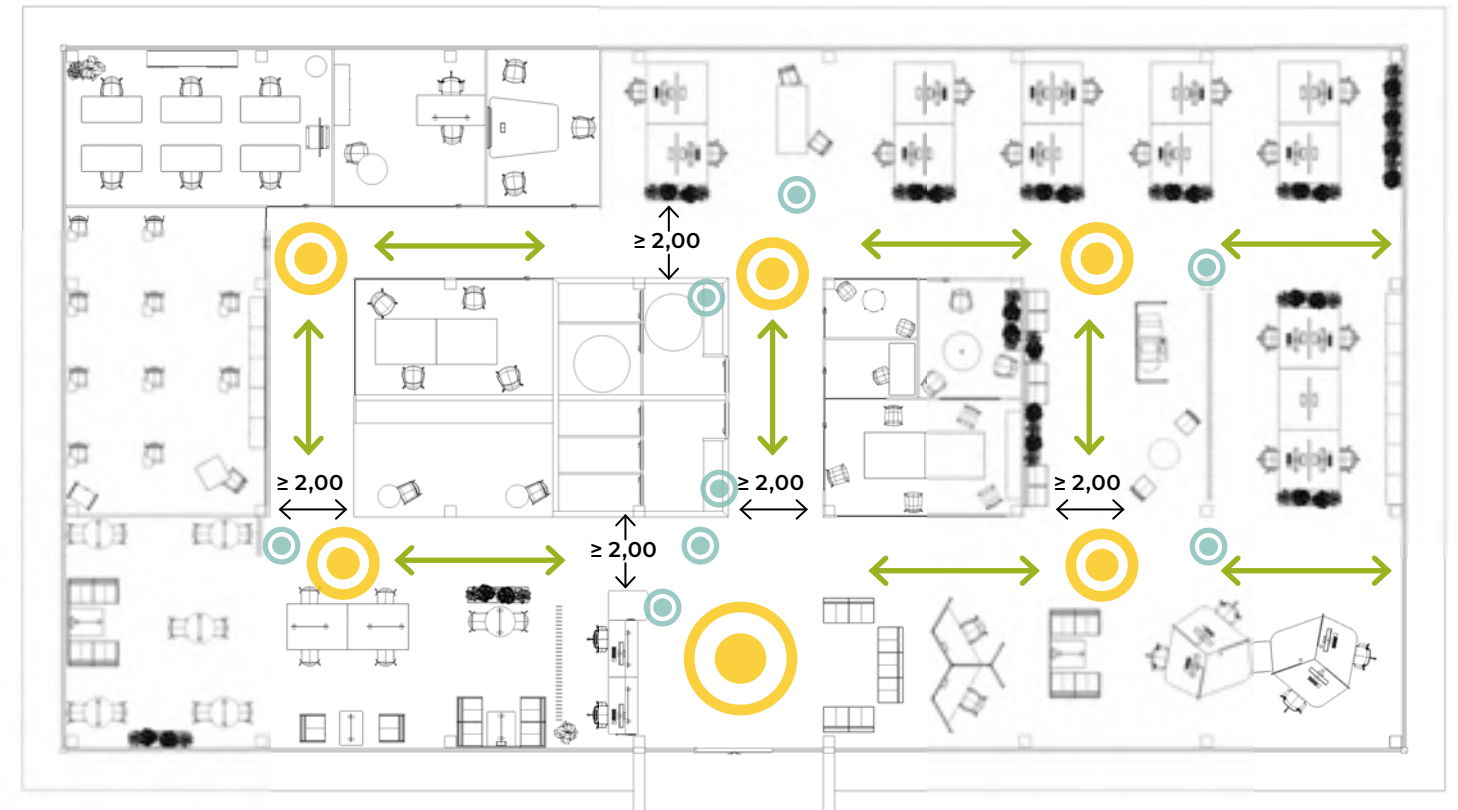
o Ocupación - 100% - 35 puestos operativos

- 34 _puestos operativos
- 1 _puesto de dirección
- 2 _puestos de atención
- 52 _reunión /colaboración
- 53 _socialización
- 20+profesor _formación

El inminente regreso a la oficina física requiere ciertas medidas en el diseño de los espacios de trabajo y el mobiliario para proteger a los empleados y evitar la propagación de la pandemia.

En esta sección encontrará soluciones y propuestas rápidas junto con ejemplos de planificación para entornos que puede implementar fácilmente en sus espacios de trabajo para que su oficina existente sea saludable y acorde a las medidas de prevención para el COVID-19.

Estado post-covid



o Ocupación - 60% - 21 puestos operativos

- 20 _puestos operativos
- 1 _puesto de dirección
- 2 _puestos de atención
- 30 _reunión /colaboración
- 30 _socialización
- 10+profesor _formación

Soluciones Adoptadas

- Reducir el número de sillas para reducir la tasa de ocupación
- Alternar los asientos en los puestos de trabajo
- Utilizar pantallas de separación como mamparas para divisorias de mesa en los puestos de trabajo
- Separación entre sillas/puestos para zonas de reunión y colaboración
- Delimitar zonas de movimiento/circulación
- Reubicación de mobiliario auxiliar y/o elementos de mayor facilidad de transporte
- Señalización de zonas de cruce, preferencias y puntos de higiene.

Espacios Cool Working

Pautas para respetar
medidas y distancias
de seguridad

La representación de los cinco espacios en el entorno laboral dependerá del análisis de los objetivos corporativos, la cultura de la empresa y el tipo de interacciones que fomenten la productividad y el bienestar.

Debemos tener en cuenta la posible evolución de la estructura de personas, procesos de trabajo y el propio espacio que los acoge. Al final, contaremos con un diseño capaz de evolucionar con las personas y las necesidades del negocio.



CONCENTRACIÓN



COLABORACIÓN



SOCIALIZACIÓN

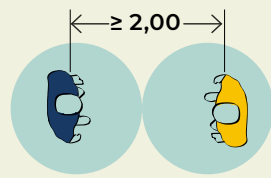


APRENDIZAJE



PRIVACIDAD

Leyenda



Áreas de distanciamiento social



Circulaciones de ancho $\geq 2,00$, donde se permite el cruce de personas con precaución.



Circulaciones de acceso pautado, para evitar cruces interpersonales, por no cumplir condiciones de distanciamiento adecuadas.



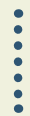
Circulaciones de acceso a puestos puntuales.



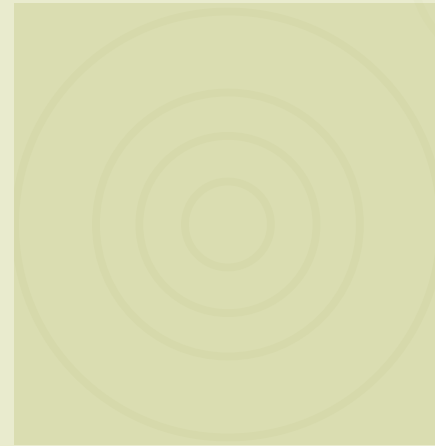
Zonas preferente de cruce donde se dan condiciones de distanciamiento adecuadas.



Puntos de Higiene



Pantallas de protección



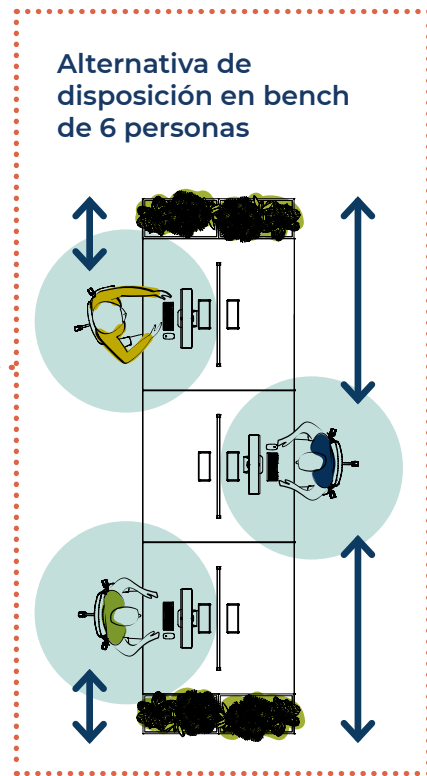
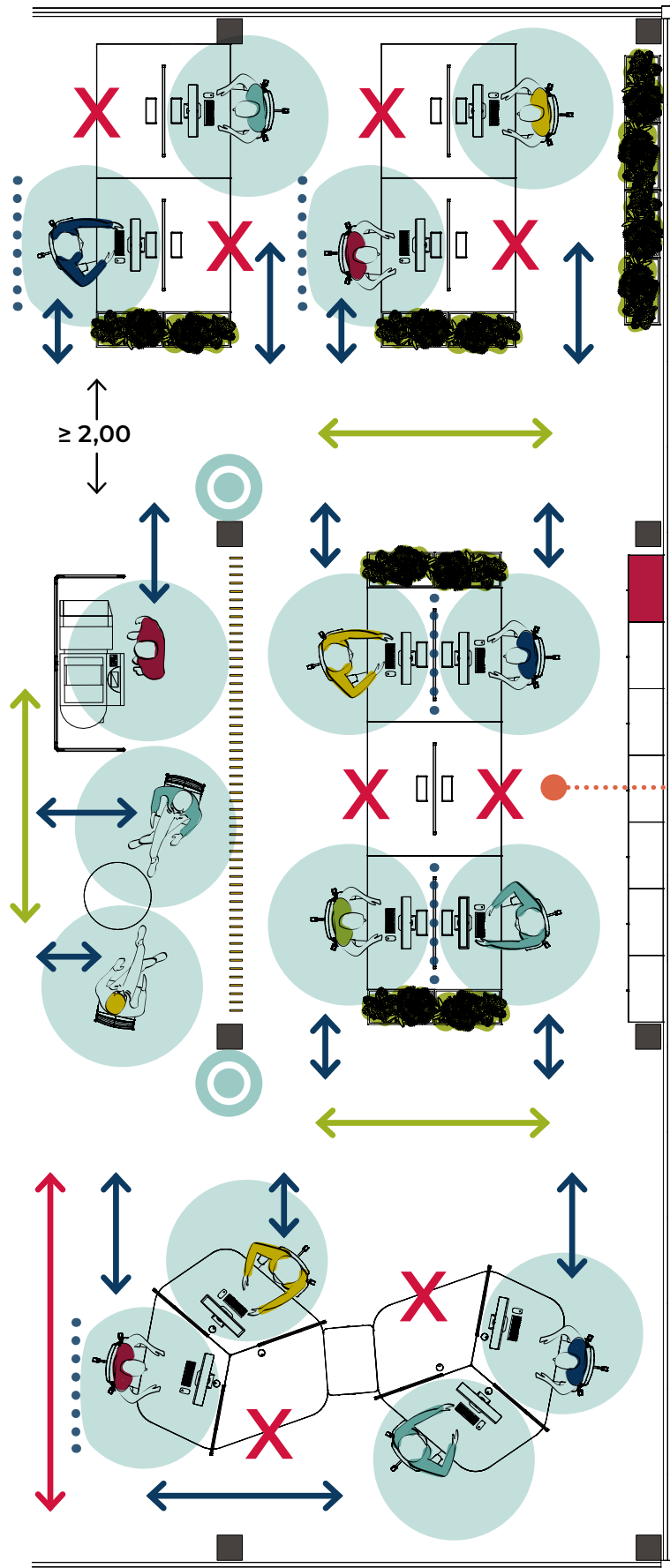
CONCENTRACIÓN

Hablamos del puesto operativo como protagonista, "workstation".

Este espacio es uno de los que más cambios va a experimentar o donde más lo vamos a poder apreciar, ya que se enfrenta a un cambio de uso, de cultura, adecuamos y adaptamos las nuevas metodologías de trabajo y sobretodo de la tecnología.

Veníamos de espacios optimizados, donde ya empezábamos a ver zonas enfocadas para el trabajo flexible, pero aún prevalece el puesto de trabajo asignado, optimizando y diseñando el espacio en bench de trabajo, eso sí, encontrábamos superficies cada vez más pequeñas, ya que debido al proceso de digitalización de las empresas, ya no necesitábamos de superficies de trabajo tan grandes o que acogieran todas las situaciones del día a día, trabajar, reunirse, etc. Al igual el archivo personal estaba perdiendo protagonismo y tomaban fuerza las taquillas como almacenaje personal.

Vamos a observar en estos espacios un gran cambio en su uso, combinando el teletrabajo con el presencial, la densidad se va a ver reducida y con ello mobiliario más flexible, permitiéndonos configurar el espacio según la necesidad que tengamos, no perdiendo de vista la optimización de este, el archivo personal vuelve a aparecer para favorecer la seguridad del empleado, y elementos separadores móviles dan apoyo a ese mobiliario flexible y adaptable.



soluciones



- Ampliar de 11m² a 22m² por persona.
- Realizar la incorporación escalonada y progresivamente, 60%-80% (100% en el mejor de los casos).
- En caso de difícil ocupación, fomentar el tele-trabajo con aquellos perfiles que lo puedan realizar para descongestionar el espacio e ir ocupandolo progresiva y escalonadamente.
- Plantear turnos de trabajo por equipos a lo largo de la jornada laboral, partiendo equipos en mañana y tarde con el fin de limitar el aforo y evitar aglomeraciones de trabajadores en la oficina.



- Respetar la medida recomendada de 2 m siempre que sea posible.
- Utilizar divisorias frontales y laterales para aportar mayor seguridad al usuario.
- Mantener un orden al acceder y abandonar el puesto de trabajo, parando y mirando hacia los dos lados por si viene un compañero intentando evitar un encuentro.
- Distribuir en forma de zig-zag o con espacio lateral los puestos operativos
- Disponer señales visuales, elementos delimitadores del espacio personal del trabajador y flechas que indican el sentido de los flujos al moverse por la oficina, preferiblemente en el sentido horario.
- Utilización de bancadas o mesas comunitarias como puestos aislados de trabajo individuales que permitan el distanciamiento mínimo necesario.



- Disponer puntos de higiene cerca de los puestos operativos que eviten el mínimo desplazamiento de las personas.
- Mantener limpio y libre de elementos personales el puesto o mesa para su fácil desinfección y limpieza.
- Fomentar el archivo personal para el almacenamiento de enseres personales.
- Puntos para papeleras comunes donde concentrar los residuos, y de fácil limpieza.



ESTADO ACTUAL

Zona operativa que permite centrar toda la atención en una misma tarea (pequeños "refugios"), islas de trabajo de 4 y 6 puestos operativos, junto a archivos de altura y otros en los que se coloca vegetación, zonas comunes de reunión espontánea y una zona de reprografía, que se oculta tras las divisorias Link.

En un estado "normal" sería un espacio libre, donde poder entrar con bicicleta, tener encuentros en cualquier punto y ocupar la totalidad de los puestos.

Propuesta A

En un estado de pandemia, podemos tener una ocupación simple del 50%, creando un zig zag de puestos operativos, creando turnos de trabajo (mañana o tarde), dejando las sillas innecesarias del turno en un punto concreto de la oficina de la oficina ("parking sillas").

Propuesta B

La idea de crear una isla de archivo nos dota de unos flujos de paso para la zona de reprografía, en este caso, se acentúa la protección con la incorporación de **mamparas D150** dejando las sillas propias de cada isla mucho más próximas al propio puesto y se incluyen **divisorias 360°** para proteger algunas zonas críticas.

Propuesta A



Propuesta B

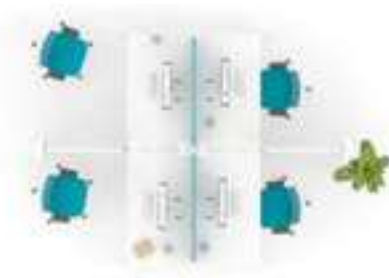




- Zonas operativas con uso de mamparas de metacrilato/cristal y paneles divisorios de policarbonato translúcido.

Producto representado:

- **Mesa Vital Plus ST** cuadruple.
- **Divisoria de sobremesa** de 20mm de espesor tapizada con acabados de fácil limpieza.
- **Mampara protectora para divisorias** en metacrilato/cristal transparente, con sistema de anclaje rápido y universal.
- **Mampara autoportante** realizada en cristal o metacrilato transparente, con hueco de acceso a ambos lados para el traspaso de documentación.
- **Divisoria D150** en policarbonato translúcido. 1 pie plano de estabilidad y un pie con rueda que facilita su manejo y transporte.
- **Silla Stay** con Tapizado TEX (fácil limpieza).



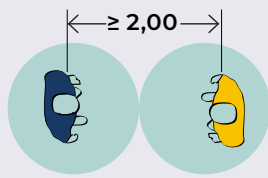
- Zonas operativas con uso de mamparas de metacrilato/cristal y paneles divisorios móviles de melamina.

Producto representado:

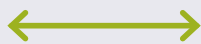
- **Mesa Vital Gen** - isla de 6 puestos.
- **Mampara autoportante** realizada en cristal o metacrilato transparente, que permite el aislamiento de protección de cada puesto.
- **Divisoria D150** en melamina blanca (posibilidad de superficie óptima para la escritura). Pies con ruedas que facilita su manejo y transporte.
- **Silla Stay** con Tapizado TEX (fácil limpieza).



Leyenda



Áreas de distanciamiento social



Circulaciones de ancho $\geq 2,00$, donde se permite el cruce de personas con precaución.



Circulaciones de acceso pautado, para evitar cruces interpersonales, por no cumplir condiciones de distanciamiento adecuadas.



Circulaciones de acceso a puestos puntuales.



Zonas preferente de cruce donde se dan condiciones de distanciamiento adecuadas.



Puntos de Higiene



Pantallas de protección



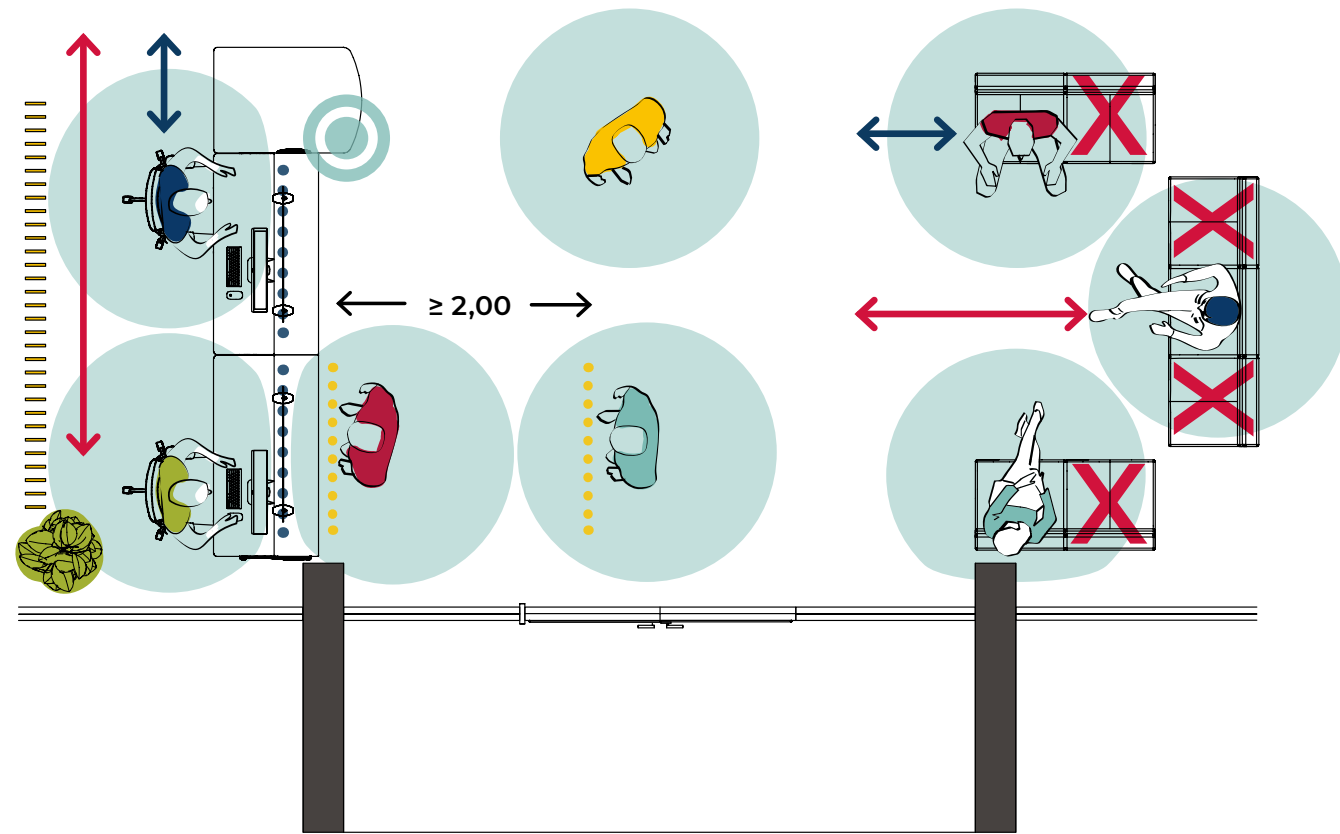
SOCIALIZACIÓN

En estos momentos la misma empresa se ha convertido en un espacio de socialización en sí, pero podemos identificar diferentes puntos en ella diseñados para este fin.

Algunas de ellas incorporan en sus instalaciones los denominados Coffice (Cafetería + Oficina) o Work Café, que además de fomentar la colaboración y el sentimiento de pertenencia a la empresa, ofrecen una alternativa a las tradicionales cafeterías a los que hasta ahora los trabajadores 'escapaban' cuando querían desconectar por un momento del entorno laboral.

Zonas de relax, cafeterías, puntos de encuentro, recepciones y zonas de entrada, espacios donde socializar es una tarea obligada, donde el contacto era casi inevitable. Encontramos ejemplos como zonas de cafetería con bastante cercanía de las mesas y sillas, espacios abiertos con diferentes ambientes y configuraciones, mesas altas y bajas con sillas y taburetes, soft seating, pufs, espacios creados para tal fin, y que elegimos, nos sentimos cómodos.

Aquí vamos a observar un cambio cultural en el uso, vamos a mantener mucho más las distancias, diseñaremos dando importancia el espacio y reducción de densidad, frente a la saturación del espacio, encontraremos elementos de separación, móviles y fijos, recurriremos a producto que nos de versatilidad y la posibilidad de configurarlo en el espacio con coherencia, no menos importante la utilización de materiales cada vez más resistentes y lavables que aseguren la higiene y duración del producto.



soluciones



DENSIDAD

- Cuando entremos al espacio y esten todos los puestos de atención ocupados, esperaremos organizadamente en las zonas marcadas para este fin, sin interrumpir la entrada y salida. Si no fuera posible, esperaríamos en la calle respetando la distancia de seguridad, hasta poder acceder al espacio.



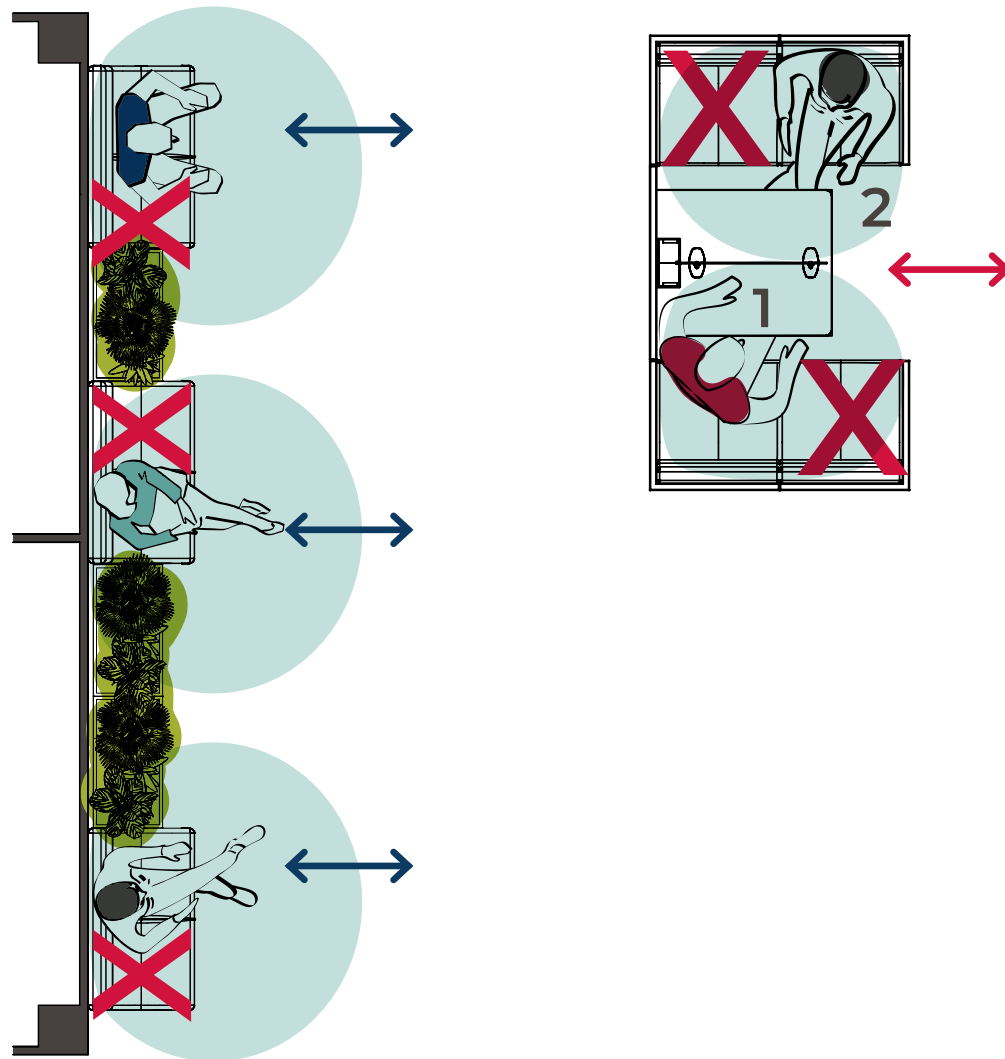
DISTANCIA

- Mantener la correcta distancia entre los puestos de trabajo/atención respetando los 2 m siempre que sea posible.
- Colocar mamparas frontales para proteger a los usuarios.
- Mantener las distancias cuando estemos enfrente del mostrador intentando tener el mínimo contacto con las superficies.
- Marcar en el suelo la señalética con líneas o puntos la distancia recomendada, así como el acceso y salida.
- Respetar distancia y turnos para ser atendido, siempre con el uso de mascarilla.



HIGIENE

- Situar puntos de higiene a la vista y en las zonas cercanas al mostrador para su uso.
- Mantener una correcta limpieza del espacio y del producto periódicamente.



soluciones



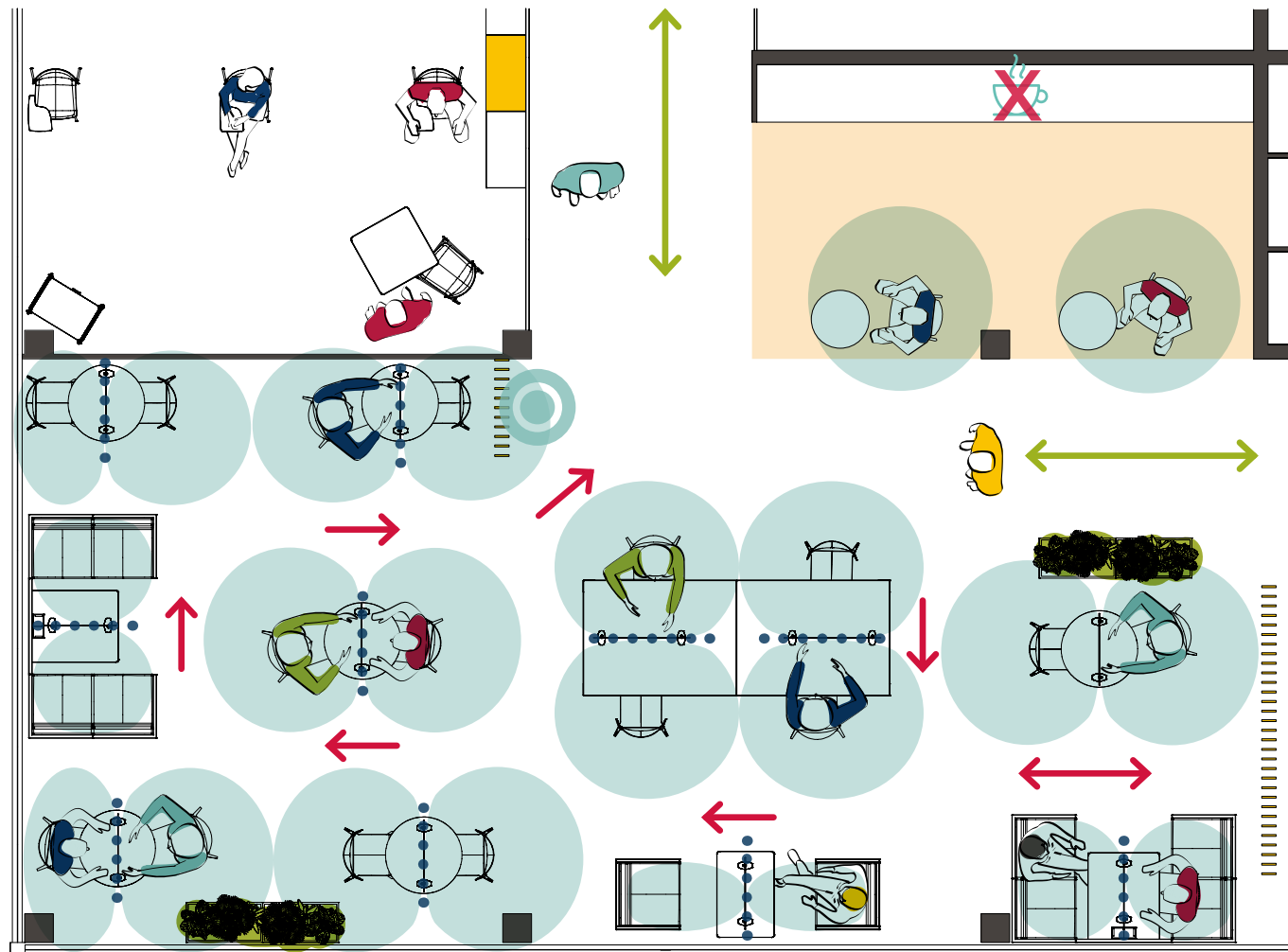
- Limitar el uso de estos espacios y de personas, evitando grandes aforos o concurrencia, limitando el aforo al 50% y ampliándolo de manera progresiva.
- Situar una marca en el suelo el asiento a ocupar para respetar la distancia entre los usuarios, si es un sillón de 2 personas siempre dejaremos libre el asiento contiguo, y en caso de un sillón de mas de 3 plazas, los dos contiguos.
- Si disponemos de una zona muy saturada de soft seating, podemos redistribuir dichas zonas ampliando las distancias y generando nuevos espacios con el mismo mobiliario.



- Respetar distancias mínimas de 2 m entre usuarios.
- Si tenemos una mesa frontal y dificulta el acceso, las personas sentadas en los laterales, se levantarán y cederán el paso al que esta sentado o quiera sentarse, alejándose lo suficiente para que pase sin problema.
- Retirar mesas frontales de apoyo, despejando así el acceso libre al sillón y no entorpeciendo ni molestando al resto de usuarios



- Facilitar fundas biodegradables o elementos para cubrir el asiento y cuando lo abandone tirarlo a una papelera de reciclaje.
- Ubicar puntos de higiene cerca de las zonas para su uso antes y después de utilizar este espacio.
- Mantener periódicamente una correcta y exhaustiva limpieza del producto.



soluciones



- Reducir el aforo a 4 personas cada 10m².



- Respetar la medida recomendada de 2m siempre que sea posible.
- Separar las mesas entre si con mamparas o elementos divisorios.
- Ampliar la distancia entre mesas y sillas reduciendo el aforo y mejorando los pasos.
- Respetar flujos de paso y esperar a que pase la persona sin forzar un encuentro intentando mantener una distancia de 1m como mínimo.
- Al ser un espacio de alta concurrencia, marcar unas direcciones de paso intentando mantenerlas siempre libres para evitar las aglomeraciones en zonas de circulación, respetando las personas sentadas el turno para levantarse y acceder a estas.



- Situar puntos de higiene cerca de las mesas para su uso antes y después de utilizar las mesas.
- Mantener una correcta y exhaustiva limpieza del producto y tapizados al ser un espacio de uso por diferentes personas, procurando su limpieza a ser posible entre usos o turnos.
- No utilizar zonas comunes de lavado ni elementos compartidos, como neveras, cafeteras, cubiertos...

- 1. Recepción
- 2. Soft seating
- 3. Comedor



ESTADO ACTUAL

Un espacio bien diseñado que favorece las conexiones y encuentros creativos permitiendo la transmisión de ideas entre las personas.

Espacio de recepción, junto a la entrada, con dos puntos operativos, el espacio utiliza listones de madera para compartimentar visualmente los espacios.

Tras la zona de bienvenida, encontramos una zona de estar/ coworking, donde poder tener una reunión, tomar un café con el cliente o trabajar en el tiempo de espera.

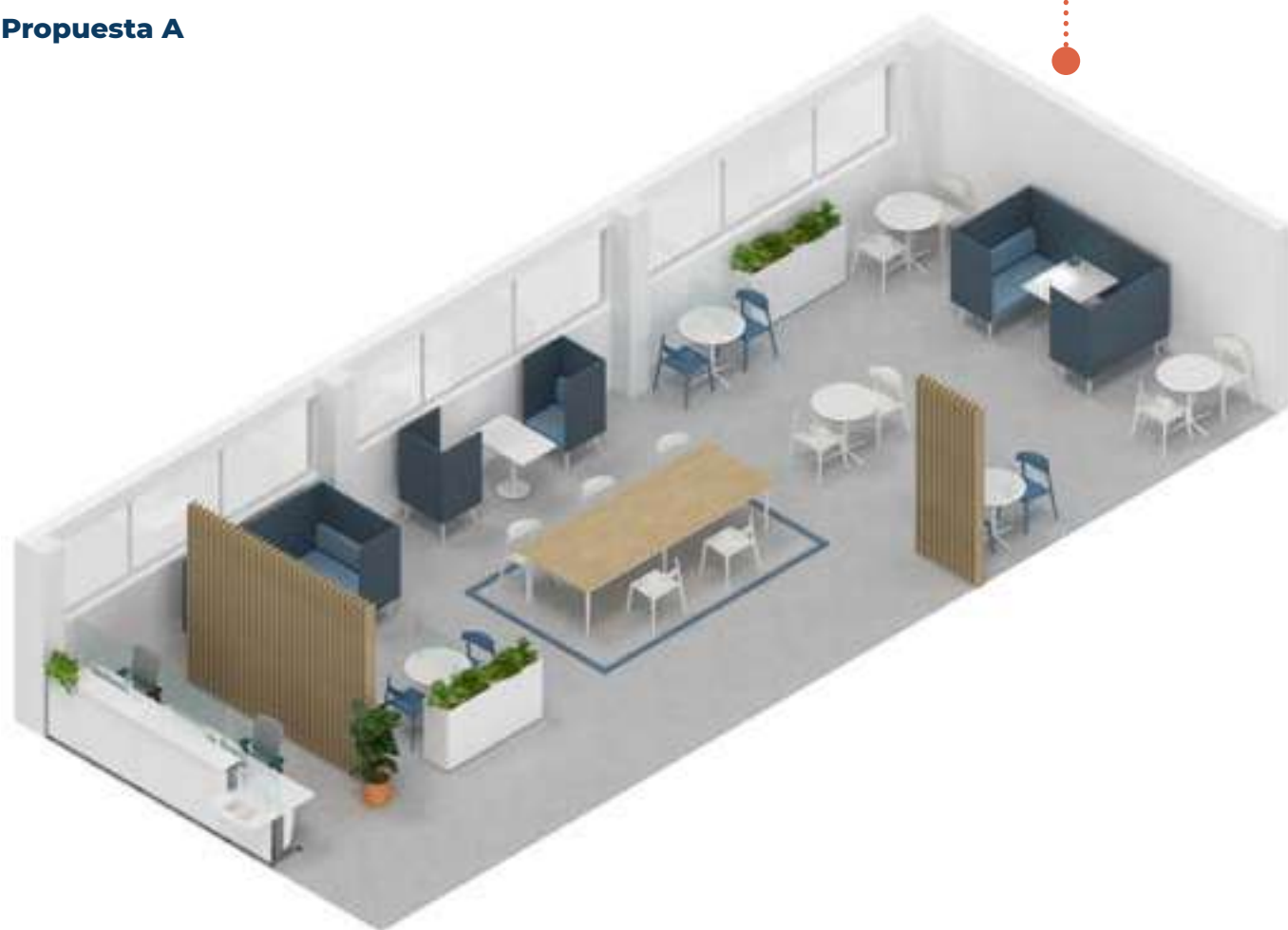
Propuesta A

En un estado de pandemia se anula una parte de sillería, una **re-distribución de los productos** nos permite contar con los mismos ambientes pero menos concurridos, eliminamos la posibilidad de poder entrar con bicicleta del exterior, y se retira la alfombra, pudiendo sustituirla por un vinilo tipo cinta delimitador, en este caso se incorporan las **mamparas de protección** tanto en el **mostrador Informa** como en las **mesas tabula**.

Propuesta B

Respetando la distribución anterior, añadimos divisorias autoportantes **Link**, nos crean unos flujos mucho más claros y protegidos, este tipo de elementos nos permite un cambio continuo, adaptándonos, con un mismo producto, al momento en que vamos encontrando.

Propuesta A



Propuesta B

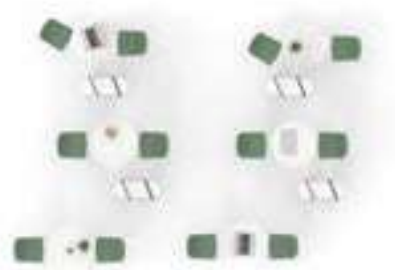




- Zonas de socialización con uso de mesas móviles, sillas con carcasa de plástico de fácil limpieza y divisorias 360° tapizadas.

Producto representado:

- **Mesa Tábula 20** - h: 74 cm, superficie redonda en fenólico, con ruedas.
- **Divisoria 360°** con paneles móviles y base de acero. Tejido de fácil limpieza.
- **Silla Noom 50** de 4 patas. Carcasa de poliestireno de fácil limpieza.



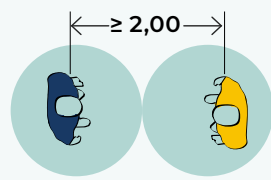
- Zonas de socialización con uso de mesas móviles, sillas de inyección de gas ligeras y de fácil limpieza y divisorias link formando espacios separados.

Producto representado:

- **Mesa Tábula 20** - h: 40/74/110 cm, superficie redonda en fenólico, con ruedas.
- **Divisoria LINK** con paneles tapizados de fácil limpieza. Complementos opcionales de acero.
- **Silla Wing** de 4 patas, polipropileno con tecnología de inyección de gas, que aporta ligereza y fácil limpieza.
- **Taburete Noom 40** de estructura de 4 patas metálicas. Carcasa de poliestireno de fácil limpieza.
- **Sillones Bend**. Modulos rectos de 2 asientos con respaldo. Tapizado de fácil limpieza.



Leyenda



Áreas de distanciamiento social



Circulaciones de ancho $\geq 2,00$, donde se permite el cruce de personas con precaución.



Circulaciones de acceso pautado, para evitar cruces interpersonales, por no cumplir condiciones de distanciamiento adecuadas.



Circulaciones de acceso a puestos puntuales.



Zonas preferente de cruce donde se dan condiciones de distanciamiento adecuadas.



Puntos de Higiene



Pantallas de protección

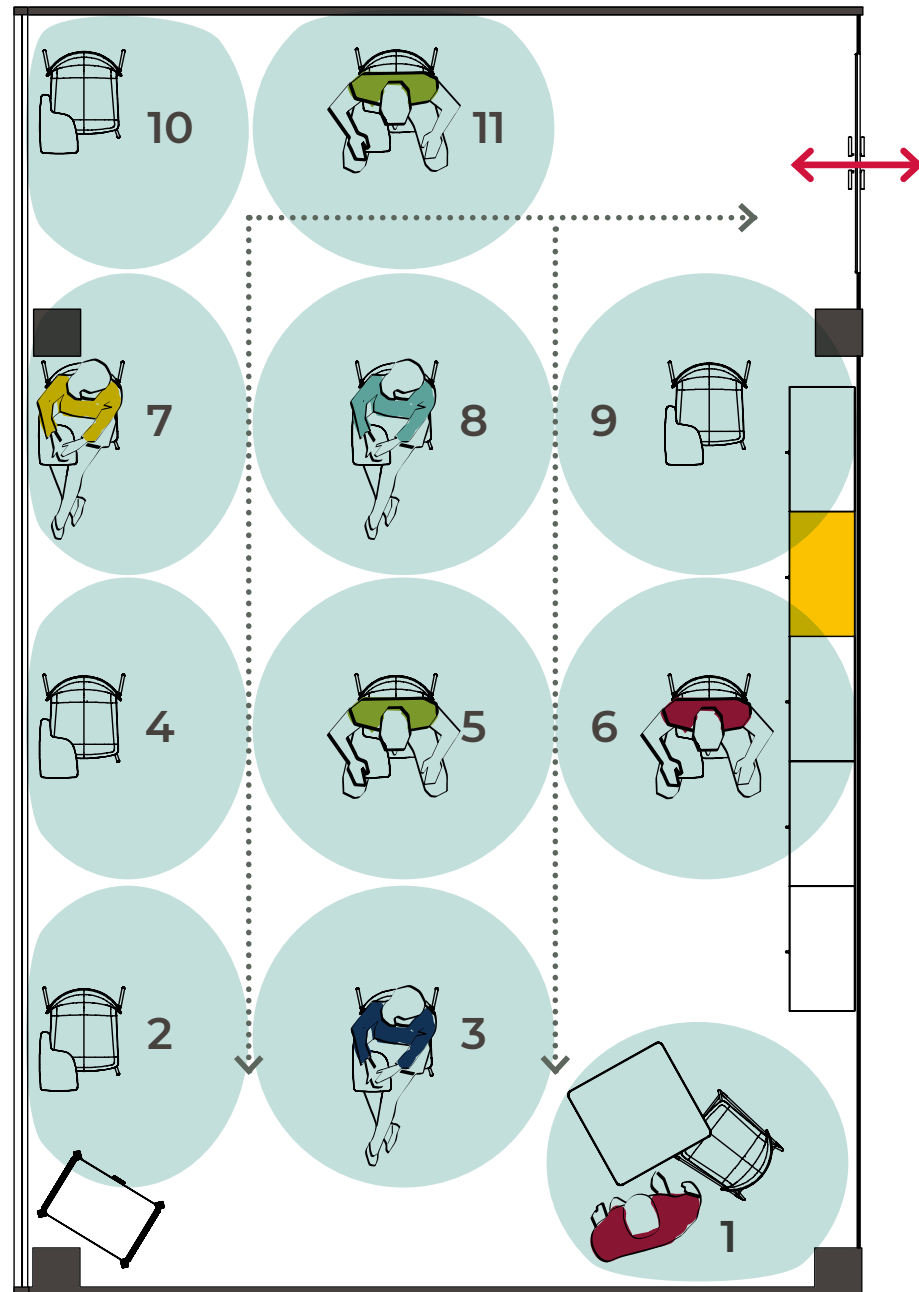


APRENDIZAJE

Espacios que encontramos en diferentes ámbitos, en la enseñanza, evidentemente, pero también en el mundo de la empresa, coworking, etc.

Cada ámbito va a adoptar cambios muy similares pero distintos a su vez. Nos encontrábamos en un cambio en el modelo de los espacios educativos, pasando poco a poco de espacios en ocasiones muy rígidos y estáticos, manteniendo el estilo de la formación tradicional que hemos ido arrastrando durante estos años, a diseñar zonas más flexibles y con producto que permitiría la modularidad del espacio, donde la educación por proyectos y de colaboración estaba dotando al alumno de algo más que conocimiento, empatía, trabajo en equipo, resiliencia, etc.

Cierto es que la situación actual ha generado un parón en la educación, tomando fuerza las (TIC) Tecnologías de la información y comunicación, que continuarán evolucionando y jugando un papel aún más importante en este ámbito. Creemos que hay que equilibrar el uso de la tecnología con el espacio presencial, se va a ver implementada con más fuerza la tecnología en el producto para mejorar su interacción con este y producto cada vez más flexible y configurable para adaptar el espacio a la formación, densidad del aula, etc, en estas situaciones, y poder asegurar un uso seguro del aula y del producto.



soluciones



DENSIDAD

- Reducir aforo en un 60-70%.
- Ubicar las mesas o sillas en posiciones que permitan la correcta circulación del espacio y queden siempre los dos puestos a los lados libres.
- Uso de pantallas y de elementos que faciliten la conectividad (*si el aula es grande, situar pantallas cada 2-3 filas para que los alumnos puedan ver la pantalla y no tenga el profesor que estar a todas horas acercándose, solo cuando sea necesario*).
- Realizar clases online al 100% o alternar parte presencial y otra online para reducir la densidad del espacio.



DISTANCIA

- Colocación de mamparas y divisorias entre las mesas para aportar mas seguridad y poder conseguir un mayor aforo, siempre respetando las medidas de higiene y seguridad.
- Respetar el turno en el uso de los pasillos siempre cediendo el paso a la persona que se encuentra recorriendolo.
- Acceder y abandonar el puesto ordenadamente y siempre que sea posible por orden de sentada, primero el mas lejano a pasillo y así sucesivamente y a la inversa para salir.
- Al ocupar las mesas si la fila esta vacía, ocupar de dentro a fuera, evitar sentarse en el centro y dificultar el acceso a los otros puestos o compañeros.



HIGIENE

- Mantener limpio y libre de elementos el puesto o mesa para su fácil desinfección y limpieza.
- Situar puntos de higiene en el acceso al aula para desinfectarse antes de entrar y al salir, así como por el resto del espacio para facilitar el acceso sin tener que recorrer grandes distancias.
- Realizar una correcta ventilación del espacio, mínimo 15 min antes de ocupar.



ESTADO ACTUAL

La transformación de la educación a través de los espacios en una tendencia cada vez más potente.

Área flexible, modulables, capaz de ser adaptadas a las necesidades del momento y con una máxima conectividad para favorecer la participación con personas no presentes físicamente.

Mobiliario ligero aunque resistente, duradero y fácilmente apilable y con capacidad de adaptación a las diferentes tareas que se promuevan.

Propuesta A

La versatilidad de estas sillas, hacen que con la incorporación de **palas de escritura** a todas ellas, podamos tener un aula con la mitad de aforo, ya que el distanciamiento será de 2m, esta disposición es muy adecuada para cuando la formación es solo una escucha.

Propuesta B

Incorporando las **mamparas de protección autoportantes** tanto en el lateral como en el frontal, se crea un cubículo de protección para el alumno, esta disposición es mucho más cómoda para los momentos de escritura.

Propuesta A



Propuesta B





- Áreas de formación / aprendizaje, con mesas móviles de superficie plegable y sillas de 4 patas apilables, que permiten salas multifuncionales.

Producto representado:

- **Mesa Talent 300** - h: 74 cm, superficie de melamina, abatible y con canto amortiguante. Pie con ruedas (2 con freno), que permiten su movilidad. Opcional sistema de anclaje rápido entre mesas.
- **Silla Urban Block 10** de 4 patas. Carcasa monoblock de poliestireno de fácil limpieza. Permiten apilamiento.



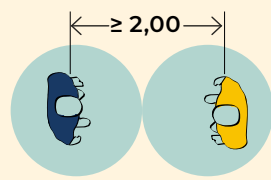
- Áreas de formación / aprendizaje, con sillas de 4 patas con pala de escritura abatible y rejilla portaplibros inferior. Módulo de archivo con ruedas.

Producto representado:

- **Silla Spacio** de 4 patas, carcasa y asiento de polipropileno. El respaldo cuenta con ranuras transpirables. Modelo con pala de escritura en fenólico, con la superficie abatible. Rejilla portaplibros inferior de acero.
- **Armario On Time 10**. Realizado en melamina, con un cajón y un cajón archivo. Dispone de ruedas (2 con freno) que permite su fácil desplazamiento. Cuenta con asas de aluminio para un manejo cómodo.



Leyenda



Áreas de distanciamiento social



Circulaciones de ancho $\geq 2,00$, donde se permite el cruce de personas con precaución.



Circulaciones de acceso pautado, para evitar cruces interpersonales, por no cumplir condiciones de distanciamiento adecuadas.



Circulaciones de acceso a puestos puntuales.



Zonas preferente de cruce donde se dan condiciones de distanciamiento adecuadas.



Puntos de Higiene



Pantallas de protección



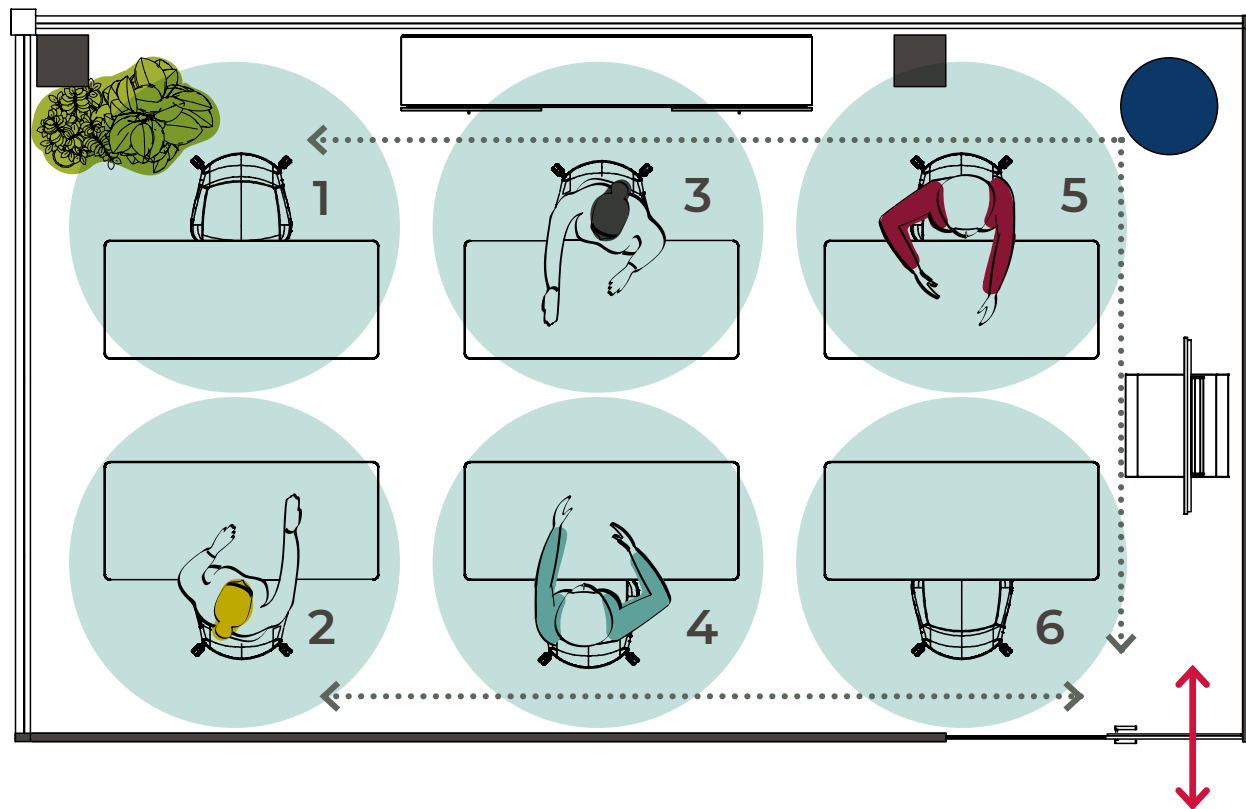
COLABORACIÓN

Nos encontramos ante las zonas de reunión, tanto abiertas como cerradas, así como esos puntos en el espacio que fomentan momentos de encuentro y debate entre compañeros.

Al igual que estilos anteriores veníamos observando dos tipologías de espacios y producto, zonas de producto más estático cada vez con más elementos de apoyo, pizarras y paneles móviles, pantallas, etc, y zonas con producto más flexible dependiendo del tipo de reunión o encuentro que se fuera a realizar.

Vamos a seguir encontrando zonas con mesas altas para realizar reuniones rápidas, salas de reunión con mesas estáticas, así como espacios con producto flexible, son estas zonas que junto el producto en lo que más van a cambiar va a ser en la manera de utilizarlos e interactuar en ellos, vamos a tener que generar una conciencia y buenas prácticas en el uso y en el tiempo de utilización, empezando a utilizar más los espacios abiertos para reunirnos, realizando salas de reuniones con menos densidad y pantallas de apoyo, reuniones más eficientes (tiempo), producto que te permita configurar el espacio...

Es imprescindible seguir siendo un equipo, a pesar de la distancia. Encontrar los mecanismos y las fórmulas que ayuden a desempeñar las mismas tareas, compartiendo los mismos objetivos y valores para seguir siendo una piña y cuidar las relaciones humanas que son el corazón de una empresa y que se genera al compartir un mismo espacio. Lograrlo depende de tres claves: comunicación, previsión y tecnología.



soluciones



- Reducir la capacidad de las salas a la mitad el aforo o un 60% (ej: de 8 a 4 personas).
- Utilizar las salas solo cuando sea imprescindible.
- Apoyarnos con pantallas para favorecer la conexión del resto de participantes desde casa o en otro punto de la oficina.
- Reducir tiempos de reunión, realizando estas mas concretas y eficientes. *Entre 15-30 min.*



- Acceder respetando distancias y flujo sentándose solo en una silla, dejando la del lado libre o respetando el espacio y no cambiando de puesto.
- Situar paneles de protección tanto frontales como laterales para aportar mas seguridad a la sala.
- Mantener un orden de entrada, los primeros sentándose en las sillas mas lejanas a la entrada y los últimos en las mas próximas, para salir lo realizaremos a la inversa.



- No dejarse ningún elemento encima de la mesa que dificulte su limpieza.
- Situar puntos de higiene a la entrada o cerca de las mesas para su uso antes y después de utilizar las salas.
- Realizar una correcta ventilación de mínimo 15 min antes de ocupar.
- Dejar las puertas abiertas en todo momento.



ESTADO ACTUAL

Un ambiente de reunión con gran aforo, en este caso de unas 12 personas, enfocada a dar solución según necesidad, esto nos dará una gran versatilidad a la hora de organizar y distribuir los productos para enfrentarnos a momentos como el que estamos viviendo.

Propuesta A

Creando una **separación entre las mesas y reduciendo el aforo a la mitad**, conseguimos un espacio seguro y práctico en sesiones donde es necesario el apoyo en mesa.

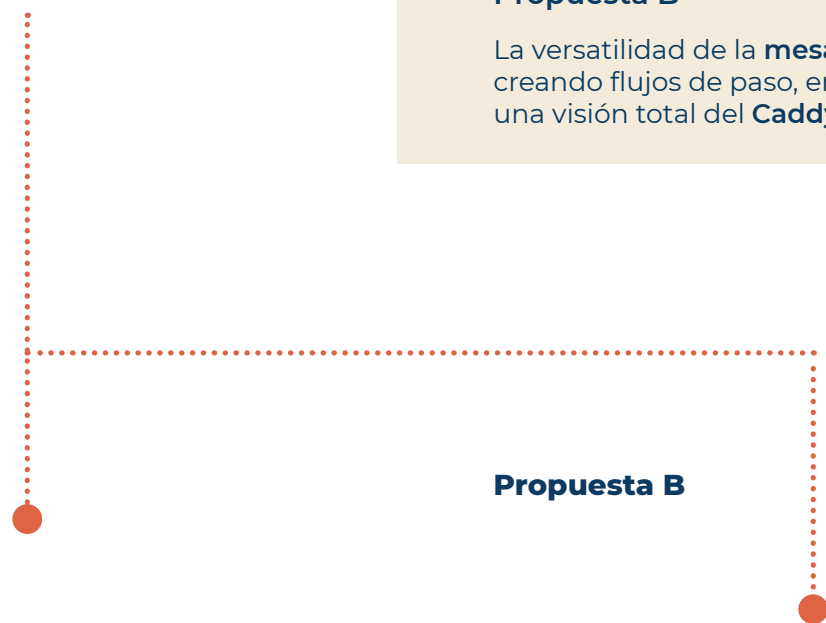
Propuesta B

La versatilidad de la **mesa Talent**, nos permite crear configuraciones en las que ganamos apoyo central, creando flujos de paso, en los que podemos **colocar las sillas con distancia de seguridad**, consiguiendo una visión total del **Caddy** como apoyo a la presentación que se desee realizar.

Propuesta A



Propuesta B





- Áreas de colaboración con puestos para videoconferencia de altura 100 cm. Uso de taburetes y banquetas.

Producto representado:

- **Mesa Video conferencia Twist** - h: 100 cm, superficie trapezoidal de fenólico. Panel de melamina con hueco interior para conexiones y sistema rápido de anclaje de monitor. Acceso sencillo del cableado. Reposapiés de acero cromado.
- **Taburete Noom 50**. Estructura patín con reposapiés. Carcasa monoblock de poliestireno de fácil limpieza.



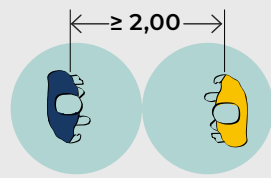
- Áreas de colaboración con puestos móviles y versátiles con ruedas: mesas, sillones, puffs, mesas con ruedas, módulos de videoconferencia móviles,...

Producto representado:

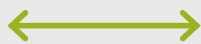
- **Mesa Auxiliar Bend** - h: 74 cm, superficie redonda en fenólico. Estructura de 3 patas con forma piramidal de acero.
- **Mesa Tábula 20** - h: 74 cm, superficie redonda en melamina, con ruedas.
- **Sillones Bend**. Módulos rectos de 2 asientos con respaldo. Incorporan mesa auxiliar y ruedas. Módulo redondo con ruedas que permiten su fácil desplazamiento. Tapizado de fácil limpieza.
- **Silla Whass**. Carcasa monoblock de poliestireno de fácil limpieza. Silla de 4 brazos, con asiento giratorio y elevación a gas. Asiento tapizado.
- **Caddy Video Conferencia**. Módulo para videoconferencias móvil. Paneles de melamina y perfil de aluminio. Hueco interior para cableado. Base de aluminio con ruedas.



Leyenda



Áreas de distanciamiento social



Circulaciones de ancho $\geq 2,00$, donde se permite el cruce de personas con precaución.



Circulaciones de acceso pautado, para evitar cruces interpersonales, por no cumplir condiciones de distanciamiento adecuadas.



Circulaciones de acceso a puestos puntuales.



Zonas preferente de cruce donde se dan condiciones de distanciamiento adecuadas.



Puntos de Higiene



Pantallas de protección



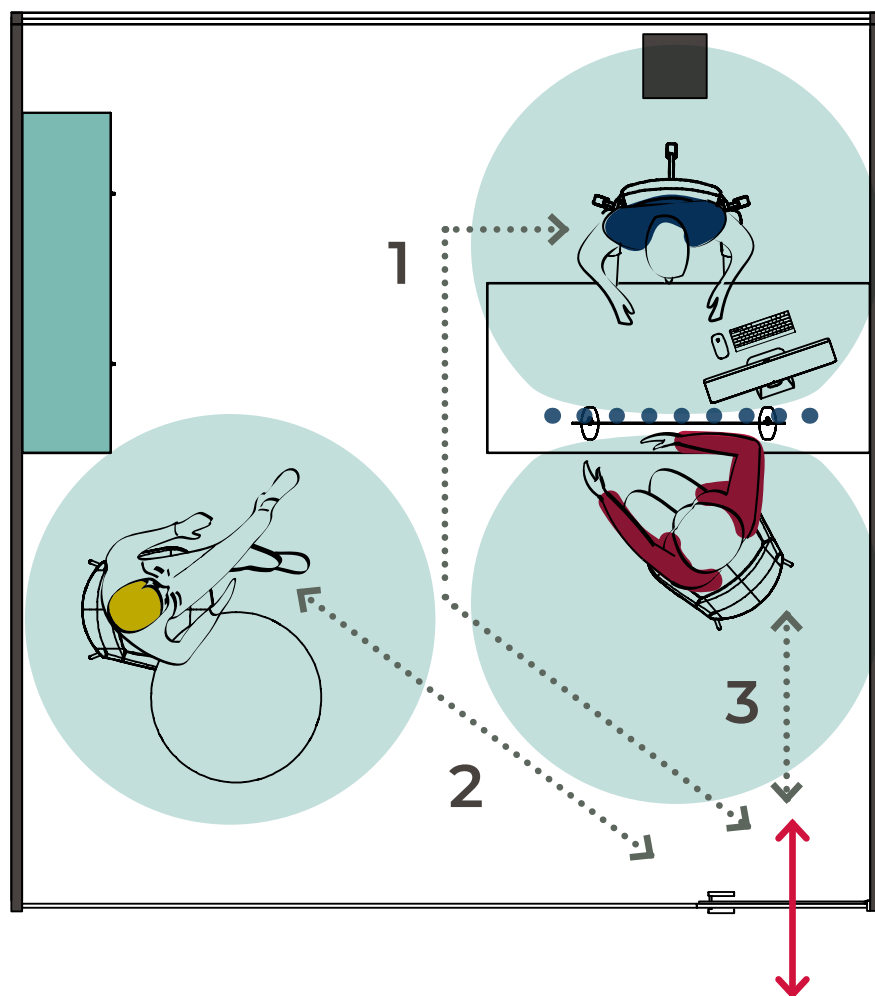
PRIVACIDAD

Cierto es, que la privacidad forma parte indispensable en nuestro día a día y que nos permite realizar tareas de concentración, aislarnos para una llamada, realizar un despacho cerrado, en ocasiones utilizada para aislarnos y en otras por un factor cultural.

En este estilo se hace referencia a los espacios que demandan un plus de privacidad y la encontramos por su morfología o configuración de producto, entorno diferenciado que permite al usuario elegir el espacio más adecuado para su trabajo.

En este momento los espacios pueden ser de privacidad personal o de equipo, estos van a continuar formando parte del espacio, pero se va a ver afectado su uso y la interacción del usuario en estos. Las cabinas serán utilizadas habitualmente por una persona, solo en los casos en los que sea posible, solo por distancia u ocupación se permitirán más usuarios, los despachos serán utilizados por sus usuarios habituales, realizando en zonas exteriores o más abiertas del espacio tareas no necesariamente de carácter privado, o que no necesiten tan alto nivel.

Vamos a encontrar un cambio en la privacidad personal y del puesto de trabajo, nos vamos a volver más responsables de nuestra seguridad y eso va a afectar al diseño de open space del espacio, volviendo a una semi privacidad operativa.



soluciones



DENSIDAD

- Intentar que sean siempre utilizados por el mismo usuario o restringir su uso a ciertas tareas puntualmente en la jornada.
- Si dispone de mesa de reunión auxiliar, limitar el aforo al 50-60%, separar sillas de la mesa o situar mamparas frontales para la realización de la reunión.
- También podemos utilizar este espacio para consultas o de confidente temporal ya que ampliamos la distancia al puesto sin necesidad de colocar ningún elemento separador.
- Limitar el uso de confidentes a una persona y siempre utilizando mamparas frontales y ampliando la distancia entre estos.
- Realizar en el exterior del despacho todas las tareas que no sean exclusivamente de trabajo en concentración.



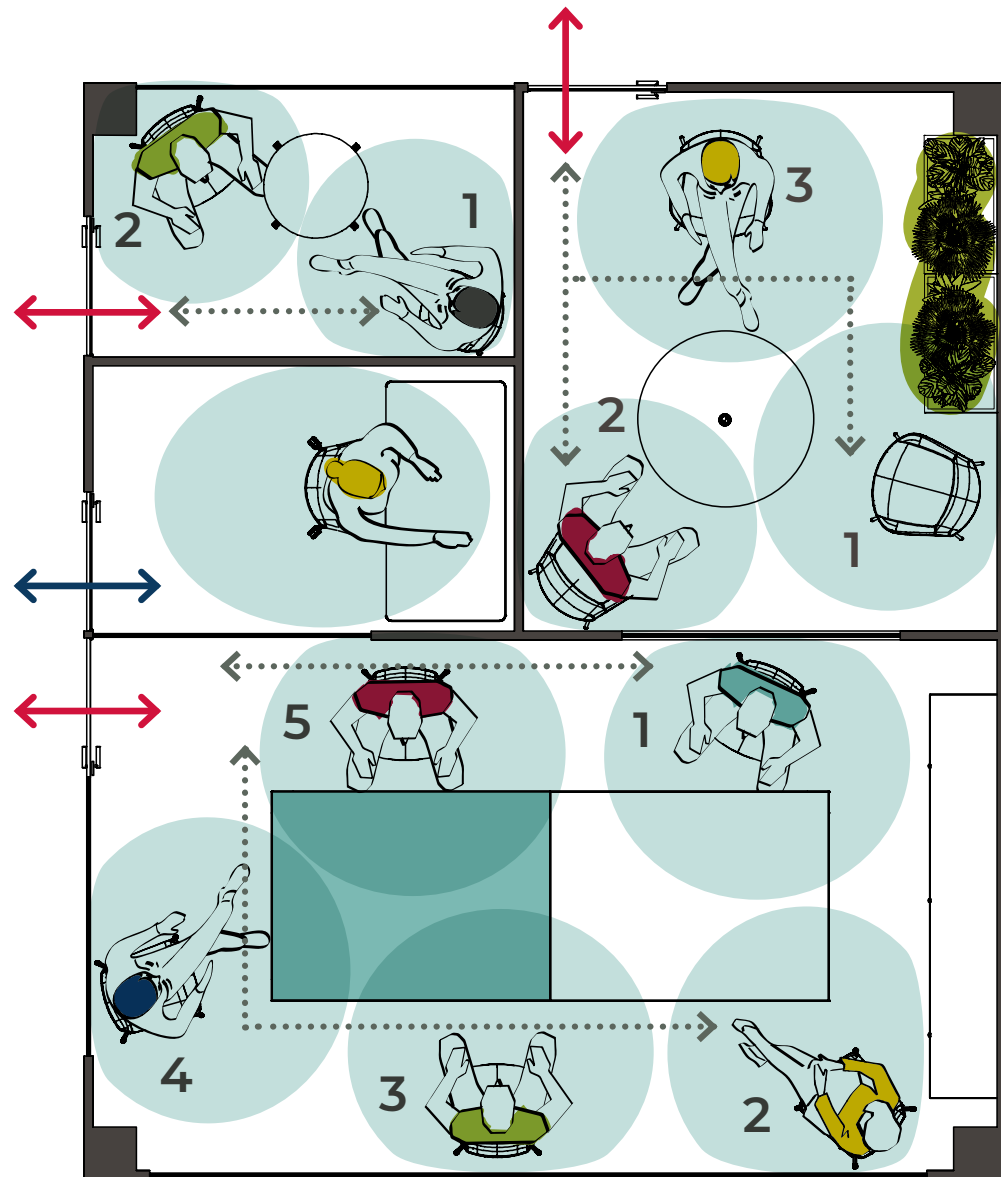
DISTANCIA

- Respetar Turnos para entrar y salir del despacho y realizarlo ordenadamente, al entrar ocupar un sitio para permitir el acceso al siguiente compañero, de igual manera al salir de este.
- Respetar las distancias mínimas de 2 m, utilizando el espacio y situando a los usuarios dentro de el para respetar estas distancias.



HIGIENE

- Mantener limpio y libre de elementos el puesto o mesa para su fácil desinfección y limpieza.
- Ubicar punto de higiene cerca de la puerta o en el acceso para su utilización al entrar y salir del despacho.
- Realizar una correcta ventilación de mínimo 15 min antes de ocupar.



soluciones



DENSIDAD

- Limitar el aforo al 50% de capacidad.
- Respetar turnos de acceso y salida a las cabinas. Cuando utilizemos estas soluciones respetaremos un orden de entrada y salida, el primer usuario ocupará el sitio más alejado a la salida y seguidamente accederá la otra persona, ocupando el más próximo a la salida, siempre evitando ocupar el sitio frontal. De igual modo al salir, la persona más próxima a la salida, saldrá primero y a continuación el segundo usuario situado más a dentro.



DISTANCIA

- Situar una mampara frontal en la mesa para mejorar la seguridad de sus ocupantes
- Sentarse en diagonal para aumentar la distancia entre usuarios.



HIGIENE

- Facilitar fundas biodegradables o elementos para cubrir el asiento y cuando lo abandone tirarlo a una papelera de reciclaje.
- Utilizar materiales de fácil limpieza o mantener una correcta limpieza de estas zonas ya que son espacios de uso masivo y más frecuentado.
- No dejar ningún elemento encima del espacio para facilitar su limpieza.
- Ubicar puntos de higiene para utilizarlos antes y después de su uso, ya que es un elemento que para el acceso y la salida te obliga a tener más contacto con él.

- 1. Despachos
- 2. Cabinas



ESTADO ACTUAL

Los espacios privados de una empresa donde poder reunirte son, en muchas ocasiones, igual de concurridos que los puestos operativos.

Salas de diferentes tamaños y usos, para cubrir las diferentes necesidades de aforo, teniendo una sala grande de reuniones corporativas, dos cabinas de colaboración espontánea y una tercera sala intermedia más amable.

Propuesta A

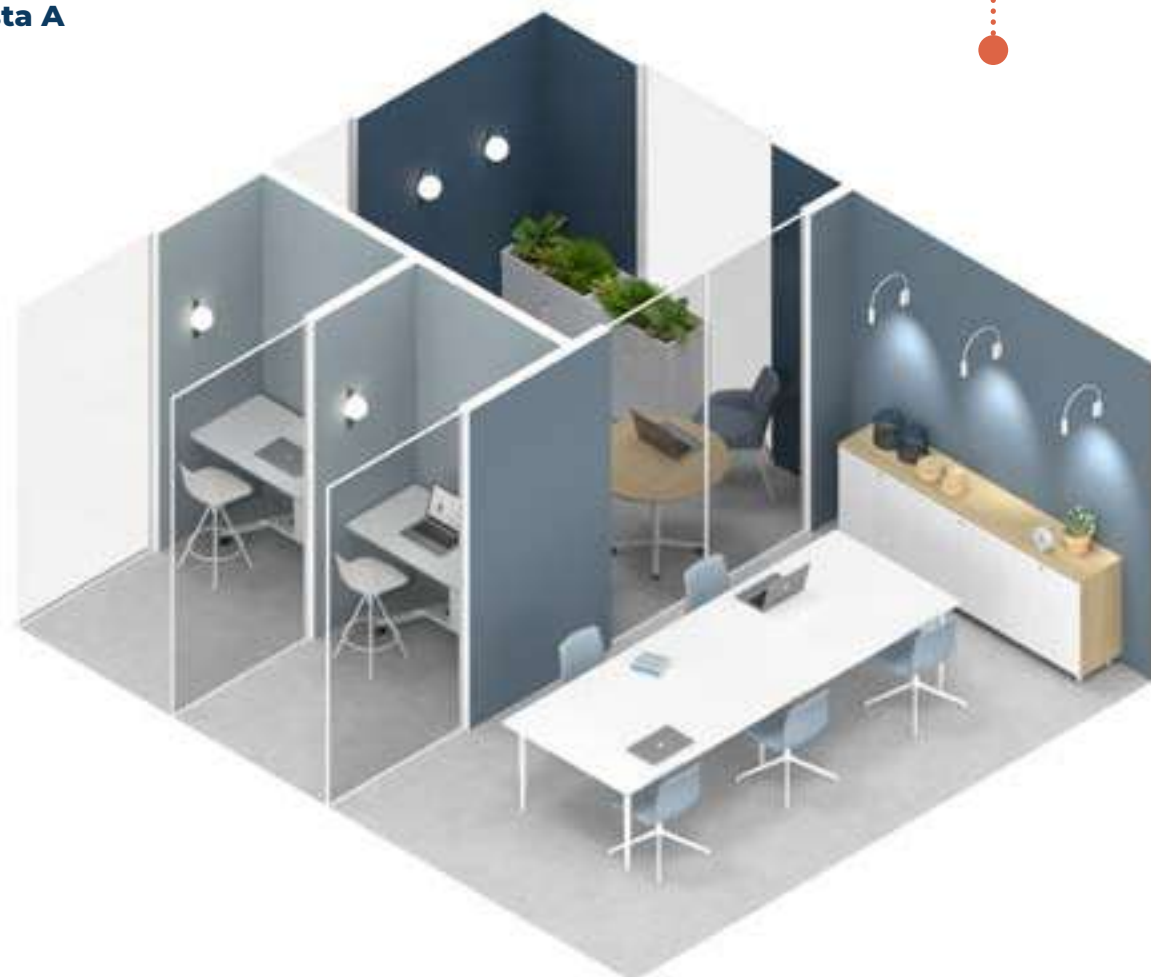
Tal y como sucede en los puestos operativos, podremos **disponer del 50% de aforo** en la sala de reunión grande, respetando la mesa existente,

En las **cabinas** podremos **disponer de puntos operativos**, que den soporte a un mayor número de trabajadores dentro de un horario, anulando, dos puntos de reunión, y en la sala intermedia, eliminamos una silla dejando un espacio para 3 personas con la distancia de seguridad pertinente.

Propuesta B

En esta opción eliminaremos la mesa, y ganaríamos un puesto con una **disposición tipo "órbitas"** con las **mesa tabula** de la sala de al lado, a la cual le incluiríamos ruedas, creando un producto muy versátil y de apoyo.

Propuesta A



Propuesta B





o Zonas de privacidad de 1 y 2 puestos, versátil para uso como zona operativa. Módulos de asiento con respaldo + divisoria fonoabsorbente. Uso de mesas fijas y/o móviles de altura 74 cm.

Producto representado:

- o **Mesa Talent 300** - h: 74 cm, superficie de melamina, abatible y con canto amortiguante. Pie con ruedas (2 con freno), que permiten su movilidad. Opcional sistema de anclaje rápido entre mesas.
- o **Mesa Auxiliar Bend** - h: 74 cm, superficie redonda en fenólico. estructura de 3 patas con forma piramidal de acero.
- o **Longo Pod y Longo Phone Booth** - Divisorias fonoabsorbentes de tablero y espuma, tapizadas. Asientos con respaldo bajo. Estructura con perfil de aluminio y patas de madera de haya. Complementos opcionales de acero.



o Zonas de privacidad de 1 y 2 puestos, versátil para uso como zona operativa. Mesas de uso individual, regulables en altura, tablero plegable y ruedas. Paneles divisorios de melamina.

Producto representado:

- o **Mesa Talent 500** - h: 74-104 cm, superficie de melamina, abatible y con canto amortiguante. Elevación mediante bomba de gas. Pie con ruedas (2 con freno), que permiten su movilidad.
- o **Divisoria D150** en melamina blanca (posibilidad de superficie óptima para la escritura). Pies con ruedas que facilita su manejo y transporte.
- o **Silla y banqueta Whass**. Carcasa monoblock de poliestireno de fácil limpieza. Silla de 4 brazos, con asiento giratorio y elevación a gas. Ruedas huecas. Banqueta con base de 5 radios, asiento giratorio y elevación a gas. Ruedas autofrenadas inversas.



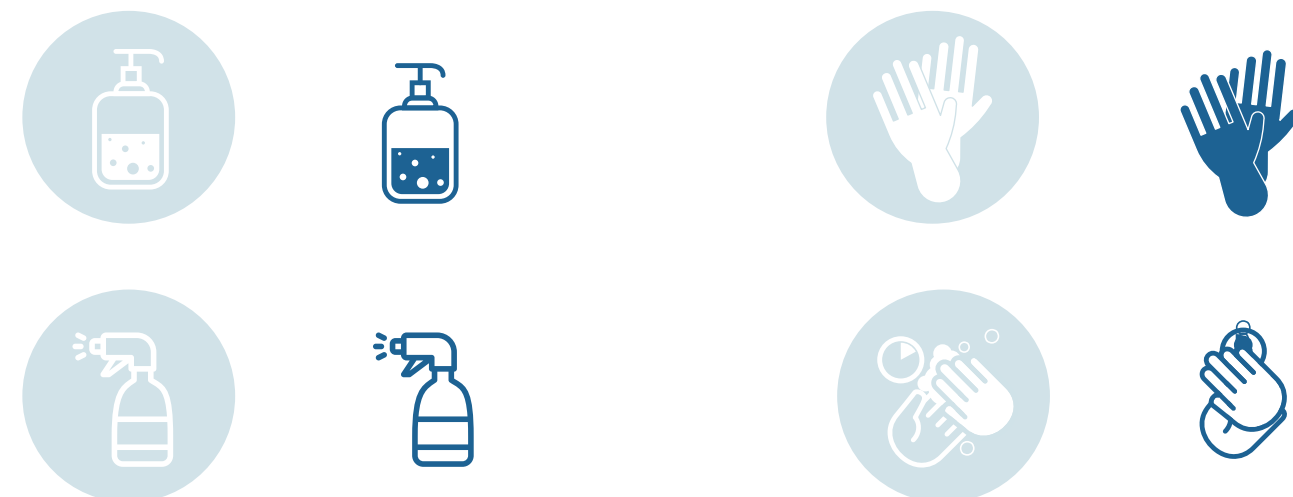
Recursos

En este momento, el distanciamiento social y la higiene son unas de las medidas más efectivas contra la propagación del Covid-19, por ello, **es muy importante educarnos en una "nueva normalidad"**, debemos aportar medidas visuales que nos ayuden a crear nuevos hábitos, como por ejemplo, de recorridos y de higiene, de esta forma, lograremos trabajar y convivir en espacios comunes mucho más seguros.

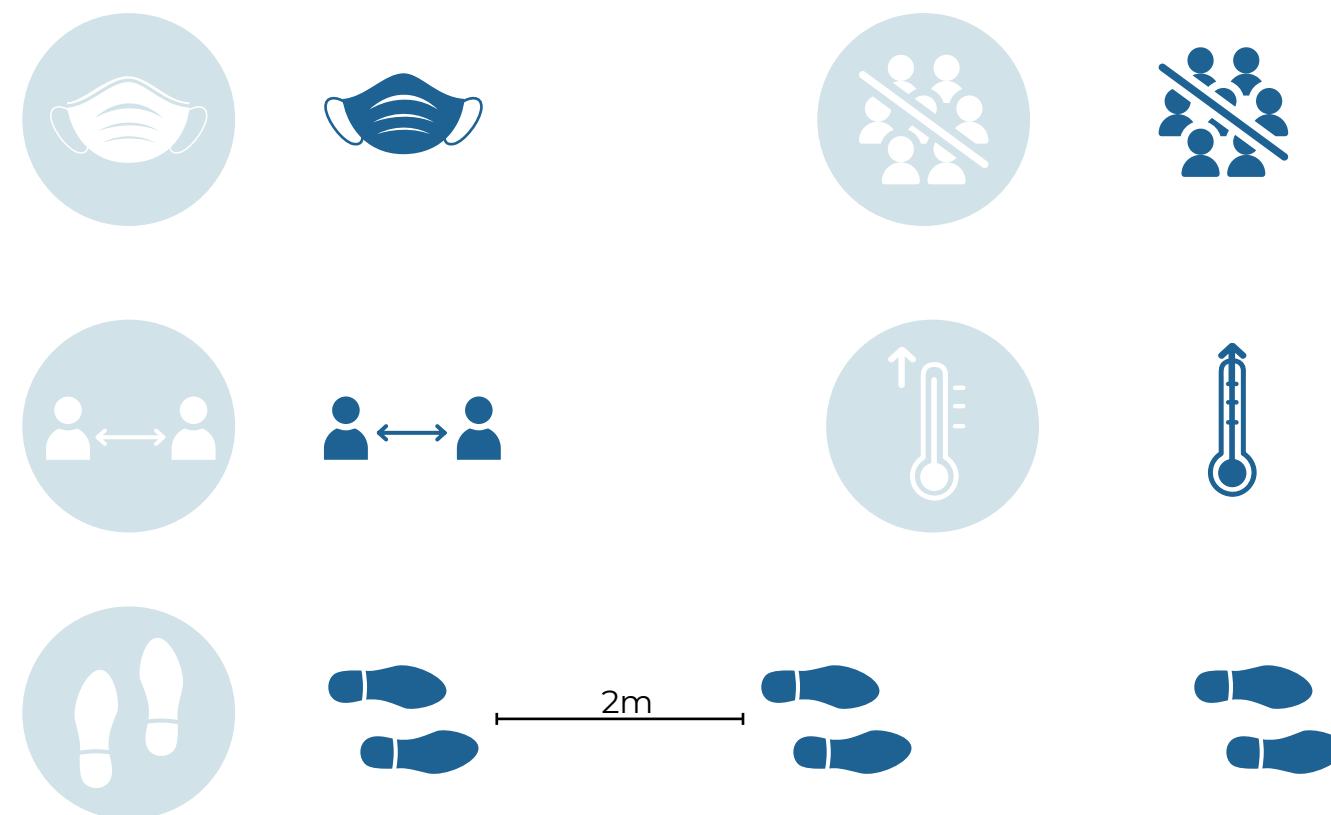
Mediante la **utilización de vinilos** podremos aislar zonas de paso, crear nuevos recorridos, señalar puntos de higiene o delimitar zonas de espera, entre muchas otras opciones, a parte, este sistema resuelve una fácil retirada cuando todo esto pase.

Una iconografía simple y atractiva hará más agradable y efectiva la información a transmitir, siempre dentro de un mismo estilo de icono. Por ello, os dejamos a continuación, un ejemplo de icono para que podáis hacer uso de ello, incluso crear unos nuevos que sean de utilidad. ■

Iconografía para Higiene



Iconografía para Distancia y medidas de precaución



Nuevas oficinas para nuevos tiempos, Homeoffice

Teletrabajo cómo
solución ideal para el
control de la densidad
en la empresa

El 'home office' o teletrabajo, se han vuelto términos comunes en medio de la emergencia que vive el mundo producto de la pandemia del coronavirus.

Nos encontramos inmersos en un cambio de paradigmas y de modelos mentales. La era tecnológica, junto con esta crisis mundial, ha contribuido a que **la transformación de patrones sociales, económicos y laborales se produzcan a un ritmo vertiginoso**. Todos estos cambios afectan tanto a los modos de vida de las personas como al vínculo que el individuo establece con las organizaciones a las que pertenece.

La tendencia es implantar procesos e incorporar nuevos elementos que posibiliten trasladar al hogar las mismas garantías que ya existen en oficinas y centros educativos. La **elección de un lugar idóneo de trabajo, el uso de mesas y sillas adecuadas**, la planificación de tareas o la socialización vía online son algunos de los aspectos que permiten que estos espacios mantengan la eficiencia productiva y el bienestar, promoviendo al mismo tiempo la cooperación y la autonomía de cada usuario.

El tejido empresarial europeo prepara la vuelta al trabajo tras el covid-19. Las **oficinas son uno de los espacios que más cambios van a sufrir a corto plazo**. El objetivo es optimizar los recursos y garantizar la salud de todos los que regresen a su puesto de trabajo físico. Pero el resto, deberá **seguir trabajando desde casa, en un formato que ha llegado para asentarse en nuestra forma de trabajar**.

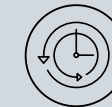
PROS

- Más tranquilidad y menos ruido



- Mayor libertad para organizar tu espacio de trabajo

- Menos distracciones relacionadas con el trabajo, comunicación interna y jefes



- Más facilidad para organizar el trabajo y priorizar tareas

- No hay un jefe ni responsable encima de la persona todo el tiempo.



- Menos estrés (ambiente laboral más relajado)

- Relaciones sociales con los compañeros



- No sentirse solo o aislado ayuda a mantener una alta autoestima

- Posibilidad de tener contactos cara a cara con el resto del equipo supervisor



- Es más fácil solucionar los problemas al tener la posibilidad de reunirse o verse en persona

CONTRAS

- No hay tantas distracciones relacionadas con el trabajo, pero si puede haberlas con otras tareas pendientes



- Se puede sentir sólo y aislado. Incluso desamparado por el equipo o la empresa

- Uno puede caer en no arreglarse para trabajar o descuidar la imagen, lo que puede llegar a afectar la conducta social y la autoestima



- Mayor ruido y distracciones (llamadas, emails, charlas con jefes, reuniones largas y poco fructíferas, comidas,...)



- A veces el trabajador no prioriza las tareas, realizando lo que el jefe dice, aunque no sea tan prioritario.

- Más estrés y un ambiente laboral menos relajado.



- El jefe puede estar encima, interrumpir y alterar afectando la productividad

- Las relaciones sociales entre compañeros pueden restar y mermar la productividad



- Pérdida de tiempo y gasto en los desplazamientos de casa al trabajo y viceversa

Ventajas del teletrabajo

El teletrabajo está a la orden del día. Sea a jornada completa o a tiempo parcial, combinándolo con el rol presencial en la oficina, es una fórmula que se va extendiendo.

De un lado, ayuda el cambio de mentalidad respecto a los viejos negocios en la forma de entender el trabajo en sí, así como las relaciones entre empresa y empleado. De otro, y sobre todo, el desarrollo de la tecnología, que cada vez permite un abanico más amplio de posibilidades.

Analizado el panorama, cabe plantearse, desde el punto de vista del negocio, si el teletrabajo es una práctica que merece la pena, que sale a cuenta. Para ello, te contamos tanto las ventajas como los inconvenientes del trabajo a distancia.

 Estudio sobre el Teletrabajo realizado por Actiu

┌ Pautas para un Home Office eficiente

Una de las claves para poder trabajar desde casa es **saber auto-organizarse** para que el hogar no se convierta en una oficina los siete días de la semana.

No importa el tamaño del espacio, siempre y cuando dediques un **área fija y diferenciada para trabajar**. Si no puedes tener una habitación de tu casa en exclusiva para esta actividad, puedes optar por diferenciar una zona, por ejemplo, a través del **color**, la **distribución** o el **estilo** así, sentirás que es parte de otra estancia.

Para hacerlo a gusto y con comodidad es necesario **acondicionar con creatividad e inteligencia el espacio de trabajo**. Para crear un espacio de oficina dentro de casa es importante disponer de estos básicos: una **buena conexión a Internet**, un **ordenador**, una **silla ergonómica** que cuide de tu salud mientras trabajas, un **escritorio** y algún **espacio de archivo** donde ordenar los objetos y papeles de trabajo.

La **elección del mobiliario dependerá del espacio disponible**, de la actividad que realices y de las horas que vayas a emplear en tu homeoffice. De todas formas, y sea cual sea tu situación, trata de crear un **entorno para trabajar lo más atractivo, funcional y cómodo posible** para que tu creatividad, bienestar y productividad fluyan por igual. ■

 10 TIPS PARA TRABAJAR EN CASA de ACTIU



Ergonomía y salud

El bienestar del usuario es fundamental

Pasamos una **media de 9h y 19 minutos** en el puesto de trabajo, la gran mayoría, **sentados** delante de un ordenador. Deberíamos tener muy claro cómo **afecta la postura y el ambiente a nuestro rendimiento final**; sin embargo, y a pesar de su importancia, no solemos prestarle la atención que requiere y en la mayor parte de los casos no suele ponerse en práctica **hábitos saludables en el trabajo**.

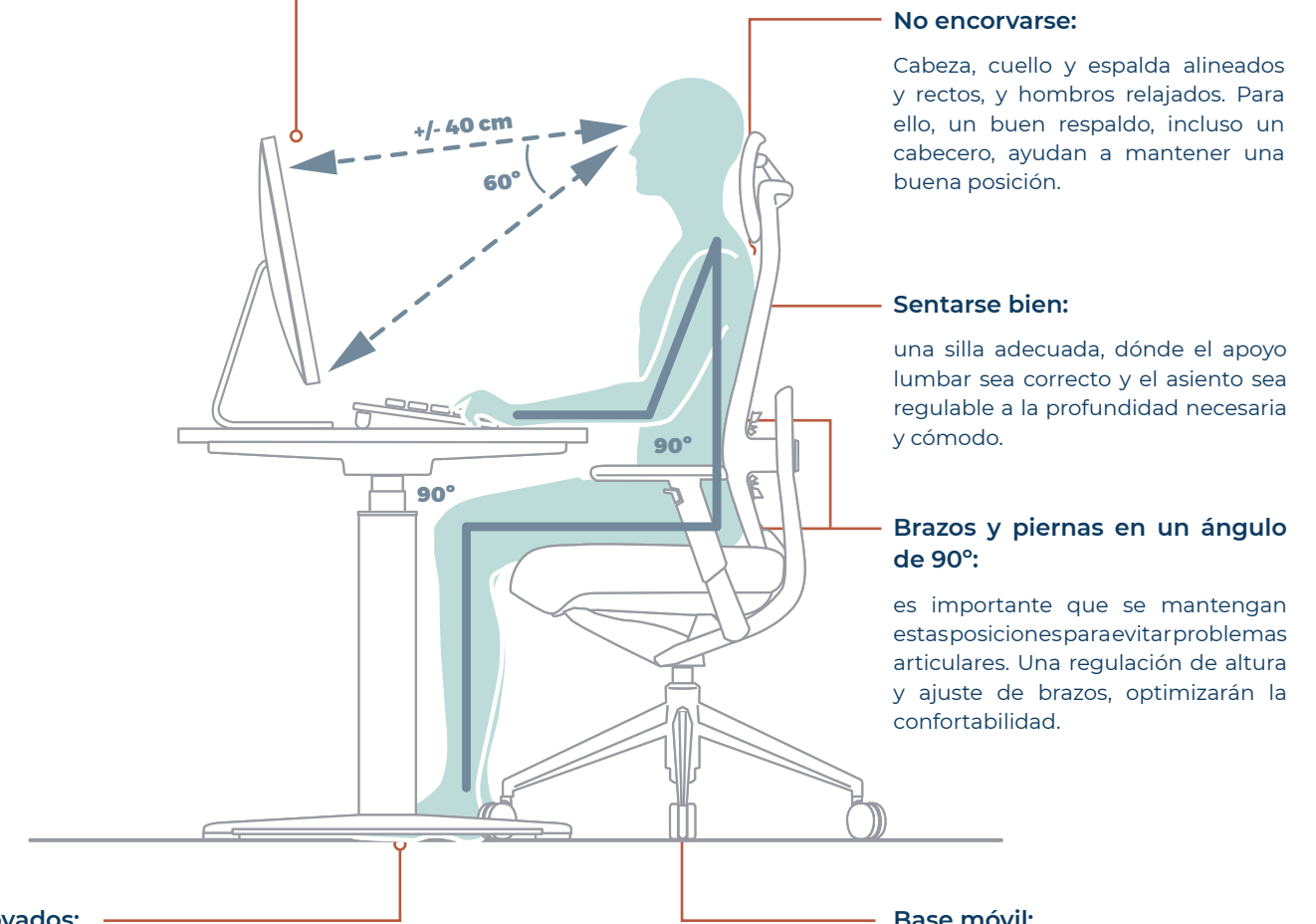
Una mala postura puede ocasionar problemas graves.

En ocasiones **lo barato puede salirnos caro**. La elección de una buena silla es una prueba de ello. Es **importante** ser consciente de una **adecuada selección del mobiliario** que vamos a emplear para trabajar desde casa, sobre todo cuando dedicamos más de un tercio de nuestro tiempo a la actividad laboral.

A continuación, te ofrecemos una serie de hábitos saludables para mejorar la ergonomía y evitar problemas de salud en un futuro: ■

Pantalla de ordenador:

La pantalla, debería estar en un plano ligeramente inferior a la altura de los ojos, a unos 40 cm de distancia, aproximadamente (1 brazo) y dónde el ángulo de visión del teclado y la pantalla, no exceda de los 60°



No encorvarse:

Cabeza, cuello y espalda alineados y rectos, y hombros relajados. Para ello, un buen respaldo, incluso un cabecero, ayudan a mantener una buena posición.

Sentarse bien:

una silla adecuada, dónde el apoyo lumbar sea correcto y el asiento sea regulable a la profundidad necesaria y cómodo.

Brazos y piernas en un ángulo de 90°:

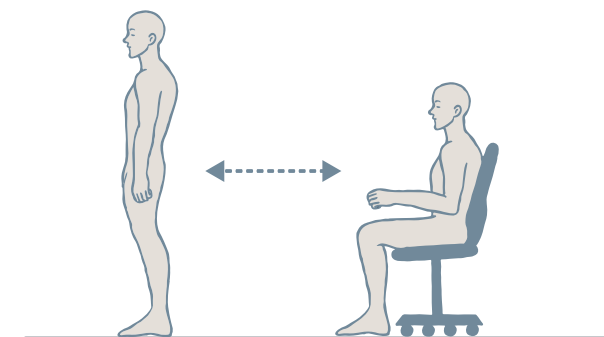
es importante que se mantengan estas posiciones para evitar problemas articulares. Una regulación de altura y ajuste de brazos, optimizarán la confortabilidad.

Pies apoyados:

deben apoyarse completamente en el suelo o en su defecto, en un Reposapiés.

Base móvil:

una silla con ruedas, nos permitirá un fácil movimiento sin necesidad de provocar movimientos bruscos al tronco. Además, si se dispone de respaldo adaptable al movimiento, nos disminuirá la posibilidad de sobrecargas musculares.



Varia la postura:

No se debe mantener la misma postura durante mucho tiempo, ni la mirada continuamente fija en el monitor. Es interesante hacer una pausa de 10 min. cada hora de trabajo.



Ejercicios:

Hacer ejercicios de estiramiento para tonificar, mantenerse flexible y evitar dolores y contracturas.



▮ Mobiliario

Es importante una adecuada selección del mobiliario

Mesa.

La superficie de trabajo debe ser lo suficientemente amplia para poder colocar sobre ella todos los elementos necesarios. También podemos optar por una mesa de altura regulable para trabajar de pie o sentados, alternando de posición durante la jornada

Silla.

La silla es un elemento esencial para mantener una buena postura, por ello, conviene elegirla con apoyo lumbar incorporado, asientos de altura regulable y funciones de reclinado.

Archivo.

Mantener el material organizado para tenerlo a nuestro alcance cuando lo necesitemos puede ayudarnos durante el teletrabajo. ■

 *Recomendaciones de Rosa Porcar del IBV*

Superficie de Trabajo: Mesa

- Debe ser poco reflectante, tener dimensiones suficientes y permitir una colocación flexible de pantalla, teclado, documentos y material accesorio.
- El espacio debe ser el suficiente para permitir una posición cómoda.
- Debe ser estable, con las dimensiones correctas, para que la postura no sea forzada (según normativa - 74 cm.) y podría ser regulable, permitiendo alternar la posición durante la jornada de trabajo.



Vital Pro

Dimensión: 96 / 120 / 140 / 160 / 180 x 80 x 74 cm

Superficie:

Melamina libre de formaldeído con un espesor de 25mm.
Acabado: blanco, acacia, roble, castaño y gris coco.

Estructura:

Patatas de 50 x 50 mm con un e=1,5 mm y travesaños inferiores de sección de 40 x 40 mm con un e=2 mm, fabricados con perfil de acero laminado en caliente y decapado, en acabados aluminizado, blanco y negro con pintura epoxi.

Complementos: acceso de cableado, telecanal, contenedor, soporte cpu, divisorias de sobremesa, ...



Vital Plus

Dimensión: 96 / 120 / 140 / 160 / 180 x 80 x 74 cm

Superficie:

Melamina libre de formaldeído con un espesor de 25mm.
Acabado: blanco, acacia, roble, castaño, gris coco y fresno.

Estructura:

Patatas de 50 x 50 mm con un e=1,8 mm y travesaños inferiores de sección de 40 x 40 mm con un e=2 mm, fabricados con perfil de acero laminado en caliente y decapado, en acabados aluminizado, blanco y negro con pintura epoxi.

Complementos: acceso de cableado, telecanal, soporte cpu, divisorias de sobremesa, ...



Longo

Dimensión: 132/160/180 x 80 x 74 cm

Superficie:

Melamina libre de formaldeído con un espesor de 19mm.
Acabado: blanco, acacia, roble, castaño y fresno.

Estructura:

Estructura formada por perfiles de aluminio extruido. Patatas de aluminio nyectado con forma piramidal, en acabado blanco, aluminizado y negro con pintura epoxi y acabado pulido.

Complementos: acceso de cableado, telecanal, contenedor, soporte cpu, divisorias de sobremesa,...



Prisma

Dimensión: 120 / 140 / 160 / 180 x 80 x 74 cm

Superficie:

Melamina libre de formaldeído con un espesor de 19mm.
Acabado: blanco, acacia, roble, castaño y fresno.

Estructura:

Estructura de patatas de sección 50 x 50 mm fabricada con perfil de acero laminado en caliente y decapado de 1,5 mm de espesor, acabada con pintura epoxi en acabados blanco y negro, simil madera y cromado.

Complementos: acceso de cableado, telecanal, contenedor, soporte cpu, divisorias de sobremesa, ...



Talent 500

Dimensión: 120 / 138 / 160 x 80 x 74-104 cm

Superficie:

Melamina libre de formaldeído con un espesor de 25mm y goma amortiguante.
Acabado: blanco, acacia, roble, castaño y gris coco y fresno.

Estructura:

Tablero abatible con sistema de bloqueo/desbloqueo.

Sistema de elevación de la mesa mediante bomba de gas compensada.

Mensula, larguero y columna central de aluminio inyectado, en acabados blanco, negro, aluminizado y blanco/pulido.

Complementos: superficie pintable, sistema de electrificación.



Mobility Step

Dimensión: 140 / 160 / 180 x 80 x 65-130 cm

Superficie:

Melamina libre de formaldeído con un espesor de 25mm.
Acabado: blanco, acacia, roble, castaño, gris coco y fresno.

Estructura:

Regulación de altura 64 - 130cm en cumplimiento de EN 527-1:2011. Incorpora sistema de seguridad de anticollisión con objetos.

Patatas metálicas de tubo de acero de 70x70 mm y e=1,5mm. Disponible en acabados blanco, negro y aluminizado. Patín de inyección de aluminio.

Complementos: acceso de cableado, telecanal, contenedor, soporte cpu, divisorias de sobremesa,...

Asiento: Sillas

- Debe ser estable y proporcionar libertad de movimientos y una postura confortable.
- La altura del asiento será regulable.
- El respaldo será reclinable y ajustable en altura.
- Se podrá complementar con un reposapiés para una mayor ergonomía y una postura más saludable.



Noom 30

Dimensión: Ø67,5 cm x 83,3-89 cm

Respaldo y asiento:

Estructura interna de acero. Respaldo y asiento, inyectado de espuma de PUR flexible. Tapizado en tejido de fácil limpieza

Mecanismo:

Asiento giratorio y Elevación a Gas

Base: Base giratoria de 4 radios de aluminio de Ø 67,5 cm. Ruedas silenciosas huecas.

Acabados de base: aluminio blanco o negro.



Efit

Dimensión: Ø67,5 cm x 91-101 cm

Respaldo:

Respaldo fabricado en polipropileno con fibra de vidrio (PP+ 30% F.V.) Dos modelos: respaldo alto y respaldo bajo. Apoyo Lumbar adaptativo.

Asiento:

Asiento con tecnología AIR CONFORT SYSTEM tapizado en tejido de fácil limpieza

Mecanismo:

Asiento giratorio y Elevación a Gas y/o Mecanismo Syncro. Mecanismo trasla del asiento.

Brazos:

Brazo 2D: regulables en altura y anchura. Brazo 3D: regulables en altura y anchura, con rotación 360° del reposabrazos.

Base: Base giratoria de 5 radios aluminio inyectado ó poliamida con fibra de vidrio de Ø 67,5 cm.

Acabados de base: blanco, negro o pulido.



Stay

Dimensión: Ø67,5 cm x 91-101 cm

Respaldo:

Respaldo fabricado en polipropileno con fibra de vidrio (PP+ 30% F.V.). Cabecero Opcional. Apoyo Lumbar.

Asiento:

Asiento con tecnología AIR CONFORT SYSTEM tapizado en tejido de fácil limpieza.

Mecanismo:

Asiento giratorio y Elevación a Gas y/o Mecanismo Syncro. Mecanismo trasla del asiento.

Brazos:

Brazo 2D: regulables en altura y anchura. Brazo 3D: regulables en altura y anchura, con rotación 360° del reposabrazos.

Base: Base giratoria de 5 radios aluminio inyectado ó poliamida con fibra de vidrio de Ø 67,5 cm.

Acabados de base: blanco, negro, aluminizado o pulido.



TNK Flex

Dimensión: Ø67,5 cm x 100,5 - 117,5cm

Respaldo:

marco perimetral de inyección de aluminio sobre el que se coloca una malla técnica o Tex o un respaldo inyectado en espuma PUR. Respaldo regulable en altura. Cabecero Opcional. Apoyo Lumbar.

Asiento:

Asiento basculante 360° adaptativo con tecnología AIR CONFORT SYSTEM tapizado en tejido de fácil limpieza.

Mecanismo:

Asiento giratorio y Mecanismo Syncro con elevación a gas. Mecanismo trasla del asiento.

Brazos:

Brazo 2D: regulables en altura y anchura. Brazo 3D: regulables en altura y anchura, con rotación 360° del reposabrazos.

Base: Base giratoria de 5 radios aluminio inyectado ó poliamida con fibra de vidrio de Ø 67,5 cm.

Acabados de base: blanco, negro o pulido.



TNK 500

Dimensión: Ø67,5 cm x 100,5 - 110,5cm

Respaldo:

Marco perimetral fabricado en polipropileno con fibra de vidrio (PP+ 30% F.V.) sobre el que se coloca una malla técnica o Tex. Cabecero Opcional. Apoyo Lumbar.

Asiento:

Asiento basculante 360° adaptativo con tecnología AIR CONFORT SYSTEM tapizado en tejido de fácil limpieza.

Mecanismo:

Asiento giratorio y Mecanismo Syncro con elevación a gas. Mecanismo trasla del asiento.

Brazos:

Brazo 3D: regulables en altura y anchura, con rotación 360° del reposabrazos.

Base: Base giratoria de 5 radios aluminio inyectado de Ø 67,5 cm.

Acabados de base: blanco, negro o pulido.



Cron

Dimensión: Ø67,5 cm x 91-101 cm

Respaldo:

Respaldo inyectado de espuma de PU flexible sobre estructura metálica interna de tubo de acero de Ø 16 x 1,5 mm de espesor. Modelo con cabecero integrado.

Asiento:

Asiento con tecnología AIR CONFORT SYSTEM tapizado en tejido de fácil limpieza.

Mecanismo:

Asiento giratorio y Sistema Syncro autopesante avanzado con elevación a gas. Mecanismo trasla del asiento.

Brazos:

Brazos fijos de aluminio inyectado con apoyabrazos negro de polipropileno.

Base: Base giratoria de 5 radios aluminio inyectado ó poliamida con fibra de vidrio de Ø 67,5 cm.

Acabados de base: blanco, negro o pulido.

Asiento: Sillas confidente

- Debe ser estable y proporcionar libertad de movimientos y una postura confortable.
- La altura del asiento debe permitir una sentada cómoda desde el suelo.
- Preferiblemente, debe de contar con un respaldo, que permita una postura correcta.



Wing

Dimensión: 57 x 52 x 78 cm

Respaldo y asiento:

Fabricada en Polipropileno (P.P) con un 30% fibra de vidrio con amplia oferta de colores. Tecnología de inyección asistida por gas, que permite generar volúmenes y secciones para obtener un plus en diseño.

- Tratamiento anti UV para uso exterior.
- Tratamiento anti- estático para facilitar la limpieza.
- Protectores para apilamiento incluidos.

Asiento:

- Sin Acolchar.
- Acolchado PUR opcional. Fácil limpieza con agua y jabón.
- Acolchado tapizado opcional con amplia oferta de colores.



Whass

Dimensión: 51,7 x 54 x 81,3 cm

Respaldo y asiento:

Carcasa de polipropileno (P.P) de 5 mm de espesor con fibra de vidrio.

Asiento:

- Sin Acolchar.
- Acolchado PUR opcional. Fácil limpieza con agua y jabón.
- Acolchado tapizado opcional con amplia oferta de colores.

Estructura:

Estructura fabricada con tubo cilíndrico de Acero laminado en caliente de Ø16mm y e=2 mm, en acabados blanco, negro, cromado, naranja y azul.

Brazos:

Modelo sin y con brazos con reposabrazos de polipropileno.



Noom 50

Dimensión: 50,8 x 55,8 x 83,6 cm

Respaldo y asiento:

- Carcasa de polipropileno (P.P) de 5 mm de espesor con fibra de vidrio.

- Modelo carcasa de polipropileno con acolchado ergonómico interior de espuma PUR, tapizada en tejido de fácil limpieza, mantenimiento y duración.

Asiento:

- Sin Acolchar.
- Acolchado PUR opcional. Fácil limpieza con agua y jabón.
- Acolchado tapizado opcional con amplia oferta de colores.

Estructura:

Estructura fabricada con tubo cilíndrico de Acero laminado en caliente de Ø16mm y e=2 mm, en acabados blanco, negro, cromado, naranja y azul.

Brazos:

Modelo sin y con brazos con reposabrazos de polipropileno.



Noom 30

Dimensión: 52,5 x 53,9 x 83,3 cm

Respaldo y asiento:

Estructura interna de acero. Respaldo y asiento, inyectado de espuma de PUR flexible. Tapizado en tejido de fácil limpieza

Estructura:

Base de 4 patas en tubo de acero de Ø16mm x 2mm de espesor. Travesaño en tubo de acero de Ø13mm x 2mm de espesor. Tubos cilíndricos laminados en caliente.

Acabados en Blanco y Negro.



Noom 10

Dimensión: 64 x 63,3 x 82,4 cm

Respaldo y asiento:

Estructura interna de acero. Respaldo y asiento, inyectado de espuma de PUR flexible. Tapizado en tejido de fácil limpieza

Cojín inyectado de espuma de PUR flexible. Tapizado en tejido de fácil limpieza.

Estructura:

Base con 4 patas cónicas de madera maciza de Haya en acabado natural y negra.

Almacenamiento: Sistemas de archivo

- Debe ser estable, con sistemas antivuelco y con las dimensiones correctas.
En caso de disponer estanterías o baldas, estas deben disponer de suficiente estabilidad
- para soportar el peso de los documentos.
- Debe permitir mantener el material organizado para tenerlo a nuestro alcance.
- Si es un elemento móvil y dispone de puertas o cajones, es preferible que cuente con un sistema de cierre de seguridad para su desplazamiento.



Buck móviles

Dimensión: 41 x 55 x 56,5 cm

Estructura:

Melamina libre de formaldeído con un espesor de 16mm.
Acabado: blanco, acacia, roble, castaño, gris coco y fresno .

- Cierre con sistema antivuelco. Sistema de bloqueo de cajones para transporte.
- Bombín con posicionamiento de apertura y cierre
- Cajones y cajón archivo con accesibilidad total.
- Tiradores de superficie fabricados en Aluminio.
- Ruedas standard de seguridad
- Disponibilidad de 5ª rueda en cajón archivo, aportando mayor estabilidad y operatividad.



On Time

Dimensión: 79 x 42 x 120 cm

Estructura:

Melamina libre de formaldeído con un espesor de 19mm.
Acabado: blanco y acacia.

- Módulo con 2 puertas con llave y 2 lejas interiores.
- Asa de Aluminio inyectado para facilitar el desplazamiento.
- Tirador de Aluminio y cierre con llave
- Ruedas con rodadura de teflón de Ø 65cm.



Longo

Dimensión: 240 x 50 x 85 cm

Estructura:

Melamina libre de formaldeído con un espesor de 16 y 19mm.
Acabado: blanco, acacia, roble, castaño y fresno.

- Puerta corredera fabricada en melamina de 16 mm de espesor.
- Lejas fabricadas en melamina de 19 mm de espesor.
- Perfiles y escuadras de la estructura de Aluminio en acabados blanco, negro o aluminizado.
- Patas de aluminio inyectado, en acabados blanco, negro, aluminizado y Pulido, con soleta antideslizante.



Prisma

Dimensión: 160 / 240 x 45 x 69 cm

Estructura:

Melamina libre de formaldeído con un espesor de 16/19/25mm.
Acabado: blanco, acacia, roble, castaño, y fresno.

- Tapa y base de 25mm de grosor
- Lejas regulables en altura de 19mm de grosor
- Laterales de 19 mm de grosor.
- Trasera Vista de 16 mm de grosor.
- Puerta corredera de melamina de 16mm de grosor.
- Bombín con posicionamiento de apertura y cierre
- Apoyos con niveladores de fácil acceso.



Cubic

Dimensión: 160 x 40 x 123 cm

Estructura:

Melamina libre de formaldeído con un espesor de 30mm.
Acabado: blanco, acacia, roble, castaño y fresno.

- Estructura en tablero de melamina de 30 mm de espesor.
- Trasera de melamina de 10 mm. de espesor.
- Puerta corredera de melamina de 16mm. de espesor con tirador integrado fabricado en Zamak.
- Guía para puertas de aluminio anodizado con embellecedor en el mismo acabado que el armario.
- Pie antihumedad con niveladores



Armarios Modulares

Dimensión: 80 / 100 x 42 x 78 / 113 / 150 / 185 / 222 cm

Estructura:

Melamina libre de formaldeído con un espesor de 16/19/25mm.
Acabado: blanco, acacia, roble, castaño, gris coco y fresno.

- Tapa, base y lejas de 25mm de grosor
- Lejas regulables en altura.
- Laterales de 19 mm de grosor.
- Trasera Vista de 16 mm de grosor.
- Puertas batientes de 16 mm de grosor.
- Bombín con posicionamiento de apertura y cierre
- Capacidad optimizada para documentos múltiples DIN-A4
- Tiradores de superficie en inyección de Zamak
- Pie antihumedad con niveladores

Well, más importante que nunca

Teletrabajo cómo solución ideal para el control de la densidad en la empresa

La certificación WELL es el primer método oficial de evaluación de espacios que se centra concretamente en la salud y el bienestar de las personas dentro de los edificios.

WELL contempla diez elementos: Aire, Agua, Alimentación, Iluminación, Movimiento, Confort térmico, Sonido, Materiales, Mente y Comunidad. Cada concepto alude a aspectos diferentes de la salud y el bienestar.

En este momento de pandemia, se hace cada vez más necesario cuidar cada uno de los elementos anteriormente mencionados, para que las personas tengan un ambiente saludable y de bienestar



10 Conceptos Well



Aire

Análisis calidad de aire.
Restricción total de humos.
Ventilación manual automatizada.



Virus safe

Aumentar caudal de ventilación.
No recircular, promover ventilación aire exterior.
Auditoría y monitorización sensorizada del aire.
Separación espacios sensibles con puertas autocierre.
Filtros purificadores.
Lámparas de irradiación UVA (*eliminar microorganismos en sistemas de ventilación*).
Separación exterior con doble puerta o giratoria (*barrera*).



Agua

Análisis calidad agua.
Auditoría y monitorización de contaminantes.
Filtro de purificación.
Fuentes a 30 mt.
Mensajes de hidratación.



Virus safe

Grifos automáticos (*reducir contactos*).
Medidas holgadas del lavabo y caída de agua (*evitar contaminación por patógenos*).
Toallas de papel en baños.
Dispensadores de jabón automáticos.
Selección de materiales anti-humedades (*no crecimiento de patógenos*).



Nutrición

Fruta diaria gratuita.
Información nutricional de los alimentos ofrecidos.
Substitución de productos no saludables.
Mensajes de alimentación saludable.
Espacio comedor para >25% usuarios.



Iluminación

>70% de los puestos de trabajo a <7,5 mt. de una ventana.
Mensajes promocionales sobre calidad de iluminación.
Medición de la iluminación natural y artificial (>215/300 lux), EML y candelas.
Estores automáticos para controlar el deslumbramiento.
Vistas al exterior.
Sin cambios de luminancia significantes.



Movimiento

Monitores ajustable.
>25% de los usuarios pueden trabajar de pie.
Sillas ergonómicas.
Espacios de paso y recibidores atractivos.
Duchas y vestuarios suficientes.
Programas de actividad física guiados.
Espacio específico para la práctica deportiva.



Virus safe

Mensajes promoviendo el movimiento, uso de escaleras, antes que el ascensor.
En radio 800 mt. hay calles para acceder a pie.
Estaciones para ciclistas y facilidades.
Espacios verdes y recreacionales.

10 Conceptos Well



Temperatura

Cuestionario satisfacción dos veces al año.
Termostatos en zonas operativas y de reunión.
Calefacción radiante.



Virus safe

Rango de temperatura óptimo.
Humedad dentro del rango óptimo (30-60%).
Sistemas de control de humedad (*estos puntos facilitan el que no se desarrolle el virus fácilmente*).



Materiales

Reciclaje residuos.
Productos limpieza ecológicos y neutros.
Mobiliario bajo emisor: formaldehidos, retardantes de llama halogenados, COV's, COSV's (normativa ANSI/BIFMA e3-2011).



Virus safe

Protocolo de limpieza de superficies de alto contacto.
Papeleras sin contacto.



Sonido

Medición ruido entre 30-45 Db.
Reverberación RT60 y NRC correcta.
Divisorias y paneles fonoabsorbentes.



Mente

Biblioteca de bienestar.
Diseño biofílico.
Programas de formación.
Espacios exteriores para relajación.
Espacios verdes alrededor.
Vistas a espacios verdes.
Promoción de la productividad con horario focus.



Comunidad

Equipo de coordinación y comunicación WELL.
Cuestionario de satisfacción del espacio.
Tour guiado en instalaciones.
LEED Platinum.
WELL AP.



Virus safe

Beneficios extra para salud individual (*como seguros médicos*).
Programas de vacunación.
Promover y facilitar teletrabajo si existe sintomatología de gripes o virus.



Mantenimiento e higiene

Ahora más que nunca, la correcta conservación y limpieza de las superficies y materiales de cualquier entorno de trabajo resulta clave para preservar la salubridad

Para evitar posibles contagios y mantener un estado de bienestar y salud con las personas, es conveniente reforzar las tareas de limpieza y desinfección en todas las estancias, con especial incidencia en superficies que se tocan con más frecuencia como ventanas o pomos de puertas, así como todos los aparatos de uso habitual por los empleados, desde mandos de maquinaria a mesas y ordenadores.

Proponemos unas pautas de mantenimiento, limpieza y desinfección en los diferentes materiales de los puestos de trabajo, para poder hacer fente a las medidas de higiene.

└ Mantenimiento de superficies Actiu

Melaminas , metales y plásticos

Para proceder a la desinfección de estas superficies se pueden usar productos como lejía diluida en agua según las indicaciones del fabricante (principio activo Hipoclorito de Sodio), alcohol de 70° (principio activo Etanol) o soluciones jabonosas desinfectantes de uso doméstico en las proporciones que recomienda el fabricante. Tras dejar actuar debe aclararse con agua limpia.

**** En el plástico tenemos como excepción el abs de las sillas PLEK, que hay que limpiar con agua y jabón.*

Metacrilatos y vidrios

Para proceder a la desinfección de estas superficies se pueden usar productos como lejía diluida en agua según las indicaciones del fabricante (principio activo Hipoclorito de Sodio), alcohol de 70° (principio activo Etanol) o soluciones jabonosas desinfectantes de uso doméstico en las proporciones que recomienda el fabricante. Tras dejar actuar debe aclararse con agua limpia. Teniendo en cuenta no aplicar estos productos sobre zonas porosas o cantos ya que podrían producirse fracturas del material. ■



Mantenimiento de tapizados Actiu

Tapizados

Para proceder a la desinfección de los diferentes tapizados que se emplean en productos como sillería, soft seating, divisorias, etc..., indicamos una serie de pautas y/o consejos para su correcta limpieza:

Poliéster y Trevira

se pueden limpiar con Etanol en proporción 1-10.

Napel y Pieles

se pueden limpiar con jabón neutro diluido y un paño húmedo.

Valencia

es un producto antibacteriano ya de por sí, con lo cual, en un principio se puede limpiar con una solución de 10% de jabón líquido casero en agua caliente, aplicado con un suave paño húmedo. Enjuagar con agua limpia y secar. No use agentes de limpieza a base de alcohol.

Lana

Limpiar con aspirador con regularidad. Limpiar en seco, o bien lavar con un paño húmedo. En caso de contaminación, los muebles tapizados con tejidos de lana deben dejar de usarse durante un mínimo de 48 horas para evitar contagio posibles. ■





www.actiu.com