



NEUHEITEN
2019



MEYRA®

Die Fortschritte in der MEYRA GmbH Grundlagenforschung sowie in der Technologieentwicklung sorgen für neue Produktlösungen, um Menschen mit Handicap innovative Produkte anzubieten und damit den Rehabilitationsprozess wirkungsvoll zu unterstützen.

Angesichts der zunehmend älteren Bevölkerung wie auch der hohen Betroffenheit insbesondere jüngerer Menschen mit Handicap z.B. aufgrund einer unfallbedingten Querschnittlähmung besteht ein wachsender Bedarf an innovativer Rehabilitation- und Behindertentechnologie, um den Betroffenen ein selbstständiges Leben in Aktivität und mit Teilhabe an der Gesellschaft zu ermöglichen.

Als marktführendes Unternehmen hat die MEYRA GmbH mit Sitz in Deutschland sich dieser Aufgabe verantwortungsbewusst gestellt.

Die Ergebnisse der letztjährigen Entwicklungstätigkeiten finden Sie auf den nächsten Seiten. Dabei haben wir einen besonderen Schwerpunkt auf die Segmente Aktiv- sowie Elektrorollstühle gelegt. Darüber hinaus hat die Entwicklung des Privatmarktes bei MEYRA einen hohen Stellenwert.

Unsere Neuheiten INHALT



1.155
NANO

SEITE 4 – 5



1.254
CL 409 für Bustransport

SEITE 6 – 7



1.064

SEITE 8 – 9



1.618
iCHAIR ORBIT

SEITE 10 – 11



1.620
iCHAIR SKY

SEITE 12 – 13



iCHAIR Relaunch

SEITE 14 – 15



LICHTKONZEPT

SEITE 16 – 17



iTRAVEL

SEITE 18 – 19



iMOVE

SEITE 20 – 21

1.155 NANO



Der neue Starrrahmenstuhl von MEYRA: Design in Vollendung

PURE DESIGN Der MEYRA Nano ist ein Starrrahmenrollstuhl mit offenem Rahmenkonzept. Durch eine kompakte Bauweise ergeben sich ein leichtes Handling und eine hervorragende Verladeeigenschaft. Der MEYRA Nano bietet eine Vielzahl von Einstellmöglichkeiten, sodass der Nutzer seinen Stuhl perfekt an seine Bedürfnisse anpassen kann.



Varioelement



Lenkradanbindung



Abklappbarer Rücken



Steckbare Seitenteile

Eigenschaften

- ✓ **SEHR HALTBARER UND STABILER ROLLSTUHL**
Einsatz eines optimalen Rohrdurchmessers mit idealer Wandstärke sowie einer hochqualitativen Lenkradanbindung
- ✓ **BESONDERS KOMPAKT**
Ein klappbarer Rücken serienmäßig und ein intelligentes Montagekonzept garantieren eine sehr kompakte Bauweise
- ✓ **ALLTAGSTAUGLICHER ROLLSTUHL**
Hohe Haltbarkeit bei möglichst geringem Gewicht

Einsatzbereich

- Bei Dauer- und Langzeitversorgungen
- Für Querschnittversorgungen
- Sehr gute Eignung für viele Krankheitsbilder, auch für schwer Betroffene
- Anwender ohne Funktionen der unteren Extremitäten (seitlicher Transfer, Antrieb über die Greifreifen)

Technische Daten

mit Radsturz in mm	0° min. 490 / max. 690 SB +170
Sitzflächenhöhe an Vorderkante (VSH) in mm	min. 450 / max. 530
Sitzflächenhöhe an Hinterer Kante (HSH) in mm	min. 360 / max. 510
Gesamthöhe in mm	min. 600 / max. 970
Rückengurthöhe jeweils um +/-, in mm	15 verstellbar
Rückenhöhe in mm	min. 250 / max. 450
Sitzbreite in mm	min. 300 / max. 500
Sitztiefe in mm	min. 380 / max. 500
Rahmenlänge in mm	min. 720 / max. 920
Rahmen kurz in mm	min. 760 / max. 840
Rahmen mittel in mm	min. 800 / max. 880
Rahmen lang in mm	min. 840 / max. 920
zul. Gesamtgewicht in kg	min. 139,5
max. Nutzergewicht in kg	130
Leergewicht in kg	min. 9,5
Transportgewicht in kg	min. 6,5 (ohne Seitenteile, Sitzkissen, Antriebsräder)

Maßtoleranzen ± 10 mm, ± 2°, Daten unter Vorbehalt konstruktiver Änderungen

1.254

CL 409

für den Bustransport



ORTOPEDIA
EINE MARKE VON MEYRA

Der zuverlässige Begleiter von MEYRA:
CL409 jetzt mit Buszulassung

Intuitive Bedienung mit einzigartiger Fahrwippe, ideal für die einfache Einfahrt in den Bus.



Bremse



Aufkleber „Bustransport“



Rahmen



Sitzsystem

Ob beim Shoppen im Einkaufszentrum oder beim Ausflug in den Park. Dank der neuen Handbremse an dem CL 409 ist sogar der Transport kein Problem mehr. Sie müssen sich nun keine Gedanken mehr über längere Strecken machen. Setzen Sie sich in den nächsten Bus, fahren Sie an den Ort, der Ihnen lieb ist und genießen Sie.

Technische Daten

Länge ohne Korb in mm	1.200
Breite in mm	610
Sitzhöhe in mm, verstellbar	420 – 480
Sitztiefe in mm	410
Rückenhöhe in mm	450
Sitzbreite in mm, verstellbar	450 – 670
Transporthöhe (bei umgeklappter Lenksäule und ohne Sitz) in mm	600
Anzahl der Räder	4
Raddurchmesser Lenkrad in mm	260
Raddurchmesser Antriebsrad in mm	260
Bodenfreiheit in mm	100
Hindernisüberwindung, max. in mm	60
Wendekreis (Radius) in mm	1.600
Motor-Dauerleistung in W	210
Motor-Spitzenleistung in W	850
Batterien in Ah	28,1 (5 h) / 35 (20 h)
Ladegerät in A	4
Elektronik in A	70
Reichweite, max. (unter Testbedingungen) in km	30
Zul. Steigungen / Gefälle in Grad (Prozent)	9° (16 %)
Leergewicht mit Batterie in kg	91,5
Zulässiges Nutzergewicht in kg	136
Zulässiges Gesamtgewicht in kg	230
Geschwindigkeit, max. in km/h	6

Maßtoleranzen ± 10 mm, ± 2°, Daten unter Vorbehalt konstruktiver Änderungen

1.06424



AMG ACTIVE
MOBILITY
GENERATION

1.064 jetzt mit elektrischem Sitzhub für noch mehr Mobilität in kleinsten Räumen

Der 1.06424 ist aufgrund seiner kompakten Maße der ideale Begleiter im Alltag. Der Hub bietet zusätzlich die Möglichkeit, verschiedenste Tätigkeiten im gewohnten Umfeld zu verrichten, z.B. Kochen, morgendliche Hygiene und das Erreichen höher gelegener Schränke oder stellen Sie sich Ihre perfekte Sitzposition an Tischen ein.



Mittelradantrieb



Einfache Bedienung



Zerlegbar in drei Teile



100 mm Hubhöhe,
separater Schalter für
Hubbedienung

Eigenschaften

- ✓ **MOBILITÄT IN KLEINSTEN RÄUMEN**
Kompakte Bauweise und höchste Wendigkeit durch Mittelradantrieb
- ✓ **LEICHT UND HANDLICH**
Gewicht je nach Batterietyp ab 47 kg; zerlegbar in drei Teile und damit einfaches Verladen im Pkw
- ✓ **HINDERNISSE IN DER WOHNUNG SIND KEIN PROBLEM**
Starke 200 Watt-Motoren ermöglichen selbst das Fahren auf dicken Teppichen

Einsatzbereich

- Für Personen mit eingeschränkter Mobilität
- Perfekt für den Innenbereich mit einem Wenderadius von 500 mm
- Auch für unterwegs der ideale Begleiter – zerlegbar in 3 Teile (Batterie, Sitz und Fahrwerk)
- Ausdehnung des Mobilitätsradius durch zusätzliche Liftfunktion

Technische Daten

Länge in mm	760
Breite in mm	580
Sitzhöhe in mm verstellbar	370 – 450
Sitztiefe in mm	400
Rückenhöhe in mm	400
Sitzbreite in mm verstellbar	470 – 570
Transporthöhe (bei umgeklappter Lenksäule und ohne Sitz) in mm	470
Raddurchmesser Lenkrad in mm	110
Raddurchmesser Antriebsrad in mm	220
Bodenfreiheit in mm	50
Hindernisüberwindung, max. in mm	15
Wendekreis (Radius) in mm	500
Motor-Dauerleistung in W	200
Motor-Spitzenleistung in W	800
Batterien in Ah	20,8 bei Lithium Batterien 14 bei Bleibatterien
Ladegerät in A	2
Elektronik in A	50
Reichweite, max. (unter Testbedingungen) in km	17 bei Lithium Batterien 10 bei Bleibatterien
Zul. Steigungen / Gefälle in Grad (Prozent)	3° (6 %)
Leergewicht mit Batterie in kg	47 bei Lithium Batterien 52 bei Bleibatterien
Zulässiges Nutzergewicht in kg	120
Zulässiges Gesamtgewicht in kg	170
Geschwindigkeit, max. in km/h	6

Maßtoleranzen ± 10 mm, ± 2°, Daten unter Vorbehalt konstruktiver Änderungen

1.618

iCHAIR ORBIT



Der neue Mittelradantrieb von MEYRA:
präzises Manövrieren auch in
beengten Räumen

Der iCHAIR Orbit ist ideal für Menschen, die auf einen äußerst kompakten und wendigen Rollstuhl Wert legen. Wie ein Planet um seine Umlaufbahn manövriert der Orbit präzise um Hindernisse bzw. auf der Stelle um sich selbst. Er ist daher optimal geeignet für beengte Räumlichkeiten und erlaubt eine äußerst intuitive Bedienung – auch mit Sondersteuerungen.



Optimale Wendigkeit



Variable Ausstattung z.B. elektrische Rückenverstellung



Doppeltes Stützrad



Geringe Gesamtbreite

Eigenschaften

- ✓ **INTUITIVES FAHREN**
Dreht sich durch den vorhandenen Mittelradantrieb um den Körperschwerpunkt auf der Stelle und um Hindernisse herum
- ✓ **AUTONOMES AUFSTEHEN MÖGLICH**
Aufstehhilfe; Kantelung von -45° bis $+45^\circ$ mit individuell programmierbaren Bewegungsabläufen
- OPTIMALE ANPASSUNG**
Verschiedene Radgrößen; 8", 12/14", 2 Varianten Stützräder
- ✓ Nutzergewicht 120 kg / 160 kg
Verschiedene Sitzsysteme
Große Verstellbereiche

Einsatzbereich

- Besonders geeignet für den Innenbereich: Äußerst wendig durch Mittelradantrieb und durch die geringe Gesamtbreite, das Drehen um die eigene Achse unterstützt bei engen Manövern
- Auch geeignet für den Außenbereich: Große Stabilität und präzises Manövrieren durch starr angebundene Lenkräder
- Für den dauerhaften Gebrauch zur selbstständigen Mobilität, auch bei stärkeren Funktionsstörungen

Technische Daten

Sitzbreite in mm	380 – 650
Sitztiefe in mm¹⁾	400 – 560 / 400 – 560 / 480 – 530
Sitzhöhe vorn in mm²⁾	425, 460, 495 / 450, 485, 520
Rückenhöhe in mm³⁾	450 – 500 / 530 – 580 / 640
Unterschenkellänge in mm³⁾	280 – 450
Armlehnenhöhe in mm³⁾	240 – 350
Länge mit Fußstützen min. in mm⁴⁾	1.200 / 1.080
Länge ohne Fußstützen min. in mm⁴⁾	940
Breite fahrbereit min. in mm	590 / 590 / 630 / 690 bei 12" (640 / 640 / 640 / 690) bei 14" Motor 350 W / 14"
Höhe ohne Kopfstütze in mm⁵⁾	960
Transporthöhe min. in mm	630
Zulässige Steigung/Gefälle in Prozent	15
Hindernishöhe in mm	60
Bodenfreiheit in mm	70
Wenderadius (mit zentraler Beinstütze) in mm⁴⁾	630
Wenderadius (mit Einzelbeinstütze) in mm	750
Transportleergewicht min. in kg	120
Personengewicht max. inkl. Zuladung in kg	120 / 160
Zuladung max. in kg	10
Fahrgeschwindigkeiten in km/h	6 / 10
Motorleistung in W	2 x 180 / 2 x 350
Reichweite mit Batterie 50 Ah (20h) max. in km	35
Lenk- / Antriebsräder in Zoll	8 / 12 / 14
Sitzkantelung elektrisch in Grad	0 bis 30 / 0 bis 50
Sitzkantelung mechanisch in Grad	1, 4, 7, 10
Aufstehhilfe elektrisch (negative Kantelung) in Grad	-45 bis 45
Rückenwinkel elektrisch in Grad	-10 bis 50
Lift in mm	300

¹⁾ Sitzsysteme: Standard / ErgoSeat / Recaro | ²⁾ gemessen bei 0° Sitzwinkel, 12/14"
³⁾ bis Sitzplatte ohne Kissen | ⁴⁾ Einzel-/Zentrale Beinstützen | ⁵⁾ mit Anpassrücken
Maßtoleranzen ± 10 mm, $\pm 2^\circ$, Daten unter Vorbehalt konstruktiver Änderungen

1.620

iCHAIR SKY



Der neue MEYRA Aufstehstuhl:
optimale Anpassung durch
Memory-Funktion

Durch die kompakten Maße ist der wendige Stehstuhl mit Mittelradantrieb für enge Räume im Innen- und Außenbereich perfekt geeignet. Sein biomechanisches Sitzsystem in Kombination mit der Memory-Funktion sorgt für individuelle Anpassung und beste Bedienerfreundlichkeit. So stärkt der iCHAIR Sky Körper und Selbstbewusstsein sowie die individuelle Mobilität.



Biomechanisches
Sitzsystem



Memory-Funktion



Aufstehfunktion aus jeder
Position möglich



40° Kantelung

Eigenschaften

- ✓ **SCHNELLE INDIVIDUELLE ANPASSUNG**
Vielzahl von Memory-Einstellmöglichkeiten, nutzergerechte Bewegungsabläufe und Positionierungen einstellbar
- ✓ **BEQUEMES, GESUNDES SITZEN UND STEHEN**
Große elektrische Verstellbereiche
Großer Stehwinkel
Biomechanischer Sitz
- ✓ **PRÄZISES MANÖVRIEREN**
Optimale Wendigkeit durch geringe Gesamtbreite (65 cm) inkl. Mittelradantrieb

Einsatzbereich

- Besonders wendig durch Mittelradantrieb und eine geringe Gesamtbreite
- Für Nutzer, die individuell einstellbare Bewegungsabläufe und Positionen benötigen, insbesondere für Benutzer mit stärkeren Funktionsstörungen, wie z.B. hohen erworbenen oder angeborenen Querschnittslähmungen, Schädel-Hirn-Trauma oder auch Muskelerkrankungen im fortgeschrittenen Stadium (z.B. Muskeldystrophie Duchenne), ALS, Dekubitus, Störungen der Lungenfunktion

Technische Daten

Sitzbreite in mm	400 – 500
Sitztiefe in mm	410 – 535
Sitzhöhe in mm ¹⁾	450 / 485 / 520
Rückenhöhe in mm	590
Unterschenkelhöhe in mm ¹⁾	400 – 510
Armlehnenhöhe in mm	240 – 350
Länge in mm ²⁾	1100 / 920
Breite in mm	650
Zulässige Steigung/Gefälle in Prozent	12
Hindernishöhe in mm	60
Bodenfreiheit in mm	70
Wenderadius in mm ³⁾	530 / 625
Personengewicht max. in kg	140
Geschwindigkeit in km/h	6 / 10
Motorleistung in Watt	350
Reichweite mit Batterie in km	35 / 40
Lenk- / Antriebsräder in Zoll	6 – 7 / 14
Sitzkantelung elektrisch in Grad	40
Rückenwinkel elektrisch in Grad	90 – 180
Lift in mm	200

¹⁾ bis Sitzplatte | ²⁾ mit / ohne Beinstütze | ³⁾ ohne/ mit Fußstütze
Maßtoleranzen ± 10 mm, ± 2°, Daten unter Vorbehalt konstruktiver Änderungen

iCHAIR

Relaunch



Die iCHAIR Familie im neuen Look:
jetzt mit neuem Farbkonzept und
innovativer Produktgestaltung



Neue Frontleuchten



Neue Räder



Neue Seitenteile



Neue Polsterung

Neues Farbkonzept

- ✓ **FAHRWERKSRAHMEN**
in mattschwarzer Struktur
- ✓ **SITZ-/RÜCKENROHRE, AKZENT-SEITENTEIL, GETEILTE BEINSTÜTZEN, FELGENEINSÄTZE**
in gewünschter Standardfarbe

Ohne Aufpreis:
mattschwarz struktur (ohne Felgeneinsätze)

Mit Aufpreis:
polarweiß, magic blue, redmetallic, lemonreflex, sonnengelb

Neue Produktausstattung

- ✓ **NEUER BEZUG**
für den ErgoSeat, mit Nähten in grau
- ✓ **NEUER KLEIDERSCHUTZ**
in schwarz mit farbigem Akzent in Rahmenfarbe
- ✓ **NEUE KLEINERE FRONTLEUCHE**
- ✓ **NEUE RÄDER (BEREIFUNG UND FELGEN)**
Räder, schwarz (abriebresistent)
Felgen, carbonfarbig

Basisausstattung

- Fahrwerksrahmen, mattschwarz struktur
- Sitz-/Rückenrohre/geteilte BS, mattschwarz struktur
- Räder, schwarz (abriebresistent)
- Felgen, carbonfarbig
- Rücken, Standardsitz in schwarz

Technische Daten

Alle Technischen Daten zu den iCHAIR Modellen sind per Download unter www.meyra.de verfügbar.

MEYRA®

LICHTKONZEPT



LED-Leiste mit 14 integrierten LEDs



Per Smartphone steuerbar



Lichtkegel einstellbar



Ladebuchse / Einschaltknopf

*Das neue Lichtkonzept von MEYRA:
Modern. Sicher. Innovativ.*

Eigenschaften

- ✓ **DAS FUSSBRETT**
mit einer integrierten Lichteinheit, bei vielen weiteren Produkten nachrüstbar
- ✓ **DIE SERIENMÄSSIGE WINKELFUNKTION**
die LED-Leiste lässt sich an jeden Einsatzbereich anpassen
- ✓ **BLUETOOTH SCHNITTSTELLE**
die LED-Leiste lässt sich mithilfe der Smartphone-Steuerung leicht in das moderne Leben integrieren

Optionen

- Das Lichtkonzept zeichnet sich durch eine 10-stündige Batterieleistung aus
- Die LED-Leiste ist mit einem Kantenschutz ausgestattet
- Der Lichtkegel an der LED-Leiste ist einstellbar

iTRAVEL



AMG ACTIVE
MOBILITY
GENERATION

*Der neue Reiserollstuhl von MEYRA:
Einkaufen. Reisen. Arbeiten.*

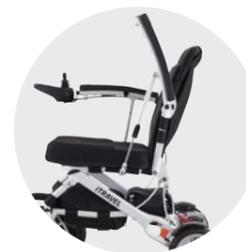
Der i-Travel ist der neue elektrische Leichtgewicht-Reiserollstuhl von MEYRA mit einem Gewicht von gerade mal 22 kg. Er ist für aktive Menschen der ideale Begleiter beim Einkaufen, Arbeiten, Reisen. Er lässt sich mit einem Handgriff einfach zusammenfallen.



Rückenverstellung



Sitzsystem



Hochklappbare Armlehnen



Transport - gefalteter
Zustand

Eigenschaften

- ✓ **GARANTIERT BESTMÖGLICHES VERLADEN**
Äußerst geringes Gewicht (22 kg)
- ✓ **DAS SITZSYSTEM BIETET HÖCHSTEN KOMFORT AUCH BEI LÄNGEREN AUSFAHRTEN**
Einsatz modernster Kaltschaumtechnik in Verbindung mit einem anatomisch geformten Sitzbezug bieten den höchsten Sitzkomfort
- ✓ **EIN ENTFERNEN VON ANBAUTEILEN ZUM VERLADEN DES ROLLSTUHLIS IST NICHT NOTWENDIG**
Seitenteile und Beinstützen klappen mit ein

Einsatzbereich

- Elektrorollstuhl für Reise und Freizeit

Technische Daten

Gesamtlänge in mm	970
Gesamtbreite in mm	560
Gesamthöhe in mm	870
Gewicht (ohne Batterie) in kg	22
Nutzer Gewicht in kg	120
Geschwindigkeit in km/h	6

Maßtoleranzen ± 10 mm, ± 2°, Daten unter Vorbehalt konstruktiver Änderungen

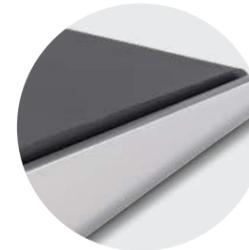
iMOVE



AMG ACTIVE
MOBILITY
GENERATION

Der neue Bewegungstrainer von MEYRA: unkompliziertes Bewegungstraining ganz nebenbei im Sitzen

Der MEYRA iMove ist die aktive Beinstütze im Sitzen. Der iMove bringt den Körper in Schwung und steigert das allgemeine Wohlbefinden. Er ist ein neues innovatives Bewegungsgerät, das sich dadurch auszeichnet, dass er klein und leicht ist und darüber hinaus effektiv und vielseitig.



Hochwertiges Aluminium-
gehäuse



Intuitive Bedienung



Per Fernbedienung
steuerbar



Per App steuerbar

Eigenschaften

JEDER KANN GEMÄSS SEINEN BEDÜRFNISSEN DAS GERÄT FÜR SICH EINSTELLEN

- ✓ Die Wellengeschwindigkeit kann in Frequenzschritten reguliert werden, persönliche Trainingsziele können per APP definiert und gemessen werden

EINFACHE ANWENDUNG

- ✓ Der iMove kann über eine APP, über eine Fernbedienung sowie direkt am Gerät bedient werden

NEBENBEI ANWENDBAR

- ✓ Der iMove kann z.B. am Schreibtisch, Küchentisch, Sofa und Rollstuhl genutzt werden

Einsatzbereich

- Unkompliziertes, äußerst gelenkschonendes Bewegungstraining ganz nebenbei im Sitzen
- Lockert die Muskulatur und entspannt. Stoffwechsel und Durchblutung werden angeregt und können Lymph- und Venenabfluss fördern
- Entlastung müder und schwerer Beine, Anregung der Venenpumpe, Verbesserung der Durchblutung und Lockerung von Schulter und Nacken
- Als Einschlafhilfe geeignet

Technische Daten

Typenbezeichnung	MEYRA iMove
Seriennummer	siehe Typenschild
Gewicht in kg	ca. 5
Max. Belastbarkeit in kg	25
Gesamtmaße (L x B x H) in mm	320 x 340 x 90
Frequenz in Hz	ca. 1 - 12
Max. Amplitude in mm	ca. +/- 4
Hub in mm	ca. 8
Netzteil	MW Modell Nr. GST60A24-P1J
Input	100 - 240 Volt AC, 50/60 Hz, 1,4 A
Output	24 Volt, Gleichspannung 2,5 A
Leistungsaufnahme in Watt	max. 60

Maßtoleranzen ± 10 mm, $\pm 2^\circ$, Daten unter Vorbehalt konstruktiver Änderungen



MEYRA® AUF DEM WEG ZUR GLOBALEN MARKE



MEYRA erhält ein neues Logo.
Das Signet unterstreicht die
Kompetenz der Marke.

WARUM MEYRA?

Vier gute Gründe

1

Langlebig
unser Qualitätsversprechen

2



Belastbar
höchste Testanforderungen

3

Lösungsorientiert
nach Krankheitsbildern

4

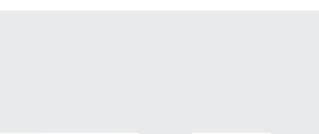
Modular
einfache Ersatzteilversorgung

Darum MEYRA!

MEYRA – WIR BEWEGEN MENSCHEN

Über 50.000 m² Grundstücksfläche, 20.000 m² überdachte Produktionsfläche mit mehr als 20.000 Produktionseinheiten pro Jahr und darüber hinaus ein mehrfach prämiertes Gesundheitssystem für Mitarbeiter gewährleisten echte deutsche Qualität.





MEYRA GmbH

 Meyra-Ring 2
D-32689 Kalletal-Kalldorf

 Tel +49 5733 922 - 311
 Fax +49 5733 922 - 9311

 info@meyra.de

www.meyra.de

Bitte beachten Sie, dass die Modelle in verschiedenen Ländern variieren oder nicht verfügbar sein können. Ident-Nr. 261 523 000

MEYRA 09.18 Technische Änderungen unserer Produkte sowie Druckfehler und Farbabweichungen in unseren Drucksachen behalten wir uns vor.

Bildnachweis: Seite 10 © „JohanSwanepoel“ – stock.adobe.com; Seite 12 © „mozZz“ – stock.adobe.com; Seite 17 © „Artco“ – stock.adobe.com; Seite 18 © „Alex Green“ – stock.adobe.com