

## INRICHTING WERKPLEKKEN

In de Arbowet is opgenomen dat de inrichting van de arbeidsplaatsen, de werkmethoden en de bij de arbeid gebruikte arbeidsmiddelen evenals de arbeidsinhoud, zoveel als redelijkerwijs kan worden gevegd, moeten zijn aangepast aan de persoonlijke eigenschappen van werknemers. Tijdens het ontwerp moet zeker gekeken worden naar aspecten als veiligheid, fysieke en mentale belasting voor de werknemers en factoren als geluid, klimaat en verlichting.

Het ontwerp van de werkplek is afhankelijk van kenmerken van de uit te voeren taak: de inrichting dient op basis van de uit te voeren taken en taakkenmerken plaats te vinden. Handelingen moeten zoveel mogelijk in een logische en vloeiende volgorde kunnen plaatsvinden. Rekening moet worden gehouden met de aan- en afvoer van producten (bijvoorbeeld tillen voorkomen) en de daarvoor noodzakelijke hulpmiddelen evenals met de aard van de bewerkingen.

Ontwerp is ook afhankelijk van kenmerken van de werknemers: de lichaamsafmetingen van mensen zijn belangrijke gegevens voor het ontwerpen van werkplekken. De hoogte van het einde van een lopende band die geschikt is voor een persoon van gemiddelde lengte kan voor een korte of lange werknemer ongunstig zijn. Als verschillende werknemers van de zelfde werkplek gebruik moeten maken betekent dit dat in de praktijk vaak verstel- of instelmogelijkheden aangebracht zullen moeten worden. De taak die de werknemer uitvoert en de lichaamsafmetingen van de werknemer(s) zijn dus de belangrijkste factor voor het bepalen van de meest geschikte werkhoogte.

### Risico

Wanneer een werkplek niet goed ontworpen is, is het productieproces niet optimaal, is de kans op veiligheidsrisico's / incidenten groter en kunnen de werknemers fysiek en mentaal niet goed functioneren.

### Eisen

Eisen voor de werkhoogte zijn:

- De hoogten van aan en afvoertransportbanen zijn afgestemd op de gemiddelde lengte van de werknemers.

Eisen voor reikafstanden / indeling van het werkvlak zijn:

- de reikafstanden voor de plaatsing van producten en hulpmiddelen (zoals bij transportbaan) moeten zodanig zijn dat de kleinste vrouw en kleinste man er nog bij kunnen. De frequentie van de handelingen bepaalt de plaats waar deze verricht moeten worden.

Daarbij zijn de volgende maximale waarden voor de reikafstand wenselijk:

- continue handelingen : 30 cm (gebogen arm);
- frequente handelingen : 45 cm (min of meer gestrekte arm);
- incidentele handelingen: 60 cm (lichaam licht gebruiken / buigen).

Eisen voor de zitwerkplek zijn:

- een zitwerkplek dient zodanig te zijn ingericht dat de natuurlijke krommingen in de rug behouden blijven;
- wanneer het werkvlak niet verstelbaar is kunnen aanpassingen noodzakelijk zijn door gebruik van een voetenplank voor kortere werknemers en het gebruik van verlengstukken voor langere werknemers;
- er dient voldoende beenruimte voor de werknemer aanwezig te zijn.

Eisen voor de stawerkplek zijn:

- staande werken dient zoveel mogelijk te worden vermeden omdat de beenspieren aanhoudend aangespannen worden en als men wat voorovergebogen werkt neemt de belasting van de rugspieren aanzienlijk toe;

- staande werken gaat wel gepaard met een vrije mobiliteit en kan gemakkelijk afgewisseld worden met lopen;

Eisen voor de gecombineerde werkplek voor zitten en staan zijn:

- de gecombineerde zit-/stawerkplek kan toegepast worden op plaatsen waarbij langdurig staan noodzakelijk en zelfs onvermijdelijk is.

## **Wensen**

Vanwege de verschillen in lichaamslengtes en verschillen in productkenmerken is het wenselijk dat het werkvlakken in hoogte instelbaar zijn met een verstelbereik van minimaal 20 cm.. Een andere, minder optimale oplossing is het gebruik maken van bordesjes. Deze bordesjes moeten voldoende ruim van afmeting zijn (ter voorkoming vallen en struikelen):

- Het werken met een gebogen of gedraaide rug moet zoveel mogelijk worden voorkomen.
  - Een stasteun heeft zin wanneer zittend werk niet mogelijk is vanwege het ontbreken van mogelijkheden om voldoende been- en voetruimte te creëren, of bij het hanteren van zware voorwerpen of bij de noodzaak voor een groot zicht en reikbereik.
-