

## Fysieke belasting door verkeerde werkhoogte

*In hoogte verstelbare werktafel of balie*

### BESCHRIJVING

Op SNBV zijn verschillende typen werktafels beschikbaar. Veel van deze werktafels zijn handmatig of elektrisch in hoogte te verstellen.

### AFSPRAAK

- SNBV stelt bij staand en/of zittend werk doelmatige voorzieningen ter beschikking.
- Bij het verrichten van werkzaamheden kunnen de voorzieningen door de werknemer, door middel van de instelmogelijkheden, steeds op een juiste werkhoogte worden ingesteld.
- Werk wordt zoveel mogelijk zittend verricht.
- Bij zittend werk worden alle regelmatig voorkomende handelingen binnen het zichtgebied en normale werkbereik van handen uitgevoerd.
- Medewerkers die regelmatig staand- en/of zittend werk verrichten, kunnen op aanvraag door de arbeidshygiënist of preventiemedewerker begeleid worden bij de juiste instelling van het meubilair en het aannemen van de juiste werkhouding.



### WAT LEVERT HET OP

De gezondheidsklachten bij staand- en zittend werk kunnen worden voorkomen, doordat de medewerkers weten wat een juiste werkhouding is en zich bewust zijn van de mogelijke lichamelijke klachten als gevolg van een onjuiste werkhouding en/of meubilair.

### WETGEVING

Arbo-besluit 5.4: de werkgever is verplicht bij staand- en zittend werk doelmatige voorzieningen ter beschikking te stellen.

### ACHTERGROND INFORMATIE

#### Juiste werkhoogte algemeen

Richtinggevend voor een goede werkhoogte is de situatie dat de werkzaamheden kunnen worden uitgevoerd met ontspannen schouders. De lichaamsafmetingen van de werknemer, de aard van de te verrichten werkzaamheden en de te bewerken producten, dienen als basis voor de bepaling van zowel de zitting hoogte van de werkstoel als de werkhoogte. Voor een werkplek met gecombineerd zittende en staande werkzaamheden, is de werkhoogte op staand werk berekend. Voor een vaste, niet instelbare werktafel geldt een hoogte van 72-76 centimeter. De zitgelegenheid voldoet aan de norm NEN-EN 1335/NPR 1813.

#### Juiste werkhoogte specifiek

##### *Kantoorwerk*

Bij kantoorwerk voldoet de zitgelegenheid aan de norm NEN –EN 1335/NPR 1813 en de werktafel aan NEN 2449.

##### *Baliewerk*

Het meubel waarin baliewerk wordt verricht, biedt voldoende bewegingsvrijheid aan de medewerker. De zitgelegenheid voldoet aan de norm NEN – EN 1335/NPR 1813. In combinatie met beeldschermwerk is de stoel tevens voorzien van in hoogte en diepte verstelbare armsteunen. De inrichting van het baliemeubel maakt het mogelijk dat werknemer en bezoeker elkaar min of meer op gelijke ooghoogte kunnen aankijken.

Indien baliewerk wordt gecombineerd met beeldschermwerk, dan zijn tevens de afspraken met betrekking tot beeldschermwerk van toepassing.

##### *Meld- en regelkamers*

Gezien de grote variatie in lichaamsafmetingen van mensen is de werkhoogte bij voorkeur elektrisch instelbaar op werkplekken die door verschillende medewerkers worden gebruikt, bijvoorbeeld in continudienst.

### MEER INFORMATIE

#### Via de HSE Office:

AI-8 Zittend en Staand werk.

#### Op Intranet:

Verantwoord Beeldschermwerk.

Op Internet:  
[www.arboportaal.nl](http://www.arboportaal.nl), zoekterm 'Beeldschermwerk'.

**BIJZONDERHEDEN:**

**RISICOTYPERING** : 5.1, 5.2, 5.6

**BEHEERSMAATREGEL** : A