

Ontwerprichtlijnen Ergonomie



Tillen (>3kg)

Max. 1 ton/uur of 6 ton/dag tillen
Max. draagafstand: 10m
Max. 25kg tillen
Max. 15kg frequent tillen (2x/min)
Max. 10kg boven schouderhoogte
Werkhoogte handen: 90-105cm
Aanvaardbare tilhoogte: 45-135cm
Max. 1m80 hoog
Handvat of uitsparing aanwezig
Min. vrije ruimte: 90x90cm



Trekken en duwen

Max. duwafstand: 60m per keer
Max. duwafstand: 1200m per dag
Max. 600kg voor transpallet
Max. 300/400kg voor kar (los/vast)
Verticale duwbaar: 90-120cm
Horizontale duwbaar: 105cm
Vlakke en harde ondergrond
Maximale helling van 2°
Losse wielen aan duwzijde

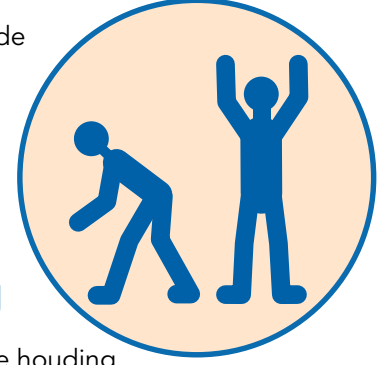


Repetitief werken (<3kg)

Max. 4u per dag
Max. 2u zonder onderbreking 10'
Max. 30 handbewegingen/minuut
Maximale reikafstand

- 30cm: >10x/min
- 45cm: >2x/min
- 60cm: <2x/min

Regelmogelijkheden voorzien
Buffer voorzien



Werkhouding

Max. 30min/dag extreme houding
Max. 30" eenzelfde houding
Werkhoogte handen: 90-105cm
Max. 1m80 hoog en 60cm ver
Vrije voetruiimte: 15cm hoog en diep
Werkruimte: 90cm doorgang
Werkruimte: 120cm doorgang met passage



Staand werken

Max. 4u/dag op beperkte zone (<2m)
Max. 1u/dag continu op beperkte zone
Min. 3x15' zittende pauze bij statisch staan (8u)
Vrije voetruiimte: 15cm hoog en diep
Vrije oppervlakte: >90x90cm
Zachte ondergrond

Ontwerprichtlijnen Ergonomie

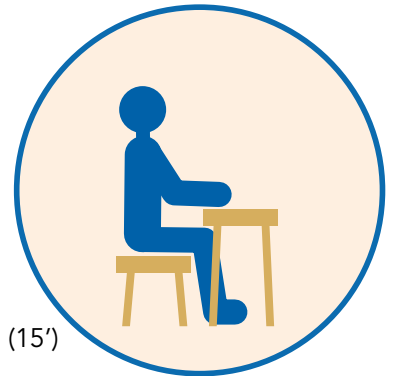
Geknield werken

Max. 30min/dag
Max. 30x/uur
Max. 15min continu
Vrije hoogte: 120cm
Werkhoogte aanpassen
Vlakke ondergrond
Vrije oppervlakte: 90x120cm



Zittend werken

Max. 6u/dag zitten
Max. 2u zonder onderbreking (15')
Verstelbare werktafel
Vaste tafel 86cm hoog (precisie 90cm)
Dikte werkblad: max. 5cm
Vrije beenruimte: 60cm diep, 75cm hoog
Voetensteun: >35x45cm
Trillingen: <0,5m/s²



Werken met beeldschermen

Min. 5m² per persoon
Min. 1m² per kast, deur, extra tafel, ...
Doorgang individuele werkplek: >90cm
Doorgang werkplekken langs elkaar: >120cm
Doorgang werkplekken rug aan rug: >180cm
Afscherming in de rug
Verlichting: >500 Lux



Vermoeiend werken

Max. 4km/dag wandelen
Max. 10min/dag trappen
Max. 10min klimmen op ladder per dag
Max. 1ton/uur of 6ton/dag tillen
Max. 1200m/dag trekken en duwen
Min. 2x15' pauze bij wandelen (8u)



Verplaatsen van personen

Passage: >90cm
Passage voeteinde bed: >120cm
Ruimte rondom bed/bad/toilet: >90cm
Draaicirkel rolstoel: >150cm
Vrije beenruimte rolstoel: >75cm hoogte
Bediening vanuit rolstoel: 90-120cm
Meubilair op wielen

