

Participatieve ergonomie

Margot Himpe - IKEA



www.verv.be

info@verv.be

Workshop - participatieve ergonomie

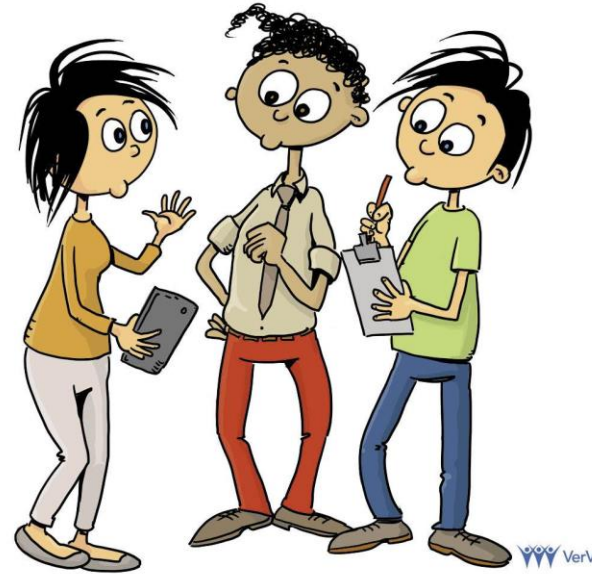
► Participatieve ergonomie (PE):

“de **betrokkenheid** van de personen **die werk en taken uitvoeren** bij het **ontwerp en herontwerp** van het systeem waarin hun werk en taken plaatsvinden (en de componenten ervan).

[Europees Agentschap voor Veiligheid en gezondheid op het werk](#)

Workshop - participatieve ergonomie

“Niemand kent een baan beter dan degene die de functie vervult. Het is dus logisch dat werknemers worden betrokken bij het in kaart brengen van risico's en het vinden van oplossingen.”



Workshop - participatieve ergonomie

- ▶ Op elke tafel ligt een tekening van een “bestaande situatie”.
- ▶ De bestaande installaties/werkposten worden vernieuwd. De ontwerpgroep roept jou erbij als ergonomoom om de bestaande situatie te bekijken en een advies te formuleren voor zijn nieuwe ontwerp. Er wordt een participatieve sessie georganiseerd om rond deze case aan de slag te gaan.

Workshop – participatieve ergonomie

- ▶ Vergelijk de bestaande situaties met de ontwerprichtlijn:
 - a) Welke risico's zie jij in de bestaande situaties?
 - b) Welke maatregelen adviseer jij aan de projectgroep op basis van de ontwerprichtlijnen?
 - c) Wat zijn de volgende stappen voor jou in het ontwerpproces?

- ▶ Aanpak:
 - ▶ 1 groepje per tekening
 - ▶ Beantwoord de vragen op de bladen
 - ▶ Op het einde licht elk groepje de bevindingen toe aan de ganse groep

Ontwerprichtlijnen Ergonomie

Tillen (>3kg)

Max. 25kg tillen
Max. 15kg frequent tillen (2x/min)
Max. draagafstand: 10m
Max. 1m80 hoog
Max. 10kg boven schouders
Handvat aanwezig
Vrije ruimte: 90x90cm



Trekken en duwen

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



Repetitief werken (<3kg)

Max. 2u zonder onderbreking 10'
Max. 30 handbewegingen/minuut
Maximale reikafstand
• 30cm : >10x/min
• 45cm: >2x/min
• 60cm: <2x/min
Vrije opening >30x30cm



Werkhouding

Werkhoogte handen: 90-105cm
Werkzone aanvaardbaar: 45-135cm
Max. 30° eenzelfde houding
Max. 2x/min rug >60° of nek >30° buigen
Max. 2x/min schouders >60° heffen



Staand werken

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



Ontwerprichtlijnen Ergonomie

Gekniel werken

Max. 30min/dag
Max. 30x/uur
Max. 15min continu
Max. 1min/uur continu
Vlakke ondergrond



Zittend werken

Max. 6u per dag zitten
Max. 2u zonder onderbreking (15')
Verstelbare werktafel
Vaste tafel, 85/90cm hoog
Dikte werkblad, max. 5cm
Voetensteun >35x45cm



Werken met beeldschermen

Doorgang individuele werkplek, >90cm
Doorgang werkplekken langs elkaar, >120cm
Doorgang werkplekken rug aan rug, >180cm
Min. 6m² per persoon
Min. 1m² per kast, deur, extra werkvlak,...
Afscherming in de rug
Min. 2m dieptezicht



Vermoeidheid

Max. 1 ton/uur of 6 ton/dag
Max. 4km/dag wandelen
Max. 2km/dag duwen
Max. 10min trappen per dag
Max. 10min beklimmen ladder per dag



Verplaatsen van personen

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



Vragen

- a) Welke risico's zie jij in de bestaande situaties?
- b) Welke maatregelen adviseer jij aan de projectgroep op basis van de ontwerprichtlijnen?
- c) Wat zijn de volgende stappen voor jou in het ontwerpproces?

Cases

1. Nieuwe balie
2. Winkelkarren verzamelen
3. Afwassen
4. Rekken vullen op hoogte

Bespreking

