

## **Interessegroep Arbeid “staand werken” 30 oktober 2008**

### **Robin Witteveen (Witteveen projectinrichting)**

Aandachtspunt: beeldschermwerk

Zit-/statafels gecombineerd met de zadelstoel:

- Beter voor de rug – maar wel afwisselen
- Productiviteit neemt toe
- Kwaliteit stijgt (bv alarmcentrale: mensen die moeilijke beslissingen moeten nemen staan liever)
- Creativiteit neemt toe
- Dynamiek neemt toe
- Communicatie neemt toe

Nadelen van zitten is dat spieren weinig worden gebruikt. Daarnaast beperking van bloedcirculatie. Witteveen adviseert een zadelstoel zodat de tafel in stastand meer gebruikt wordt. Problemen zijn wel de implementatie; er moet een training worden gegeven en de bekabeling moet ook goed geregeld zijn, zodat stastand wel mogelijk is! Advies: zadelstoel alleen bij een statafel gebruiken om dat je dan het bekken kan kantelen.

### **Nicolien de Lange (Vhp Adviseurs)**

In het casino is al jaren discussie over zittend en staand werken. Er zijn veel klachten aan het bewegingsapparaat in het casino. Bij voorbeeld bij de black jack tafel. De omstandigheden bij deze tafel zijn al heel erg aangepast:

- De steunbalk is versmald
- De schudmachine is aangepast
- De afstand tot de box is verkleind
- Er is een swingschema zodat de werkzaamheden worden afgewisseld.

Daarnaast is er een zit- en stabeleid. Staan is minder belastend voor nek & schouders. Na het nemen van al deze maatregelen is het verzuim heel erg afgenomen. Niet zeker is door welke maatregel precies omdat er zo veel maatregelen zijn genomen. Nu is er veel weerstand tegen het staand werken. Bovendien zijn er nog steeds veel klachten aan het bewegingsapparaat. Daarom is er een evaluatiestudie verricht, in samenwerking met de Vrije Universiteit Amsterdam. Van de croupiers is het EMG van de mm. Trapezius gemeten. Zittend (statisch) werken vergeleken met staand (dynamisch) werken reduceerde de spierspanning met 30%. Dit geeft de medewerkers het inzicht dat zittend werken beter is dan staand werken. Wel is het van belang bij zittend werken de reikafstanden te verkleinen!

## **Merle Blok (TNO Arbeid)**

Er is onderzoek gedaan door TNO naar de tevredenheid, efficiëntie en effectiviteit van in hoogte verstelbare vergadertafels. In Nederland en de rest van de wereld wordt veel vergadert. Een trend in de kantoren is dat er veel minder individuele werkplekken nodig zijn; er is focus op vergaderruimte nodig, om deze goed in te richten. Vergaderen is een breed begrip. Het kan een informatieve bijeenkomst zijn, een brainstorm, etc. Als de vergaderruimte goed wordt ingericht kan dit de arbeidsproductiviteit verhogen. In dit experiment is met behulp van een vragenlijst en observatie gekeken naar het meubilair, de schermen en de gezichtslijnen. Zittend en half zittend is met elkaar vergeleken. Een meerderheid van de proefpersonen (66%) gaf aan zo te willen blijven werken, met instelbare vergadertafels (waarbij een staande werkhouding mogelijk is). Er was geen significant verschil in groepsinteractie en tevredenheid tussen de beide condities. Er was wel meer beweging in de half zitten conditie.