ERGONOMIE IN DE SLATEELT

ERGONOMIE IN 4 PRINCIPES

1. STAAND WERK

Wat is staand werk?
Medewerker blijft staan op een vierkante meter meer dan 1u achter elkaar en meer dan 4u op dagbasis.

Mogelijke oplossingen:
- **Anti-vermoeidheidsmat**
- Jobrotatie

2 TILLEN

Tips **heffen en tillen**
1. Sta in evenwicht
2. Houd gewrichten in de neutrale positie
3. Werk met de handen dicht bij de romp
4. Gebruik de kracht van eigen lichaamsgewicht en van de beenspieren
5. Zet de beweging rustig in
6. Beweeg handen en voeten in dezelfde richting

3. REIKAFSTAND

De **maximale reikafstand** wordt bepaald door de frequentie van de uit te voeren handeling.
Bij frequent reiken (>10x/min) is de maximale reikafstand 30 cm. Bij regelmatig reiken (< 10x/min) is de maximale reikafstand 45 cm.

Mogelijke oplossing:
- Vul de plateau **niet steeds vanaf één zijde**.

4. WERKHOOGTE

Een goede werkhoogte wordt bepaald door de aard van het werk en de hoogte van de gereedschappen en werkstukken. Vermijd dat je voorover buigt bij het vullen van de bak.

Goede werkhoogte: (midden van de bak)
- **Bakhouder** : 102 cm – hoogte bak
- **Transportband** : 102 cm – hoogte bak

Europees Landbouwfonds voor Plattelandsontwikkeling: Europa investeert in zijn platteland
pcg
inagro ONDERZOEK & ADVIES IN LAND- & TUINBOUW
Proefstation voor de Groenteteelt
idewe
Vlaanderen verbeelding werkt