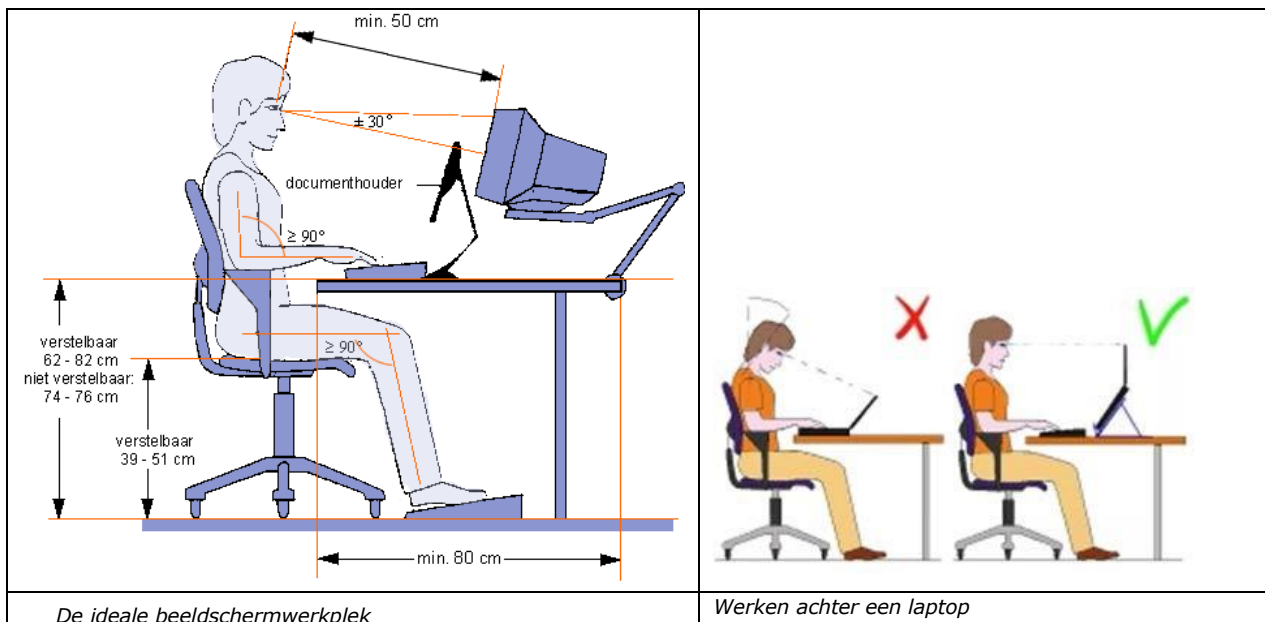


De ideale beeldschermwerkplek

- Het meubilair is geschikt voor beeldschermwerk en is ingesteld op de lichaamsafmetingen van de gebruiker.
- De stoel is instelbaar voor wat betreft zithoogte, zitdiepte, rugleuninghoogte en armleghoogte en heeft eventueel ook een kantelmogelijkheid.
- Er is voldoende ruimte rond het beeldscherm en er zijn geen obstakels die het werk belemmeren (ook niet onder het werkblad).
- De medewerker kan altijd recht voor het beeldscherm zitten, de rug of nek hoeft niet voortdurend gedraaid of gestrekt te worden.
- De medewerker houdt rekening met de indeling van het bureau. Hij of zij zorgt voor een plek op het bureau om te schrijven, te lezen en om aan het beeldscherm te werken.
- De medewerker hoeft de ogen niet steeds op een andere leesafstand in te stellen. Het beeldscherm, het toetsenbord, de concepthouder en de leespapieren zijn ongeveer even ver van de medewerker verwijderd.
- De kijkafstand ligt tussen de 50 en 70 cm.
- Er is weinig contrast in verlichtingssterkte tussen het beeldscherm en de omgeving.
- Er zijn geen spiegelingen in het beeldscherm door buiten- of binnenverlichting. Zonwering en indirecte verlichting helpen hierbij.
- Waar medewerkers flexibele werkplekken hebben, zijn ook de bureaus gemakkelijk in hoogte verstelbaar.
- Een beeldscherm en een toetsenbord zijn afzonderlijke onderdelen van de randapparatuur van de computer.
- Dat geldt ook indien de medewerker meer dan twee uur aaneengesloten beeldschermwerk verricht achter een laptop.
- In dat laatste geval kan een laphouder ervoor zorgen dat de laptop ergonomisch bijna niet onderdoet voor een desktop computer.



De ideale beeldschermwerkplek

Werken achter een laptop