

## Eisen bureaustoel en kantoortafel

Achtergrond:

De eisen voor kantoormeubilair zijn vastgesteld in de Nederlandse Praktijk Richtlijn 1813 (NPR 1813). Deze geeft toelichting op en aanwijzingen voor het verantwoord gebruik van de:

- NEN-EN 1335: kantoormeubelen – kantoorstoelen
- NEN-EN 527: kantoormeubelen - kantoortafels en bureaus
- NEN 2441: ergonomische criteria voor zit-statafels
- NEN 2449: ergonomische criteria voor kantoorwerktafels

De Praktijkrichtlijn NPR 1813 is een toelichting op genoemde normen en heeft tot doel aan te geven op welke wijze 'goed zitten' en 'verantwoord staan' bij het kantoorwerk kan worden uitgevoerd. Hieronder is de norm vertaald tot leesbare eisen.

### Een ergonomische stoel:

1 De zithoogte is verstelbaar van 41 tot 55 cm;

Uitgangspunten:

- De bovenbenen horizontaal en de onderbenen verticaal;
- Zithoogte gelijk aan of iets lager dan knieholtehoogte;
- De mogelijkheid om de onderbenen naar voren of naar achteren te plaatsen;
- Toeslag voor schoeisel: 3 cm;

2 De zitting is vlak, minimaal 40 cm breed en 44 cm diep en heeft een verstelbare hellingshoek van -7 tot 3 graden, vast te zetten op een hoek van -3 graden;

Uitgangspunten:

- Voldoende ruimte tussen knieholte en voorzijde zitting om afknelling te voorkomen;
- Voldoende ondersteuning van de bovenbenen i.v.m. stabiliteit en zitcomfort;
- Voldoende ondersteuning van de zitbeenknobbels i.v.m. stabiliteit en zitcomfort;
- De zithoek moet het gebruikers mogelijk maken om hun zithouding te variëren tussen een voor- en achterwaartse positie;

3 De voor- en achterzijde van de zitting en de boven- en onderzijde van de rugleuning zijn afgerond;

4 De zitdiepte is verstelbaar van 38 tot 48 cm;

Uitgangspunten:

- Voldoende ruimte tussen knieholte en voorzijde zitting om afknelling te voorkomen;
- Voldoende ondersteuning van de bovenbenen i.v.m. stabiliteit en zitcomfort;

5 De voorzijde van de rugleuning is vloeiend, zonder knikken of hoeken met een horizontale straal van 40 cm of meer;

Uitgangspunten:

- De rugleuning moet zodanig van vorm zijn dat deze de gehele rug ondersteunt.

6 De breedte van de rugleuning is minimaal 36 en maximaal 46 cm, de lengte minimaal 37 cm;

Uitgangspunten:

- De hoogte en breedte van de rugleuning hoort zodanig te zijn dat deze voldoende steun geeft aan de rug en de vorm van de ruggengraat volgt.
- De bovenkant van de rugleuning behoort de borstkast voldoende te ondersteunen, maar mag niet hoger zijn dan de onderkant van het schouderblad.
- De breedte van de rugleuning moet de rug voldoende ondersteunen, maar mag niet veel breder zijn dan de rug.

7 De lendensteun is verstelbaar in hoogte: het middelpunt van de steun is tenminste verstelbaar tussen 17 en 23 cm boven de zitting;

Uitgangspunten:

- De maximale steun behoort te worden gegeven op de bovenzijde van het heiligbeen;

8 De armsteun heeft een verstelbare hoogte van 20 tot 30 cm en is minimaal 5 cm breed en 20 cm lang;

Uitgangspunten:

- Voldoende lengte en breedte om een goede ondersteuning van de elleboog en de onderarm te garanderen;
- De bovenarmen verticaal en de onderarmen horizontaal
- Polsen in neutrale stand
- Rechte rug

9 De afstand tussen de armsteunen is instelbaar tussen 36 en 51 cm;

Uitgangspunten:

- Bovenarmen verticaal met de onderarmen horizontaal;
- Polsen in neutrale stand;
- Rechte rug
- Voldoende ruimte tussen heupen en armsteunen;
- Toeslag voor kleding: 2,5 cm;

10 De afstand van de voorzijde van de armsteun tot de voorzijde van de zitting is minimaal 20 cm;

Uitgangspunten:

- Het moet mogelijk zijn om zo dicht mogelijk bij het werkblad te komen, waarbij een juist gebruik van de rugleuning blijft gewaarborgd.

11 Het onderstel heeft 5 zwenkwielen en is draaibaar;


12 De afstand tussen de draaias en de vloer is minimaal 2 cm;


13 De stoel is veilig en stabiel en heeft geen scherpe of uitstekende delen.

#### **Een kantoortafel:**

 Het werkblad is minimaal 120 cm breed x 80 cm diep;


Uitgangspunten:

 De voorzijde heeft een (bijna) recht aanzitdeel van ten minste 65 cm breed;

 De hoogte is eenvoudig instelbaar tussen 62 en 85 cm (oudere tafels mogen instelbaar zijn tussen 62 en 82 cm);

Uitgangspunten:

- De bovenbenen horizontaal en de onderbenen verticaal;
- Zithoogte gelijk aan of iets lager dan knieholtehoogte;
- Tafelblad gelijk aan of iets lager dan ellebooghoogte;
- Toeslag voor schoeisel 3 cm;

 Het bovenblad is licht maar niet wit, krasvast en mat (niet spiegelend);

 Er is veel vrije knieruimte onder de tafel: tenminste 65 cm diep;

 Bij de voeten is de vrije ruimte 80 cm diep;

 Het tafelblad is inclusief de draagconstructie aan de voorzijde niet dikker dan 5 cm.

#### **Hulpmiddelen:**

- 1 Een goed functionerend beeldscherm dat draaibaar, kantelbaar en in hoogte verstelbaar is en voldoende formaat heeft voor de afbeelding van de gelijktijdig benodigde informatie op het scherm;
- 2 Goed functionerende (mini)toetsenbord en standaardmuis voor gegevensinvoer;
- 3 Een voetensteunvlak als de medewerker dat wenst. De voetensteun is tenminste 30 x 40 cm groot en in hoogte en hellingshoek instelbaar.