



My OptiDesk

Wetenschappelijk kader

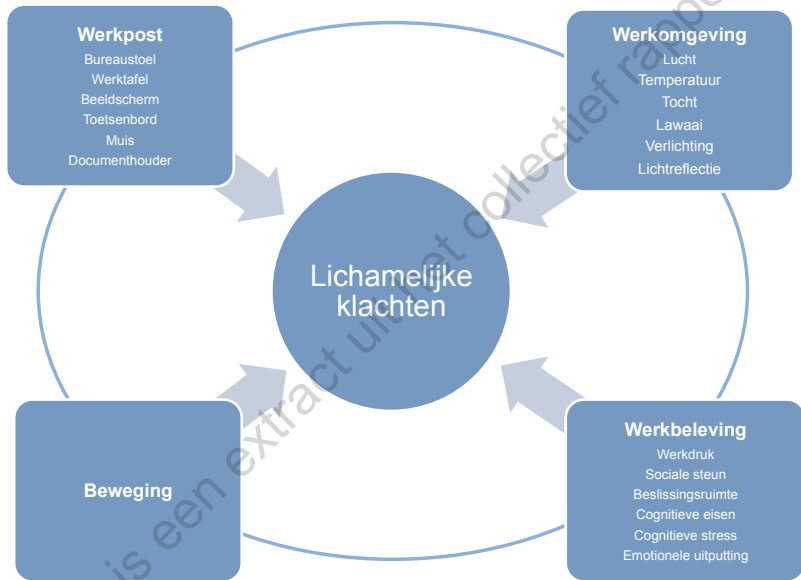
- Lichamelijke klachten bij beeldschermwerkers
= multidimensioneel

Werken in **ongemakkelijke** en **onnatuurlijke houdingen** als gevolg van niet-correct ingestelde werkplek

Droge lucht, schommelingen in temperatuur, droge lucht zijn geassocieerd met nekklachten

- > **2u** onderbroken zitten **verdubbelt** risico op nek- en rugklachten
- > **5u** zitten/dag: **1,5** meer kans op nekpijn

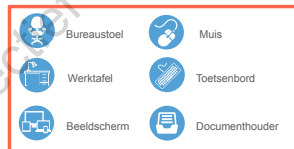
- **Hoge jobeisen en onvoldoende autonomie: risico x2**
- **Onvoldoende sociale steun, stress**



Werkpost

- Grafieken tonen % medewerkers met een slechte score (rode zone) op de instelling van:

- Bureaustoel
- Werktafel
- Beeldscherm
- Toetsenbord
- Muis
- Documenthouder



- Significante verschillen worden aangeduid met een “*”

= de kans dat een verschil door toeval wordt veroorzaakt is kleiner dan 5%

= aanname dat het verschil niet toevallig is en dat groepen daadwerkelijk verschillen

Werkpost

Hoe lager, hoe beter



Bureaustoel



Werktafel



BS: Desktop-Laptop



BS: Tablet



■ Organisatie X
■ Benchmark

Bureaustoel

Hoogte, rugleuning, zitdiepte, dynamisch, armlenningen
(n = 1000)

Werktafel

Hoogte, ruimte boven/onder
(n = 1000)

BS: Desktop-Laptop

Hoogte, positie tov hoofd/raam, afstand ogen
(n = 997)

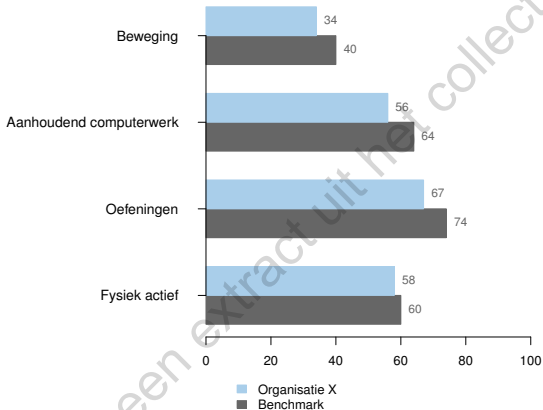
BS: Tablet

(n = 1)



Beweging

Hoe lager, hoe beter



Beweging

Aanhoudend computerwerk, oefeningen, matig fysiek actief

Aanhoudend computerwerk

%medewerkers: meer dan 1 uur

Oefeningen

Tijdens een korte onderbreking
%medewerkers: nee

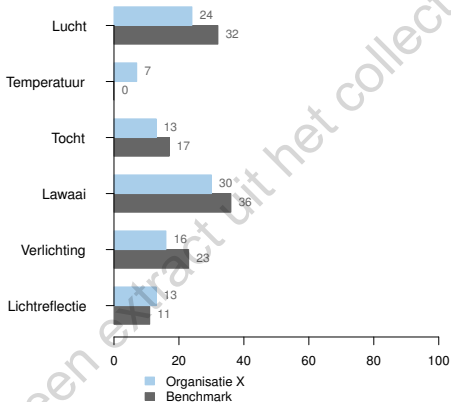
Fysiek actief

Dagelijks minstens 30 minuten
%medewerkers: nee



Werkomgeving

Hoe lager, hoe beter



Lucht

De lucht op mijn werk is te droog

Op mijn werkplek heb ik gebrek aan frisse lucht

Temperatuur

Het is te koud op mijn werkplek

Het is te warm op mijn werkplek

Tocht

Er is een hinderlijke tocht op mijn werkplek

Lawaai

Het is rumoerig op mijn werkplek, waardoor ik in mijn werk gestoord word

Verlichting

Mijn werkplek is onvoldoende en/of onaangenaam verlicht (te veel, te weinig of storend)

Lichtreflectie

Er is sprake van hinderlijke reflectie/spiegeling van dag/zonlicht op het scherm

Werkbeleving

- 5-puntenschaal

1 - (bijna) nooit

2 - eerder zelden

3 - soms

4 - regelmatig

5 - (bijna) altijd



- Grafieke tonen % medewerkers met een hoge score op een aspect van de werkbeleving

= % van medewerkers met een gemiddelde score ≥ 4

- Significante verschillen worden aangeduid met een “*”

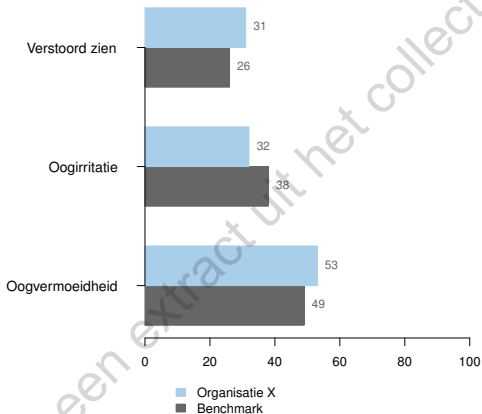
= de kans dat een verschil door toeval wordt veroorzaakt is kleiner dan 5%

= aanname dat het verschil niet toevallig is en dat groepen daadwerkelijk verschillen



Visus klachten

Hoe lager, hoe beter



Verstoord zien

Bijv. slecht zien, wazig zien, dubbel zien, nabebelden of gewijzigde kleurwaarnemingen

Oogirritatie

Bijv. jeuk, brandende ogen, tranende ogen, droge ogen, lichtschuwheid of pijnlijke ogen

Oogvermoeidheid

Bijv. vermoeide ogen, zware ogen, trillende ogen, droge of tranende ogen, prikkende of brandende ogen of rode ogen

Wordcloud



Organisatie X vs. Benchmark