RISICO: GEZONDHEIDSKLACHTEN DOOR BINNENKLIMAAT

Beschrijving: Door een slecht binnenklimaat kunnen gezondheidsklachten ontstaan, Veel voorkomende klachten zijn:

- Te koud of te warm
- Muffe en droge lucht
- Tocht en droge ogen of keel
- Huidklachten
- Hoofdpijn
- Hinderlijk geluid of zelfs geluidsoverlast
- Vaak verkouden
- Overmatig zweten bij een hoge temperatuur
- Onvoldoende of geen daglicht/uitzicht

Een goed klimaat draagt bij aan een goede gezondheid. Sterker nog, een consistent en prettig binnenklimaat zorgt doorgaans voor **lagere verzuimcijfers** (0,5%-2,5% minder).

MAATREGELEN ORGANISATIE TEGEN GEZONDHEIDSKLACHTEN DOOR BINNENKLIMAAT

- Zorg ervoor dat de temperatuur in de winter tussen de 20 en 24 graden is en in de zomer tussen de 23 en 26 graden.
- Voor licht fysiek kantoorwerk geldt een maximum van 28˚C
- Voor intensief lichamelijk inspannend werk geldt een maximum van 26˚C. Mits er een duidelijk voelbare luchtstroom is. Zonder voelbare luchtstroom mag het niet warmer zijn dan 25˚C.
- Voor zeer lichamelijk inspannend werk geldt een maximum van 25˚C. Mits er een voelbare luchtstroom is. Anders mag het niet warmer dan 23˚C zijn.
- Zorg ervoor dat de relatieve luchtvochtigheid tussen de 35 en 70 % is.
- Als natuurlijke ventilatie niet mogelijk is, zorg dan voor goede mechanische ventilatie. De streefwaarde voor een goede kwaliteit van de binnenlucht bedraagt maximaal 800 ppm CO2. Een ppm- CO2 waarde tussen de 800 (ideaal) en 1200 geldt als absoluut limiet voor de luchtkwaliteit in een binnenruimte
- Zorg in geval van beeldschermwerk voor geschikte zonwering die spiegelend daglicht op het beeldscherm kan tegenhouden.
- Plaats werkplekken dichter bij het raam als er klachten over te weinig licht zijn en plaats ze verder van het raam af als er juist klachten zijn over spiegeling en verblinding door te veel daglicht.
- Stel beeldschermwerkplekken zo op dat de kijkrichting parallel is aan het raam. Hierdoor kijkt men niet tegen het daglicht in (als het gezicht richting het raam gekeerd is) en valt het daglicht niet op het scherm (als de rug richting het raam gekeerd is).
- Maak bij nachtwerk eventueel gebruik van daglichtlampen of een dynamisch lichtsysteem dat de variaties van zonlicht goed kan nabootsen.
- Plaats printers, faxen en kopieerapparaten die meer dan 5000 kopieën per maand produceren in een aparte ruimte met voldoende ventilatie. Als er meer dan 50.000 afdrukken worden gemaakt, dan is plaatsing in een repro-ruimte en bronafzuiging nodig.
- Zorg dat filters, klimaat, ventilatie, en overige systemen worden onderhouden conform de opgave van de fabrikant.
- Het plaatsen van luchtzuiverende planten kan gezondheidsklachten sterk verminderen, en verhogen het werkplezier. Planten voorzien de lucht van waterdamp, absorberen warmte en geluid en kunnen schadelijke stoffen opnemen en afbreken.
- Hanteer een clean-desk-policy

Maatregel voor: Organisatie

Maatregel status: Overeenstemming tussen werknemers en werkgevers

Datum: 3 juli 2024

Revisie informatie:
3 november 2010, 24 juni 2014, 15 november 2018, 12 maart 2020, 28 oktober 2022, 30 november 2023