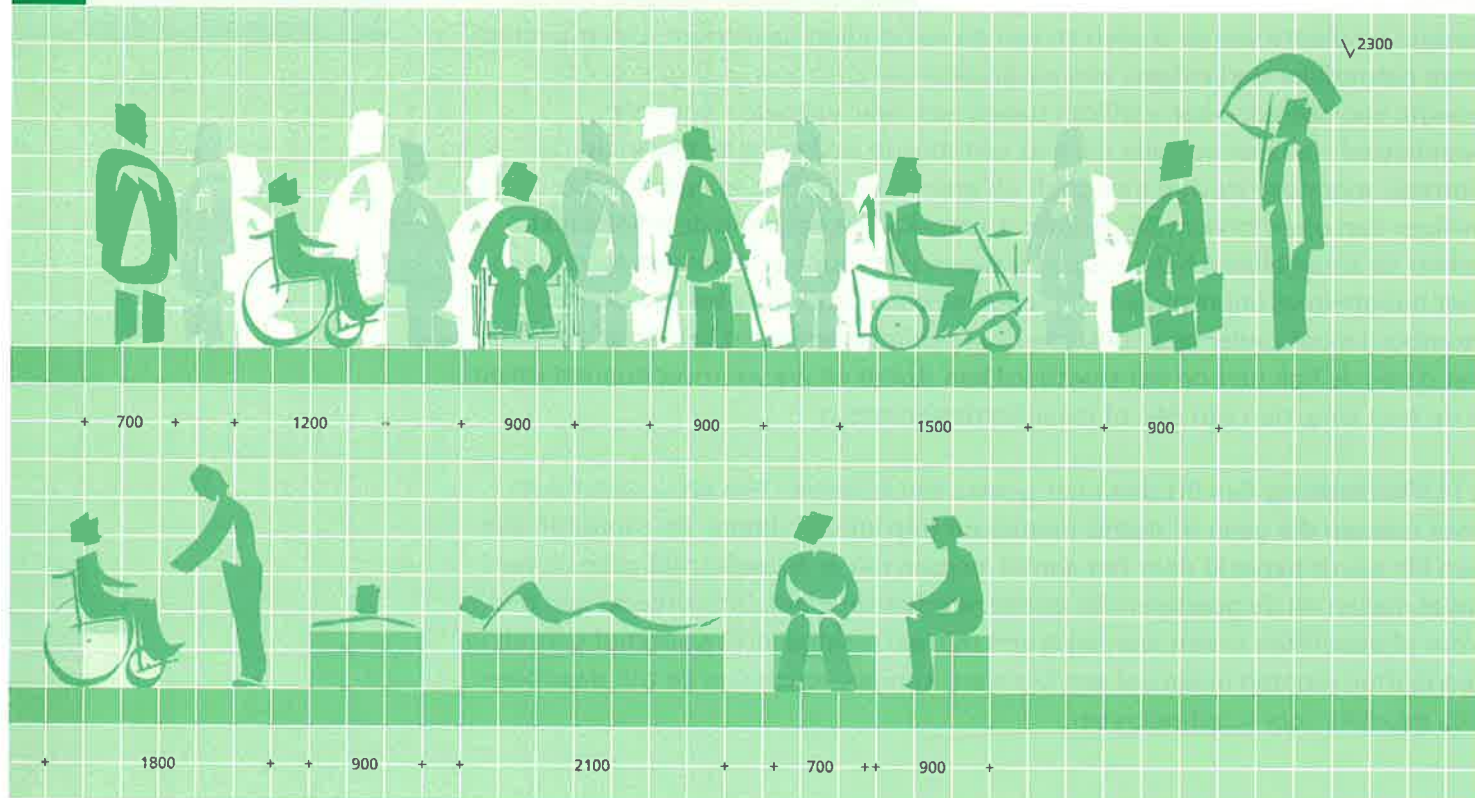


B11a	Staruimte	
	staruimte zonder attributen	≥ 700 x 500 mm
	staruimte rolstoel	≥ 900 x 1200 mm
	staruimte scootmobiel	≥ 900 x 1500 mm
B11b	Zitruimte	
	ruimte vanaf rugleuning	≥ 850 mm (zit-, been- en bewegingsruimte)
	zitruimte inclusief leuning	≥ 700 x 900 mm (zit-, been- en bewegingsruimte)
	zitruimte rolstoelgebruiker	≥ 900 x 1200 mm (staruimte)
E05	Zittingspecificaties	zie E05 tafels & stoelen
B11c	Ligruimte	
	eenpersoonsbed	≥ 900 x 2100 mm
B11d	Reikruimte	
	reikruimte (naar boven)	≥ 700 x 1000 mm
	reikruimte (bukken)	≥ 700 x 1200 mm
	reikruimte rolstoelgebruiker	≥ 900 x 1200 mm (staruimte)
B11e	Transferruimte	
	transfer op eigen kracht	≥ 900 x 1200 mm
	transfer met hulp	≥ 900 x 1800 mm
	ruimte voor tillift	≥ 900 x 1200 mm



Als we ons niet verplaatsen, dan doen we iets staand, zittend of liggend en al doende nemen we ruimte in beslag. Als we staand naar iets boven ons of onder ons reiken bijvoorbeeld naar de onderste of bovenste lade van een kast, nemen we meer ruimte in dan rechtop staand. Rolstoelgebruikers hebben transferruimte nodig om te manoeuvreren vanuit de rolstoel op een andere zitting.

a | Staruimte We hebben ruimte nodig om te staan. Een volwassene met gemiddeld postuur zonder hulpmiddelen of bagage neemt – kleine lichaamsbewegingen meegerekend – ongeveer 70 bij 50 centimeter in beslag. Forse mensen meer, kinderen wat minder. Zodra we spullen bij ons hebben of van een hulpmiddel gebruik maken, dan hebben we meer ruimte nodig. Als grenswaarde kan worden uitgegaan van een rolstoelgebruiker. In de hoogte wordt de opstelruimte bepaald door lange mensen, die – zoals iedereen – ook nog wat vrije ruimte boven het hoofd willen overhouden.

b | Zitruimte De ruimte die we zittend innemen varieert sterk, afhankelijk van hoe we zitten: lui uitgezakt, rechtop aan een tafel, of steunend aan de bar. Echter, om in elk van deze zitposities comfortabel te gaan zitten, aan te schuiven, wat bewegingsruimte te hebben en weer op te staan, is voor de zitting van de stoel of kruk een zelfde soort ruimte nodig. Lange mensen zijn voor deze ruimte maatgevend. Zitruimte voor rolstoelgebruikers komt overeen met de hiervoor genoemde staruimte. Om aan een tafel aan te schuiven is ook voor hen voldoende been- en voetruimte nodig.

c | Ligruimte Comfortabel liggen vraagt de ruimte van een eenpersoonsbed. Voor het reserveren van ruimte voor een bed zijn lange mensen maatgevend. De ruimte naast het bed om in het bed plaats te kunnen nemen, op te staan en bijvoorbeeld om het bed op te maken, is een samenspel van staruimte, transferruimte en loopruimte [B08].

d | Reikruimte Als we reiken naar iets boven ons – bijvoorbeeld in een keukenkastje – en we willen kunnen zien wat we pakken, gaan we iets naar achter staan. Dat vraagt meer ruimte dan wanneer we louter staan. Als we bukken tot op de knieën voor iets bijna op de grond, dan nemen we nog meer ruimte in beslag.

e | Transferruimte Transferruimte is de ruimte die we nodig hebben om vanuit een rolstoel plaats te nemen in de auto of op een bed, douchezitje of wc-bril. Als wordt uitgegaan van een transfer op eigen kracht, dan volstaat de staruimte. Als een transfer met hulp of met een tillift plaatsvindt, dan is meer ruimte nodig.

Inleiding

Zien

Kijken

Horen

Tasten

Welbevinden

Begrijpen

Voortbewegen

Keren

Stijgen & dalen

Staan, zitten & liggen B11

Bedienen

B12a Gebruikshoogten

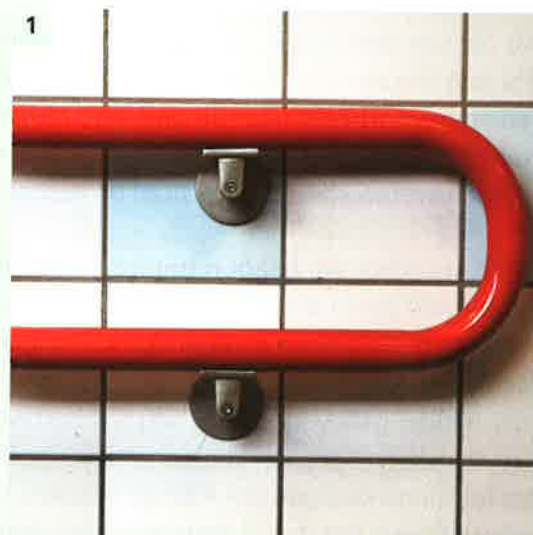
zithoogte	middenwaarde 470 mm bovenwaarde 540 mm onderwaarde 400 mm
werkbladhoogte (zittend)	middenwaarde 700 mm bovenwaarde 820 mm (is onderrijdbaar voor rolstoel) onderwaarde 620 mm
werkbladhoogte (staand)	middenwaarde 1000 mm bovenwaarde 1250 mm onderwaarde 800 mm
reikhoogte	middenwaarde tussen 400 en 1350 mm bovenwaarde 1800 mm
hoogte bedieningselementen	optimale waarde 1050 mm middenwaarde tussen 900 en 1200 mm kritieke waarde tussen 400 en 1350 mm bovenwaarde 1800 mm (modaal gebruik)
positie bedieningselementen	≥ 500 mm uit een inwendige hoek ≤ 10 Newton (te meten met trekveer of weegschaal)

B12b Bedieningsweerstand

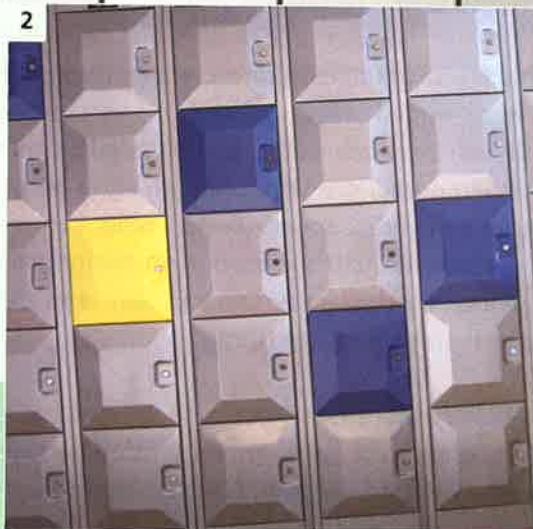
B12c Steun

leuninghoogte	tussen 850 en 950 mm boven de vloer of traprede
hoogte tweede leuning	600 mm boven de vloer of traprede
diameter leuning	tussen 30 en 50 mm
vrije omvatbaarheid leuning	≥ 50 mm
belastbaarheid leuning	≥ 2000 N

1

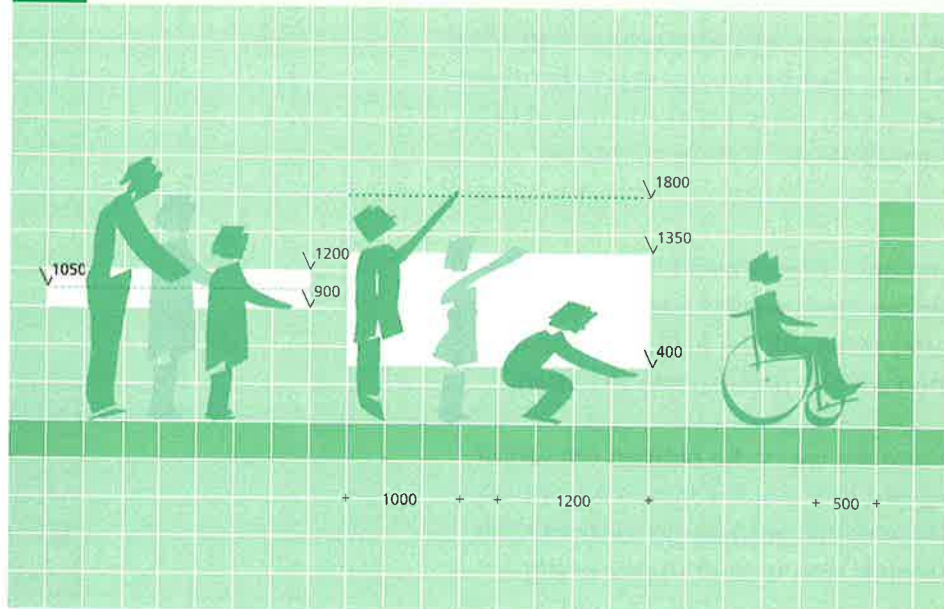


2



1 | Een leuning met prima houvast, opvallende kleur en op twee hoogten aangebracht: veilig voor groot en klein.

2 | Lockers die niet allemaal voor iedereen bruikbaar zijn, maar voor iedereen altijd wel een paar.



Voor het gebruik van meubilair, het bedienen van een automaat of bijvoorbeeld het openen van een deur hebben we in de eerste plaats staruimte nodig. Deze ruimte komt in B11 aan de orde. Vervolgens is aandacht nodig voor gebruikshoogte van de gebruiksoBJECTEN, het bedieningsgemak en waar nodig voor steunpunten in de vorm van leuning.

a | Gebruikshoogte Handelingen vragen om specifieke gebruikshoogten van bijvoorbeeld zitplaatsen, bedieningselementen, tafels, informatiebalies en de planken van een kast. Voor gebruikshoogten geldt dat ieder mens, van groot tot klein, zijn eigen ideale gebruikshoogten vraagt. Voor een individueel gebruikte inrichting – binnenshuis of op een werkplek – zouden gebruikshoogten persoonlijk moeten kunnen worden ingesteld. Voor een collectief gebruikte inrichting kan worden gekozen voor één hoogte, gebaseerd op het gemiddelde gebruik – de middenwaarde – of voor een combinatie van een bovenwaarde – voor lange mensen – en onderwaarde – voor kleine mensen. Mensen met gemiddelde lichaamsbouw kunnen dan voor beide gebruikshoogten kiezen.

b | Bedieningsgemak Of we bedieningsonderdelen – knoppen, kranen, schakelaars – kunnen bedienen, hangt af van de kracht die we er voor nodig hebben en de afmetingen en de omvatbaarheid van de middelen. Duwen, trekken, schuiven en draaien is vooral voor mensen met beperkte armkracht een zware bezigheid. De bedieningsweerstand van bijvoorbeeld deuren moet dan ook klein zijn. Is dit niet haalbaar vanwege de windbelasting, dan kan elektrische of automatische bediening uitkomst bieden. De vormgeving van de bedieningsmiddelen is essentieel voor de benodigde kracht. Groot uitgevoerde handgrepen, knoppen en sloten zijn meestal makkelijker te bedienen. Een grote schakelaar kan bijvoorbeeld ook met de pols, elleboog of heup worden bediend en dat is handig als we iets in onze handen hebben. Het bedieningsgemak is uiteindelijk een samenspel van vele waarden die in deel B aan de orde komen. Dat is te zien in onderdeel E08 Knoppen & Kranen.

c | Steun Voor een leuning die steun moet bieden – bijvoorbeeld langs een trap of naast een closetpot of douchezitje – is het van belang dat de hand de leuning goed kan omvatten, dat de hand vrij langs de leuning kan schuiven. De leuning moet bovendien voldoende gewicht kunnen dragen.

Inleiding

Zien

Kijken

Horen

Tasten

Welbevinden

Begrijpen

Voortbewegen

Keren

Stijgen & dalen

Staan, zitten & liggen

Bedienen B12