Opdracht 2 Ergonomie

1. Wat is ergonomie?
2. Noem minimaal drie punten waarop je moet letten als je werkt:

**Op kantoor**

**In een winkel**

1. Wat vind jij het zwaarste als je staat: Werken aan een tafel, boven je hoofd of voorovergebogen werk? Leg je keuze uit.
2. Welke klachten kunnen optreden bij:

**Boven je hoofd werken**

**Lang staan**

**Zittend werken**

1. Noem 3 tips voor de juiste houding bij zittend werk.
2. Noem 3 tips voor de juiste houding bij staand werk.

