

Tijdens staand werk zijn je beenspieren aanhoudend aangespannen om je lichaamsgewicht te dragen. Daardoor raken je benen vermoeid. De stamat is voorzien van een profiel dat de bloedsomloop stimuleert en wordt daarom ook wel eens een antivermoeidheidsmat genoemd. Een stamat kun je neerleggen op een harde ondergrond bij werkplekken waar langdurig staand gewerkt wordt.

Voordelen

Je benen worden minder snel vermoeid. Je kunt het werk dus langer volhouden.

Tips

- Zorg ervoor dat je de mat goed neerlegt. De rand van de mat kan omkrullen waardoor er risico op struikelen ontstaat.
- Bepaal vooraf de benodigde afmetingen. Het is beter een iets te groot stuk te bestellen dan een te kleine mat.
- Plaats de stamat op één locatie op proef om te ondervinden of deze ook het gewenste resultaat heeft. Proefplaatsing vergroot eveneens de acceptatie en dus het effect.
- Zorg dat er voldoende ruimte is bij de werkplek om de mat neer te leggen.
- Plaats de mat zo dat je dicht bij het werk kunt blijven staan.

Een stamat valt onder de categorie [stahulpmiddelen](#) ^[1]. Kijk in dit document voor een overzicht van beschikbare hulpmiddelen en meer informatie en tips voor zowel leidinggevenden als voor medewerkers.

Aandachtspunten

- De stamat werkt schokabsorberend, is kou-isolerend en heeft een antisliplaag.
- De mat kan niet tegen vonken, natte of bijtende stoffen.
- Bij ernstige vervuiling neemt de levensduur van de mat sterk af.

Categorieën

Locatie: Bungalowpark / Camping / Groepsaccommodatie / Zweminrichting

Functiegroep: ontvangst en veiligheid / voedselbereiding en bediening / winkelverkoop / zwembad (en omgeving)

Belasting: staan en lopen / werkhouding

Hulpmiddelen: [Stahulpmiddelen](#) ^[1]

Links

[1] <https://develop8.dearbocatalogus.nl/hulpmiddelen/stahulpmiddelen>