

Fysieke belasting in de Arbocatalogus

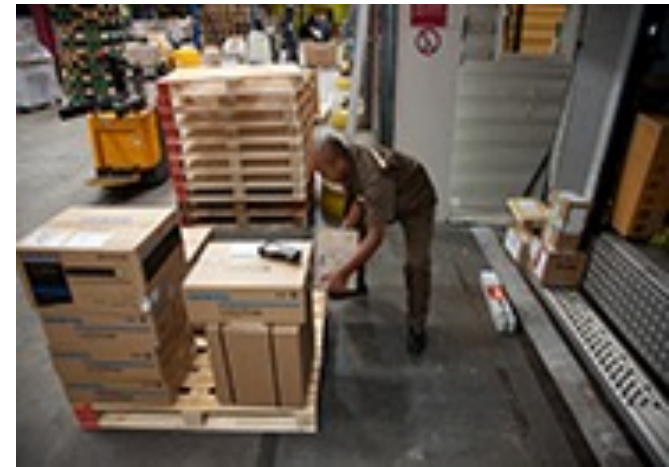


door Mirjam van der Kooij

Ergonoom
Arbeids- en Organisatiedeskundige
Arbo-Ambassadeur TG sinds 2009

Programma

- Fysieke belasting, meer dan alleen tillen
- Aan de slag met Fysieke belasting
- Effectieve werkwijze
- Ervaringen uit de praktijk
- Vragenronde



Fysieke belasting

- Tillen en dragen
- Duwen en trekken
- Ongunstige werkhoudingen
- Repeterende bewegingen
- Trillen en schokken
- Energetische belasting

Aan de slag

Duidelijke branche-afspraken
in de arbocatalogus.

Toch?



Arbocatalogus Fysieke belasting

Branche-afspraken:

1. Top 20 vaststellen (bedrijven < 50 mw's top 10)
2. De werksituaties in detail bekijken (beoordelen)
3. Een beheersplan opstellen

Arbocatalogus Fysieke belasting

- In de Arbocatalogus staan duidelijke aanwijzingen en hulpmiddelen voor ontwikkelen van gezonde fysieke belasting
- Maar....

Waar begin je???



Aanpak volgens Arbocatalogus

Fysieke belasting

Stap 1: Opstellen lijst zwaarste werkzaamheden

Stap 2: Toepassen checklist 'Fysieke belasting
buiten de uiterste grenzen'

Stap 3: Beoordeling overige werkzaamheden
met QuickScans

Stap 4: Beheersplan opstellen

Stap 5: Verbeteringen doorvoeren en jaarlijks
bespreken OR/PVT

Tips voor effectieve werkwijze

- Medewerkers betrekken!!!
 - Zij kennen de eigen werksituatie;
 - Over het algemeen bereid om kritisch naar eigen werksituatie te kijken;
 - Kunnen goed inschatten welke oplossingen werkbaar zijn;
 - Door mee te doen > probleemerkenning en verankering = voorwaarde voor acceptatie van verandering in de werksituatie.

Ervaring in de praktijk

- Bij iedere TG is sprake van vormen van fysieke belasting
- Weinig naleving op branche-afspraken uit de Arbocatalogus

Tot slot

Ondersteuning nodig?

- Neem contact op met je arbo-ambassadeur!



**HEEFT
U NOG
VRAGEN?**

Afsluiting

**LET'S
CONNECT**

Join me on

LinkedIn