

Thema

Tillen, dragen, duwen en trekken, werkhouding, repeterende bewegingen, staand werken.

Titel oplossing

Training in juiste werkwijze

| Training in juiste werkwijze | | | |
|---|---|---|--|
| Type oplossing | <ul style="list-style-type: none"> ▪ organisatorisch ▪ Plaats arbeidshygiënische strategie: <ul style="list-style-type: none"> ○ 3 organisatorische maatregelen | | |
| Beschrijving oplossing | <ul style="list-style-type: none"> ▪ Het zware werk wordt minder zwaar als de medewerker op een minder belastende manier werkt en ook de gezondheidsrisico's kent ▪ Training in een juiste werktechniek. Voorbeeld: op heuphoogte afpakken en niet ver reiken om de last weg te zetten. ▪ Op de juiste hoogte afpakken van de last: ga recht voor de last staan. En pak op heuphoogte de last op. Bukkend tillen en boven de macht tillen is extra lichamelijk belastend. <div style="text-align: center;">  </div> | | |
| Oplossing voor: | <table style="width: 100%; border: none;"> <tr> <td style="vertical-align: top; width: 50%;"> Diverse handelingen zoals: <ul style="list-style-type: none"> ▪ Werkhoudingen ▪ Kracht zetten zoals materiaal uit het schap halen ▪ Materialen tillen/ dragen duwend, trekkend of rollend verplaatsen. </td> <td style="vertical-align: top; width: 50%;"> Knelpunten: <ul style="list-style-type: none"> ▪ Tillen ▪ Werkhouding ▪ Dragen ▪ Duwen / trekken </td> </tr> </table> | Diverse handelingen zoals: <ul style="list-style-type: none"> ▪ Werkhoudingen ▪ Kracht zetten zoals materiaal uit het schap halen ▪ Materialen tillen/ dragen duwend, trekkend of rollend verplaatsen. | Knelpunten: <ul style="list-style-type: none"> ▪ Tillen ▪ Werkhouding ▪ Dragen ▪ Duwen / trekken |
| Diverse handelingen zoals: <ul style="list-style-type: none"> ▪ Werkhoudingen ▪ Kracht zetten zoals materiaal uit het schap halen ▪ Materialen tillen/ dragen duwend, trekkend of rollend verplaatsen. | Knelpunten: <ul style="list-style-type: none"> ▪ Tillen ▪ Werkhouding ▪ Dragen ▪ Duwen / trekken | | |

| Beoogde effecten | |
|-------------------------|--|
| Arbo / ergonomie effect | <ul style="list-style-type: none">▪ Door de werknemer een goede werktechniek aan te leren tijdens het uitvoeren van de werkzaamheden, worden grote fysieke belastingen op het lichaam als gevolg van bijvoorbeeld verkeerd tillen of met een slechte houding vermeden. |
| Overig | <ul style="list-style-type: none">▪ Veranderd gedrag is niet de enige opbrengst van een training. Tijdens de training komen altijd ook belemmeringen naar boven; mensen geven aan waarom het moeilijk is het gedrag te veranderen. Door deze informatie op te pakken en er optimaal gebruik van te maken kan een continu verbeteringsproces in gang worden gezet.▪ Vakbekwaamheid bevordert veilig, gezond en efficiënt werken. |