

Een praktische aanpak van fysieke belasting in een kleine organisatie

Dat het aanpakken van fysieke belasting niet alleen iets is voor grotere organisaties wordt geïllustreerd door Stabilit Benelux. Samen met Buro voor Fysieke Arbeid en evofenedex zijn zij heel praktisch aan de slag gegaan met fysieke belasting.

Over Stabilit Benelux

Stabilit Benelux is leverancier van transparante kunststof plaatmaterialen voor licht-doorlatende constructies. Het overgrote deel van de productie van de platen gebeurt in Zwitserland. Als exclusief leverancier maakt Stabilit Benelux kunststof platen op elke gewenste maat en levert ze direct aan de klant. Stabilit Benelux bestaat uit een magazijn van circa 2500 m² en een kantoorafdeling. Er werken 13 mensen bij Stabilit Benelux, waarvan de helft in het magazijn en de helft op kantoor. Ook is er nog een aantal flexkrachten die ingezet worden wanneer nodig.

Fysieke belasting bij Stabilit Benelux

De werkzaamheden in het magazijn zijn fysiek behoorlijk belastend. De platen worden hier gezaagd of gesneden, verpakt en getaped. Het snijden is zoveel mogelijk geautomatiseerd, maar sommige soorten platen moeten handmatig gezaagd worden. Ook moeten de platen handmatig op de snijmachine gezet worden. De platen zijn niet zwaar maar wel groot. Dit betekent dat er veel boven schouderhoogte getild moet worden. Ook het dicht tapen van verpakte plaatmaterialen gebeurt handmatig. Hiervoor moeten de medewerkers lang staan, voorovergebogen werken en reiken. Deze belasting kan op langere termijn klachten veroorzaken. Afwisseling tussen de verschillende werkzaamheden is lastig en wordt dan ook niet veel gedaan. Dit betekent dat er ook sprake is van veel repeterende handelingen die de fysieke belasting nog zwaarder maken.



Twee medewerkers van Stabilit zijn hier bezig met het tapen van platen.

Aanleiding voor aanpak fysieke belasting

De directe aanleiding voor de aanpak van fysieke belasting was een medewerker die klachten kreeg. Deze medewerker werkte voornamelijk aan het tapen van verpakte plaatmaterialen. Buro voor Fysieke Arbeid is ingeschakeld voor een werkplekonderzoek voor deze specifieke medewerker. Daaruit bleek dat het probleem vooral in de manier van bewegen van de medewerker zat, die hier vervolgens speciaal op getraind is. De medewerker leerde voornamelijk dat hij eindstanden van gewrichten en spieren moet voorkomen om zo zijn lichaam minder te belasten. Op basis van dit werkplekonderzoek is Stabilit geattendeerd op de mogelijkheid om een begeleidingstraject duurzame inzetbaarheid via evofenedex in te zetten. In dit traject is Edwin van Loenen van Stabilit opgeleid tot coach fysieke belasting om zo zijn collega's zelf te kunnen ondersteunen op het gebied van fysieke belasting.

Traject evofenedex

Evofenedex is in 2017 in samenwerking met MKB Nederland en het Ministerie van Sociale Zaken en Werkgelegenheid het project "Duurzame inzetbaarheid in de magazijnen" gestart. Het onderwerp is een vervolg op de "Code Gezond en Veilig magazijn" (www.cgvm.nl) waarin fysieke belasting en duurzame inzet van werknemers een onderdeel is. Het project bestaat uit vijf fases die alle deelnemende bedrijven doorlopen.

Fase 1: Regionale bijeenkomst gericht op bewustwording van het thema duurzame inzetbaarheid

In vier regionale bijeenkomsten zijn de geïnteresseerde bedrijven voorgelicht over het thema duurzame inzetbaarheid. Door middel van een quickscan kregen bedrijven inzicht in het voor hun organisatie meest actuele thema. In het geval van Stabilit was dat fysieke belasting.

Fase 2: Keuze voor verdieping gericht op één van de thema's

Deze thema's zijn:

- Het ontwikkelen van een structuur gericht op duurzame inzetbaarheid in de organisatie
- Vitaliteit en gezondheid – fysieke belasting
- Vitaliteit en gezondheid – structurele aanpak Leefstijl (BRAVO)
- Ontwikkeling en arbeidsmobiliteit (een leven lang leren)
- Teambuilding en vakmanschap

Fase 3: Thema bijeenkomst in de vorm van een verdiepingsworkshop

Gericht op de keuze van de verdieping volgden de ondernemers een gezamenlijke workshop. In deze workshop werden de deelnemers voorbereid op de maatwerkbegeleiding.

Fase 4: Maatwerkbegeleiding op de eigen locatie

De maatwerkbegeleiding bij Stabilit heeft geleid tot 3 bijeenkomsten. In deze bijeenkomsten is Edwin van Loenen opgeleid tot coach fysieke belasting én heeft hij samen met Buro voor Fysieke Arbeid de risico's op de diverse werkplekken in kaart gebracht.

Fase 5: Landelijke bijeenkomst

In 2018 wordt het traject afgerond met een landelijke bijeenkomst met de deelnemende bedrijven en andere geïnteresseerde leden van Evofenedex. Tijdens deze bijeenkomst worden good practices gedeeld die ter inspiratie dienen.

Wat heeft het Stabilit Benelux opgeleverd?

Stabilit is het traject ingegaan omdat zij een veilige werkomgeving wil creëren, waar de medewerkers gezond en vitaal kunnen werken en zo duurzaam inzetbaar zijn. De directe aanleiding was de uitval van een van de medewerkers. Stabilit hoopt dit in de toekomst te kunnen voorkomen.

Om klachten aan het bewegingsapparaat te voorkomen, heeft Stabilit besloten om de rol van 'coach fysieke belasting' te creëren. Deze rol wordt uitgevoerd door Edwin van Loenen. De maatwerksessies hebben hem inzicht opgeleverd in de risico's die spelen op de diverse werkplekken en hebben hem ook concrete tips gegeven hoe deze risico's per werkplek verminderd kunnen worden. Deze tips zijn concreet en praktisch, zodat Stabilit en de medewerkers hier direct mee aan de slag kunnen.

Bijvoorbeeld bij het ophalen van de platen met de heftruck zijn de volgende tips gegeven:

- Eindstand van de nek voorkomen bij het rijden met de heftruck.
- De platen zo neerzetten dat de linkerkant ter hoogte van het nulpunt (snijvlak) is. Dit heeft te maken met de actie die plaats vindt na het ophalen van de platen: de platen vanaf de heftruck op de machine plaatsen. Wanneer de linkerkant al gelijk staat met het nulpunt (het snijvlak van de machine), hoeft de plaat alleen nog maar geschoven en gekanteld te worden om op de juiste positie op te machine te komen. Dan hoeft deze plaat dus niet meer verschoven te worden wanneer hij op de machine staat.

Door deze tips per werkplek wordt de fysieke belasting van de medewerkers verminderd. En door het benoemen van Edwin van Loenen tot coach fysieke belasting, blijft er ook doorlopend aandacht voor de fysieke belasting van medewerkers.



Platen worden voor klanten op maat gezaagd.

Gouden tip

Edwin van Loenen: "Zorg voor een betrokken groep mensen en vergeet daarbij je flexibele krachten niet. Houd de communicatie open en de betrokkenheid groot en benader je mensen positief. Dan krijg je heel veel van je mensen gedaan."