

MEER BEWEGEN ACHTER EEN BEELDSCHERM

GOEDE PRAKTIJK: INTEGREREN VAN
BEWEGING IN DE WERKDAG

Investeren in **GEZONDE**, **COMPETENTE** en **GEMOTIVEERDE** werknemers is investeren in **DUURZAME INZETBAARHEID**.

FYSIEKE ONDERBELASTING en veel zitten belemmeren de duurzame inzetbaarheid. Door gerichte acties en bewustwording wordt een **GEZONDE BALANS** gevonden.

Ontdek hoe het **TEAM WELLBEING** van ING de medewerkers, die veel thuiswerken, **IN BEWEGING** krijgt. Doe **IDEEËN** op voor uw eigen organisatie.

Voor achtergrondinformatie over:

BANKENSECTOR ▶

ORGANISATIE ▶

BEROEPEN ▶

**RISICO'S
EN EFFECTEN** ▶

COLOFON

MEER BEWEGEN ACHTER EEN BEELDSCHERM

BEELDSCHERM WERK FYSIEKE ONDERBELASTING

Vrijwel alle werknemers van ING werken veel achter een beeldscherm. Veel typewerk en muiswerk zorgen voor klachten aan armen, rug en schouders. Medewerkers zitten veel binnen, waardoor ze te weinig daglicht zien. ING constateert bovendien dat veel beeldschermwerk ook belastend is voor de ogen.

LEES VERDER ►



IN BEWEGING KOMEN

Om lang zitten te doorbreken stelt ING verschillende hulpmiddelen beschikbaar, zoals een zit-sta bureau. Maar dé oplossing voor zowel zitgedrag, oogklachten en KANS-klachten is afwisseling en beweging. Dit vraagt om een aanpassing in de gewoontes en het gedrag van individuele medewerkers.

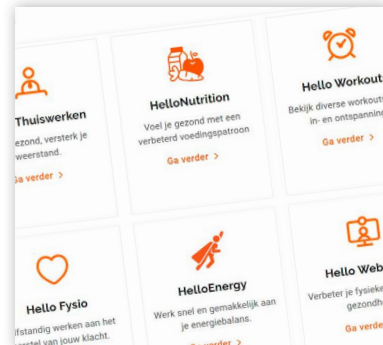
LEES VERDER ►



WAT IS ER GEDAAN?

De basis vormt het online platform 'Gezond thuiswerken', waarop verschillende modules beschikbaar zijn voor alle medewerkers, onder andere voor het inrichten van de werkplek en manieren om gedurende de werkdag te bewegen. Daarnaast worden medewerkers via 'My Vitality' aangemoedigd om individueel of in teamverband meer te bewegen.

LEES VERDER ►



WAT LEVERT HET OP?

In 2021 is het Gezond Thuiswerken platform 70.830 keer bekeken door de ING-medewerkers. 7552 unieke gebruikers maakten gebruik van een in- of ontspanningsmoment gedurende de werkdag. De module voor het instellen van de thuiswerkplek werd door 4808 medewerkers bezocht. Ook de live webinars zijn zeer regelmatig bezocht door de ING-medewerkers.

LEES VERDER ►



Voor achtergrondinformatie over:

BANKENSECTOR ►

ORGANISATIE ►

BEROEPEN ►

RISICO'S
EN EFFECTEN ►

COLOFON

MEER BEWEGEN ACHTER EEN BEELDSCHERM

1 2

**BEELDSCHERM
WERK** FYSIEKE ONDERBELASTING

**IN BEWEGING
KOMEN**

**WAT IS ER
GEDAAN?**

**WAT LEVERT
HET OP?**

ACHTERGRONDINFORMATIE

SECTOR:

BANKENSECTOR ►

In de bankensector zijn ruim 66.000 mensen werkzaam (bron: Nederlandse Vereniging van Banken – data 2020). 43,9% is vrouw. Het gemiddelde ziekteverzuim in de financiële sector ligt op 2,9%. Dit is lager dan het gemiddelde in Nederland: 4,6% (bron: NEA 2021 TNO/CBS).

Meer informatie over de sector:
Nederlandse Vereniging van Banken:
www.bankinbeeld.nl
Factsheet [Arbeidsmarkt Financiële
Dienstverlening](#) UWV

Fysieke belasting en zittend werk
In de bankensector komt veel beeldschermwerk voor en het werk wordt overwegend zittend uitgevoerd. De gemiddelde zittijd tijdens werk is in de financiële sector 7,08 uur per werkdag. Dat is veel hoger dan het gemiddelde van alle sectoren (4,62 uur; NEA 2021 TNO/CBS).

Deze vorm van fysieke onderbelasting brengt risico's met zich mee. Volgens de Gezondheidsraad hangt langdurig zitten samen met een hoger risico op vroegtijdig overlijden: meer dan 8 uur per dag zitten kan leiden tot 27% meer kans op vroegtijdig overlijden dan als men minder dan 4 uur zit. Ook gaat langdurig zitten gepaard met een hoger risico op hart- en vaatziekten: mensen die meer dan 8 uur per dag zitten en weinig bewegen, lopen 74% meer kans op hart- en vaatziekten dan mensen die minder dan 4 uur per dag zitten en erg veel bewegen. Daarnaast zijn er aanwijzingen dat langdurig zitten de kans op diabetes type II, depressieve klachten en sommige vormen van kanker verhoogt, maar het bewijs daarvoor is minder sterk. (Bron: [Factsheet Zitten tijdens werk](#) – TNO Fysieke Belasting)

DE ORGANISATIE ►

ING

Website: www.ing.nl
Contact: Alexander Stolze -
Head of Vitality ING België,
Nederland en Luxemburg

ING is een grote financiële instelling met vestigingen wereldwijd. ING biedt verschillende financiële diensten aan, zowel aan particuliere als zakelijke klanten. Bij ING in Nederland werken zo'n 14.750 vaste medewerkers. Hoewel er een grote diversiteit aan functies is binnen het bedrijf, is er een grote gemene deler: vrijwel iedereen werkt de hele dag achter een scherm. Ongeveer 1500 medewerkers in Nederland werken op een locatie van de bank waar ze rechtstreeks contact hebben met particuliere en zakelijke klanten.

Vakmanschap en werkgeluk zijn de belangrijkste thema's in de huidige cao van ING. "We willen collega's daarom helpen nieuw gedrag

Voor achtergrondinformatie over:

LEES VERDER ►

BANKENSECTOR ►

ORGANISATIE ►

BEROEPEN ►

**RISICO'S
EN EFFECTEN ►**

COLOFON

MEER BEWEGEN ACHTER EEN BEELDSCHERM

1 2

**BEELDSCHERM
WERK** FYSIEKE ONDERBELASTING

**IN BEWEGING
KOMEN**

**WAT IS ER
GEDAAN?**

**WAT LEVERT
HET OP?**

ACHTERGRONDINFORMATIE

aan te leren dat bijdraagt aan veerkracht, welzijn en prestaties.” In de arbeidsvoorwaarden zijn verschillende mogelijkheden opgenomen om werk en privé goed in balans te brengen, variërend van mogelijkheden om betaald verlof te krijgen op belangrijke (al dan niet religieuze) feestdagen, mantelzorg ondersteuning en ruimte voor ouderschapsverlof. Het ING Team Wellbeing biedt medewerkers mogelijkheden om - aangepast op hun behoeften - te werken aan verschillende aspecten van mentale, emotionele en fysieke gezondheid.

BEROEPEN ►

Een typische ING-medewerker verricht zijn of haar werk achter een scherm. Een groot deel van de medewerkers is werkzaam als financieel adviseur, programmeur

of ict-er. Daarnaast is er een groot contactcenter, waar klanten telefonisch te woord worden gestaan. Een deel van de medewerkers zit wel 90% van diens werktijd. Door de lockdowns in coronatijd en het hybride werken waarbij deels thuis wordt gewerkt en deels op kantoor, vindt ook veel overleg plaats via een scherm.

RISICO'S EN EFFECTEN ►

Langdurig beeldschermwerk gaat vaak gepaard met fysieke onderbelasting: langdurig zitten en weinig bewegen. Deze onderbelasting verhoogt de kans op ernstige gezondheidsproblemen, zoals hart- en vaatziekten, diabetes, depressieve klachten en sommige vormen van kanker. (Bron: [Factsheet Zitten tijdens werk](#) – TNO Fysieke Belasting)

Werken met een beeldscherm betekent vaak ook werken met een muis en toetsenbord. Dit veroorzaakt een statische belasting die het risico verhoogt op klachten aan armen, nek en schouders (KANS). Langdurig kijken naar een beeldscherm kan bovendien oogklachten veroorzaken, zoals droge ogen en vermoeide ogen.

Meer informatie over fysieke belasting in een vergelijkbare werkomgeving is te vinden in de [arbocatalogus Architecten](#) van de Stichting Fonds Architectenbureaus (SFA).

Voor achtergrondinformatie over:

BANKENSECTOR ►

ORGANISATIE ►

BEROEPEN ►

**RISICO'S
EN EFFECTEN ►**

COLOFON

MEER BEWEGEN ACHTER EEN BEELDSCHERM

BEELDSCHERM WERK: FYSIEKE ONDERBELASTING

IN BEWEGING KOMEN

WAT IS ER GEDAAN?

WAT LEVERT HET OP?

"Ik maak me
zorgen over de
sedentaire leefstijl
van de ING-er"

Alexander Stolze - ING

KNELPUNT

Vrijwel alle werknemers van ING werken veel achter een beeldscherm. Al langere tijd werd bij ING aandacht besteed aan mogelijkheden om gedurende de werkdag in beweging te komen, maar toen in 2020 medewerkers massaal thuis moesten gaan werken als gevolg van de corona-maatregelen, werd een programma dat al in de pijplijn zat, versneld gestart.

ING werkt aan verschillende aandachtspunten die samenhangen met beeldschermwerk en fysieke onderbelasting. Langdurig binnen zitten is een belangrijk onderwerp, zeker omdat medewerkers ook buiten het werk nog een groot deel van de tijd zittend doorbrengen. Daarbij is het gebruik van een beeldscherm ook niet beperkt tot de werkdag. Veel typewerk en muiswerk zorgen voor klachten aan armen, rug en schouders. Naar buiten gaan is van belang om in beweging te blijven, frisse lucht binnen te krijgen en vitamine D aan te maken.



ING constateerde bovendien dat bij veel beeldschermwerk ook de ogen onvoldoende worden belast: normaal stellen ogen continu bij aan diepte en lichtsterkte. Door het beeldscherm is de lichtsterkte en de kijkafstand constant. Regelmatig even wegstijgen van het beeldscherm naar een verder gelegen punt is een eenvoudige oplossing, maar als men geconcentreerd aan het werk is, wordt dat nog weleens vergeten. Het werk achter een beeldscherm is dus ook voor de ogen eenzijdig en daardoor belastend.

Door het thuiswerken zijn veel van deze aandachtspunten extra

belangrijk geworden. De thuiswerkplek is niet altijd optimaal ingesteld, waardoor het risico op klachten wordt vergroot. Medewerkers hoeven niet te reizen, waardoor deze verplichte stap buiten de deur komt te vervallen. Doordat ook vergaderingen online plaatsvinden, is de hoeveelheid beeldschermwerk en het gebrek aan bewegen verder toegenomen. Een extra punt waar ING aandacht aan besteedt, is een vorm van emotionele onderbelasting: het gebrek aan sociale contacten.

*"Zintuigelijke waarneming
wordt in alle vormen afgestompt
door dat beeldscherm."*



Voor achtergrondinformatie over:

BANKENSECTOR ►

ORGANISATIE ►

BEROEPEN ►

RISICO'S
EN EFFECTEN ►

COLOFON

MEER BEWEGEN ACHTER EEN BEELDSCHERM

1 2

BEELDSCHERM WERK FYSIEKE ONDERBELASTING

IN BEWEGING KOMEN

WAT IS ER GEDAAN?

WAT LEVERT HET OP?

IN BEWEGING KOMEN

Het verzuim bij ING was en is laag, maar gezondheidseffecten van langdurig zitten openbaren zich pas op de lange termijn en zijn daardoor niet terug te zien in verzuimcijfers. Fysieke klachten die gemeld worden zijn vooral klachten aan armen, nek en schouders (KANS), hoofdpijn en lage rugpijn. Welzijn en vitaliteit hadden al veel aandacht voordat de corona-pandemie uitbrak, maar door de daarmee samenhangende maatregelen kwam dit extra op de voorgrond. ING vindt ook dat ze, als grote werkgever, een voortrekkersrol heeft in de ontwikkelingen op het vlak van arbeidsomstandigheden.

Om lang zitten te doorbreken stelt ING verschillende hulpmiddelen beschikbaar, zoals een zit-sta bureau. Maar dé oplossing voor zowel zitgedrag, oogklachten en KANS-klachten is afwisseling en beweging. Dit vraagt om een aanpassing in de



gewoontes en het gedrag van individuele medewerkers. Om gedragsverandering in gang te zetten focust ING enerzijds op de bewustwording

“Integreer beweging in je werkdag. Loop bijvoorbeeld rond tijdens een telefoongesprek of ga naar buiten om te bellen. Een ‘walk&talk’ noemen wij dat”

Voor achtergrondinformatie over:

BANKENSECTOR ►

ORGANISATIE ►

BEROEPEN ►

RISICO'S
EN EFFECTEN ►

LEES VERDER ►

COLOFON

MEER BEWEGEN ACHTER EEN BEELDSCHERM

1

2

BEELDSCHERM WERK FYSIEKE ONDERBELASTING

IN BEWEGING KOMEN

WAT IS ER GEDAAN?

WAT LEVERT HET OP?



van de negatieve gevolgen van beeldschermwerk en onderbelasting. Anderzijds wordt er veel nadruk gelegd op de positieve effecten van wél in beweging komen.

BEWEGEN TIJDENS HET WERK

In beweging komen kan deels worden gecombineerd met werk, bijvoorbeeld door gesprekken waarbij in principe geen beeldscherm

nodig is telefonisch te doen, in plaats van te videobellen. Het is dan mogelijk om te gaan staan of lopen, en als het type gesprek het toelaat, zelfs buiten een rondje te lopen. In de dagplanning moeten regelmatig pauzemomenten beschikbaar zijn, zodat de mogelijkheid wordt gecreëerd om van het beeldscherm weg te lopen. Niet alleen moet die

tijd beschikbaar zijn; medewerkers moeten ook voelen dat ze die tijd mogen nemen. Ze moeten daarbij overtuigd zijn van het feit dat het voor de bedrijfspresentaties en voor hen zelf beter is om bewegen in te plannen.

THUISWERKEN EN BEWEGEN

Bij het thuiswerken kunnen kleine aanpassingen helpen. ING deelt hier tal van ideeën voor. Kies er bijvoorbeeld juist niet voor om een kan thee op het bureau te zetten, maar loop elke keer even naar de keuken om thee te zetten. Zit je boven te werken? Ga dan beneden naar het toilet, ook als er op de bovenverdieping een toilet aanwezig is.



Voor achtergrondinformatie over:

BANKENSECTOR ►

ORGANISATIE ►

BEROEPEN ►

RISICO'S
EN EFFECTEN ►

COLOFON

MEER BEWEGEN ACHTER EEN BEELDSCHERM

1 2 3

BEELDSCHERM WERK FYSIEKE ONDERBELASTING

IN BEWEGING KOMEN

WAT IS ER GEDAAN?

WAT LEVERT HET OP?

WAT IS ER GEDAAN?

Het Team Wellbeing heeft met het ingaan van het thuiswerkadvis in 2020 de geplande activiteiten versneld. Sommige onderdelen werden aangepast naar online activatie. Het team integreert met dit programma een gezonde levensstijl in het werk. Van het onboarding traject voor nieuwe ING-medewerkers tot en met het Leadership programma voor leidinggevend worden de uitgangspunten voor wellbeing geïntegreerd en dus ook geborgd. Het maakt zelfs

onderdeel uit van de cao.

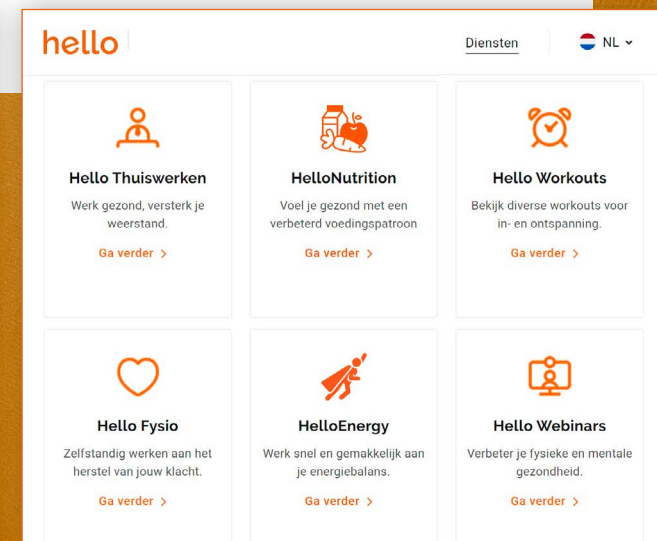
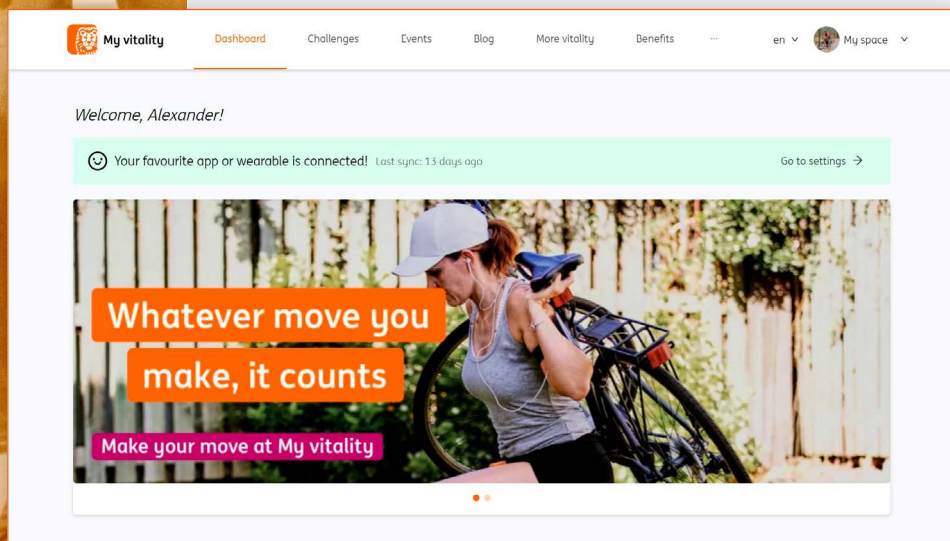
De basis vormt het online platform 'Gezond thuiswerken' waarop verschillende modules beschikbaar zijn voor alle medewerkers. Daarnaast is het 'My vitality' concept geïntroduceerd: medewerkers worden aangemoedigd om individueel of in teamverband meer te bewegen. Zo liepen in augustus 2022 38 collega's in een estafette van Amsterdam naar het ING kantoor in Brussel en weer terug. Medewerkers met kunnen via 'My vitality' maandelijks aan

verschillende evenementen deelnemen op het gebied van wandelen, hardlopen en fietsen in België, Nederland en Luxemburg. Zowel virtueel, vanuit de thuiswerkplek, als fysiek op locatie.

GEZOND THUISWERKEN

De module 'gezond thuiswerken' gaat in op het inrichten van de werkplek. Medewerkers krijgen een budget van €1600 per 5 jaar voor

[LEES VERDER >](#)



Voor achtergrondinformatie over:

[BANKENSECTOR >](#)

[ORGANISATIE >](#)

[BEROEPEN >](#)

[RISICO'S EN EFFECTEN >](#)

[COLOFON](#)

MEER BEWEGEN ACHTER EEN BEELDSCHERM

1 2 3

BEELDSCHERM WERK FYSIEKE ONDERBELASTING

IN BEWEGING KOMEN

WAT IS ER GEDAAN?

WAT LEVERT HET OP?

het inrichten van de thuiswerkplek. Hiervoor is een speciale webshop ingericht waarin vrijwel alles te vinden is in allerlei vormen, kleuren en maten. Zo zijn er ook hele kleine bureaus voor mensen die weinig plek hebben. Daarbij wordt goed gelet op ergonomie en beweging: er zijn alleen bureaus te bestellen met een zit-sta functie. Voor medewerkers met specifieke wensen en behoeften (medische indicatie) wordt maatwerk geleverd.

Via een digitaal consult kijkt een fysiotherapeut via de camera mee en helpt bij het goed instellen van de stoel. De fysiotherapeut geeft daarnaast advies over een goede indeling van de werkdag en wijst op de verschillende mogelijkheden die worden geboden. Zo worden medewerkers uitgenodigd om in beweging komen door middel van 'challenges', bijvoorbeeld om in groepsverband een bepaald aantal kilometers in een maand tijd af te

leggen. De nadruk van het platform ligt op productief werken, mentaal fit en gezond eten.

KORTE BEWEEGMOMENTEN

Voor online overleggen bestaat de mogelijkheid om te starten met een team energizer: een coach komt met creatieve oefeningen om in beweging te komen en op een ontspannen manier aan het overleg te beginnen. Er worden ook 'wandelingen met je collega's' georganiseerd. Mensen die bij elkaar in de buurt wonen kunnen samen wandelen, maar er zijn ook wandelingen 'samen' waarbij iedereen in zijn eigen buurt loopt, maar interactief in contact staat via oortjes. Zo ben je toch een beetje samen. Met dit soort initiatieven worden medewerkers gestimuleerd om meer te bewegen én ontstaat er meer informeel sociaal contact met collega's.

WORKOUTS IN ALLERLEI VORMEN

Voor actievere beweegmomenten biedt het platform live trainingen aan. Dit vindt plaats onder werktijd. Er is keuze uit allerlei trainingen



Voor achtergrondinformatie over:

BANKENSECTOR ►

ORGANISATIE ►

BEROEPEN ►

RISICO'S
EN EFFECTEN ►

LEES VERDER ►

COLOFON

MEER BEWEGEN ACHTER EEN BEELDSCHERM

1 2 3

BEELDSCHERM WERK FYSIEKE ONDERBELASTING

IN BEWEGING KOMEN

WAT IS ER GEDAAN?

WAT LEVERT HET OP?

van ontspanningssessies en desk work-outs tot yoga en intensieve work-outs. In planningen van de medewerkers is ruimte aanwezig om daadwerkelijk te kunnen deelnemen. Je moet 'planbaar kunnen deelnemen'. Dankzij videotrainingen is er meer flexibiliteit om te bewegen wanneer je dat wilt.

Voor lichamelijke klachten is fysiotherapie beschikbaar. Via een online consult bespreek je met een fysiotherapeut waar je last van hebt. De fysiotherapeut geeft toelichting bij het ontstaan en behandelen van de klachten en kan oefeningen geven om de klachten te helpen verminderen.

ARBO EFFECT RAPPORTAGE

Bij adviesplichtige wijzigingen wordt bij ING altijd een Arbo Effect Rapportage gemaakt. Hierin worden de effecten op wellbeing beoordeeld, zowel voor de individu als de organisatie als geheel. Er worden eisen opgesteld om de wijzigingen te laten bijdragen aan verbeteringen op het vlak van wellbeing. Zo zijn er in de thuiswerkwinkel alleen artikelen beschikbaar die voldoen aan de door Wellbeing gestelde eisen.

WEBINARS

Het platform biedt veel verschillende live webinars aan, die ingaan op specifieke onderwerpen, zoals preventie van fysieke klachten, vitaal thuiswerken en het creëren van gezonde werkgewoonten. Bijvoorbeeld een live webinar genaamd 'Oefeningen tegen nek- en bovenrugpijn'. Deelnemers volgen de sessie via Teams.

FYSIEK EN MENTAAL FIT

My Vitality is een speciaal platform waarmee medewerkers zichzelf zowel fysiek als mentaal kunnen verbeteren. Het biedt sportieve evenementen en uitdagingen waaraan ze alleen, in de eigen omgeving óf op locatie met collega's kunnen meedoen. Belangrijk uitgangspunt is dat iedereen mee kan doen. My Vitality is bedoeld om iedereen op zijn eigen manier te laten bewegen, ongeacht conditie en fitnessniveau.

ONBOARDING

Speciale aandacht is er voor het inwerktraject van nieuwe medewerkers. Dit is door het online

werken sowieso veranderd en er is een extra onderdeel over wellbeing toegevoegd. Hiermee wordt een duidelijk signaal afgegeven over hoe belangrijk ING dit vindt. Het is op deze manier een standaard onderdeel van het werkproces.

COMMUNICATIE EN BORGING

In de communicatie worden alle mogelijkheden die via het platform worden geboden continu onder de aandacht gehouden. Leidinggevendens wijzen op het belang van bewegen en via interne communicatie krijgt het een blijvende aandacht. Iedereen, maar met name leidinggevendens worden aangemoedigd om elkaar aan te spreken op de noodzaak en mogelijkheden om in beweging te komen en ook op stressfactoren en een gezonde energiebalans. Het is aan hen om het goede voorbeeld te geven en medewerkers ruimte te bieden om hun eigen behoefte op het gebied van vitaliteit in te vullen.

Voor achtergrondinformatie over:

BANKENSECTOR ►

ORGANISATIE ►

BEROEPEN ►

RISICO'S
EN EFFECTEN ►

COLOFON

MEER BEWEGEN ACHTER EEN BEELDSCHERM

BEELDSCHERM

WERK FYSIEKE ONDERBELASTING

IN BEWEGING KOMEN

WAT IS ER GEDAAN?

WAT LEVERT HET OP?

WAT LEVERT HET OP?

In 2021 is het Gezond Werken platform **70.830** keer bekeken door de ING-medewerkers. **7552** medewerkers maakten gebruik van een in- of ontspanningsmoment gedurende de werkdag. Medewerkers maken zowel gebruik van de on demand video's als de live yoga- en bootcamplessen. Wekelijks deden gemiddeld **41** medewerkers mee aan de yoga- en bootcamplessen. De module werd beoordeeld met een **8.7**. Aan de verschillende workouts doen zo'n **3000** medewerkers per maand mee.

De video's over het instellen van de thuiswerkplek werd door **4808** medewerkers bezocht. **41** medewerkers hadden behoefte aan

ondersteuning of meer toelichting en vroegen een online werkplekconsult aan. Deze adviesgesprekken werden beoordeeld met een **8.8**.

Ook de live webinars zijn zeer regelmatig bezocht door de ING-medewerkers. In 2021 maakte **5154** medewerkers gebruik van de module. Hier namen zij deel aan webinars zoals: 'het creëren van gezonde werkgewoontes', 'vitaal thuiswerken' en 'preventie van fysieke klachten'. De experts werden beoordeeld met een **9.1**.

In 2021 werden **48** team energizers aangevraagd, waarmee **728** medewerkers in beweging zijn gekomen. Aan de verschillende challenges deden **140** deelnemers mee. Uit de

evaluaties van het onboarding-programma blijkt dat het onderdeel wellbeing enorm wordt gewaardeerd.

Het My Vitality platform, waarmee medewerkers zichzelf zowel fysiek als mentaal kunnen verbeteren, heeft inmiddels meer dan 10.000 actieve accounts van medewerkers in zowel Nederland als België en Luxemburg.

GOUDEN TIP

Alexander Stolze:

"Plan gezond gedrag. Als je dat niet doet, gebeurt het niet."

Voor achtergrondinformatie over:

BANKENSECTOR ►

ORGANISATIE ►

BEROEPEN ►

RISICO'S
EN EFFECTEN ►

COLOFON

MEER BEWEGEN ACHTER EEN BEELDSCHERM

**BEELDSCHERM
WERK** FYSIEKE ONDERBELASTING

**IN BEWEGING
KOMEN**

**WAT IS ER
GEDAAN?**

**WAT LEVERT
HET OP?**

COLOFON

Uitgave: juli 2022

Tekst

Everlution | Eveline Janse

Vormgeving

Coek Design | Jennifer van Oers-Keek

Met dank aan

ING

DISCLAIMER ►

De Goede Praktijken zijn niet wetenschappelijk onderbouwd. De beschrijving geeft een goed voorbeeld van hoe de fysieke belasting in een bedrijf is aangepakt. De aanpak van de fysieke belasting kan nog verder verbeterd worden.

MEER WETEN? ►

Bekijk voor meer oplossingen voor fysieke onderbelasting in de arbocatalogus van de [arbocatalogus Architecten](#) van de SFA.

Deze Goede Praktijk kwam tot stand met medewerking van: TNO en het Ministerie van Sociale Zaken en Werkgelegenheid

Meer goede voorbeelden zien over duurzaam werken?

Kijk op: www.fysiekebelasting.tno.nl

Voor achtergrondinformatie over:

BANKENSECTOR ►

ORGANISATIE ►

BEROEPEN ►

**RISICO'S
EN EFFECTEN ►**

COLOFON