

FYSIEKE BELASTING

Fysieke belasting in de eierhandel

Veel werknemers in de eierbranche verrichten werk waarbij ze hun lichaam belasten. Het gaat om teveel tillen en dragen, trekken en duwen, slechte werkhoudingen en repeterende handelingen; staan en veelvuldig bukken kan slecht zijn voor de gezondheid. Met het verplaatsen van dozen eieren is het oppassen geblazen; vooral met ruggenwervels, spieren en pezen. Deze arbocatalogus geeft **algemene** en **specifieke richtlijnen** voor bedrijven en ook oplossingen in de vorm van **Goede Praktijken**. Per richtlijn wordt aangegeven wat de minimumeisen zijn die voor de bedrijven in de branche gelden en wat wenselijk is. Wensen kunnen bij grote investeringen meegenomen worden.



Risico

Gezondheidsklachten aan rug en ledematen en mogelijk ziekteverzuim.

Eisen:

- De fysieke belasting mag geen risico's met zich brengen voor de veiligheid en de gezondheid van de werknemer.
- Indien risico's niet kunnen worden voorkomen moeten deze worden beperkt middels bijvoorbeeld een andere organisatie van het werk, een andere inrichting van de werkplek, productie- of werkmethode, gebruik van hulpmiddelen of persoonlijke beschermingsmiddelen.
- Voor fysieke overbelasting geldt dat deze nader in kaart gebracht moet worden als een verdiepende inventarisatie volgend op de RI&E.

Wensen

- Langdurig staand werken (meer dan twee uur achtereen) of eenzijdige fysieke belasting wordt voorkomen.
- Ter afwisseling van lichamelijk zwaar of eenzijdig werk en ter preventie van gezondheidsklachten is het van belang om frequent te pauzeren. Dit kan worden bereikt door de werknemer vaker in de gelegenheid te stellen om het lichaam te ontspannen. Dat kan door het tijdens de werkdag regelmatig uitvoeren van rek- en strekoefeningen (iedere twee uur: 5 minuten). Voor alle activiteiten met een repeterend karakter en / of werkzaamheden met een statisch karakter (bijvoorbeeld langdurig staan) wordt dit sterk aanbevolen.
- Ongunstige tilsituaties vermijden door aandacht te hebben voor de hoogte van de transportbanen, het tilgewicht, stapelhoogte van pallets, en het voorkomen van veelvuldig bukken en draaien bij het inpakken van en palletiseren van dozen.
- Maak gebruik van elektrische pallettrucks in plaats van handpallettrucks bij intern transport.