



Belasting en Belastbaarheid in het kader van **Duurzame Inzetbaarheid**

Duurzame inzetbaarheid

We hebben steeds meer te maken met lichamelijke onderbelasting en overgewicht. Medewerkers met overgewicht verzuimen gemiddeld vaker en zijn minder productief. En dat terwijl de pensioenleeftijd verschuift naar 67 jaar.

Balans tussen belasting en belastbaarheid

Door aandacht te besteden aan een goede balans tussen de belasting en de belastbaarheid blijven medewerkers gezond. En kunnen ze nog lang genieten van hun pensioen

Belasting

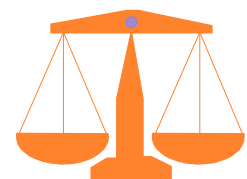
Een deel van de belasting die iemand ervaart is de fysieke belasting. Fysieke belasting komt voor in alle soorten beroepen. Een monteur moet zich soms in allerlei bochten wringen, een chauffeur zit veel, een inpakker maakt steeds dezelfde bewegingen en een orderpicker tilt zware dozen. Door een te hoge of eenzijdige fysieke belasting kunnen lichamelijke klachten ontstaan.

Belastbaarheid

Wanneer je ouder wordt verandert je belastbaarheid. Je kunt bijvoorbeeld minder kracht zetten, je conditie verslechtert en je hebt meer hersteltijd nodig. Ook verwerking van informatie gaat minder snel bij complexe taken. Daarnaast geldt dat je, naarmate je ouder wordt, meer kennis en ervaring hebt. Je moet dus slimmer gaan werken om klachten te voorkomen.

Balans tussen belasting en belastbaarheid

Door de belasting te verlagen en de belastbaarheid te verhogen kunnen oudere medewerkers verantwoord blijven werken. Een goede balans tussen belasting en belastbaarheid is echter niet alleen van belang voor oudere medewerkers. Daar kun je niet vroeg genoeg mee beginnen.



Evente Ergonomie helpt u graag bij:

Belasting verlagen:

- **Klachten voorkomen met goed beleid**

Wanneer medewerkers te maken hebben met fysiek belastende werkzaamheden kan een gestructureerd beleid een aantal klachten voorkomen. Wij helpen u met het opstellen van beleid voor Fysieke Belasting volgens een verbeteringscyclus met de stappen: Willen, Weten, Wegen, Werken en Waken.

- **Optimaliseren van fysieke belasting**

Wanneer de fysieke belasting van een functie te hoog of te eenzijdig is kunnen klachten ontstaan. Wij beoordelen de fysieke belasting van de functies. Wij geven advies voor aanpassingen aan functies of werkplekken en gebruik van hulpmiddelen. Daarnaast geven wij ook training aan de medewerkers.

- **Een passende functie en een passende werkplek**

In het kader duurzame inzetbaarheid analyseren en beoordelen wij, op detailniveau, de functies en werkplekken binnen uw bedrijf. Hieruit komt de fysieke en mentale belasting van iedere functie naar voren. Wij rapporteren dit in een stoplichtmodel, zodat de zwaarte van iedere functie in één oogopslag zichtbaar is. Wij geven advies voor aanpassing van werkplekken en functies voor zowel oudere medewerkers als medewerkers met klachten.

Belastbaarheid verhogen:

- **Workshop BRAVO**

Wellicht wilt ook u dat uw medewerkers het belang van een gezonde leefstijl inzien. U kunt ze niet dwingen om te sporten, te stoppen met roken en gezond te eten. U kunt ze wel tips en tools geven om hun eigen leefstijl te verbeteren. In deze interactieve workshop worden de 5 items van BRAVO behandeld. Dit zijn voldoende Bewegen, niet Roken, matig met Alcohol, gezonde Voeding en regelmatige Ontspanning.

Informatie

Voor meer informatie kunt u contact opnemen met
Carin van den Bosch Eur.Erg.

Mail: carin@evente.nl

Tel: 06 – 46 390 513

