



Lichamelijke klachten voorkomen?

Gebruik de Checklist Fysieke Belasting

U wilt graag dat uw medewerkers hun werk op een gezonde manier kunnen doen. Aandacht voor de fysieke belasting van uw medewerkers is dan onontbeerlijk. Bij fysieke belasting gaat het niet alleen om 'zware' taken, zoals tillen en duwen. Ook beeldschermwerk en repeterende bewegingen kunnen fysiek belastend zijn. Wilt u snel inzicht in de fysieke risico's in uw bedrijf? Gebruik dan de Checklist Fysieke Belasting.

Snel inzicht

De Checklist Fysieke Belasting is ontwikkeld door TNO in opdracht van het Ministerie van Sociale Zaken en Werkgelegenheid. Door deze digitale checklist in te vullen, heeft u een snelle indicatie van mogelijke fysieke risico's in uw organisatie. Ook krijgt u suggesties op maat voor een nadere analyse. Handig als u knelpunten in uw organisatie vermoedt of als uw RI&E te weinig inzicht biedt in fysieke risico's. De Inspectie SZW¹ gebruikt de Checklist Fysieke Belasting bij de inspecties.

Betrouwbare resultaten

Fysieke belasting is één van de arbeidsrisico's waar de Inspectie SZW op controleert. Bij een te hoge fysieke belasting kunnen medewerkers lichamelijke klachten krijgen waardoor zij hun werk niet meer goed kunnen doen. Ook kunnen lichamelijke klachten leiden tot verzuim. Maar wat is een te hoge belasting? Die vraag is soms lastig te beantwoorden. Er zijn al veel instrumenten die risicobeoordelingen uitvoeren op het terrein van fysieke belasting. Het toepassen van die instrumenten kan veel tijd kosten. En vaak is het niet nodig voor elk aspect een gedetailleerde risicobeoordeling uit te voeren. Daarom is de Checklist Fysieke Belasting ontwikkeld. De checklist herkent en beoordeelt snel de fysieke risico's in uw organisatie.

Voor iedereen toegankelijk

U heeft geen specifieke voorkennis nodig voor het invullen van de checklist. Hij is gemaakt voor alle professionals die verantwoordelijk zijn voor de werkomstandigheden in een organisatie. Dat kan een preventiemedewerker zijn, een arbocoördinator, een personeelsfunctionaris of een directeur/eigenaar bij kleinere organisaties. Ook arbodeskundigen van arbodiensten kunnen gebruik maken van de methode. De checklist is gratis en de resultaten zijn anoniem.

De Checklist Fysieke Belasting:

- Degelijke quickscan fysieke risico's
- Snel en betrouwbaar
- Vereist geen speciale voorkennis
- Gratis en anoniem

www.fysiekebelastingbeoordelen.tno.nl



¹ Op 1 januari 2012 is de Inspectie SZW van start gegaan. De Inspectie SZW voegt de organisaties en de activiteiten van de Arbeidsinspectie, de Sociale Inlichtingen- en Opsporingsdienst en de Inspectie Werk en Inkomen van het ministerie van Sociale Zaken en Werkgelegenheid samen.

Taken met risico's

U vult de checklist in met de taken van één of meer medewerkers in uw achterhoofd. De checklist inventariseert dan de risico's voor:

- Tillen en dragen
- Duwen en trekken
- Hand-arm taken (repeterende werkzaamheden)
- Werkhoudingen
- Beeldschermwerk
- Trillingen
- Energetische belasting

In één oogopslag

Na het invullen van de checklist krijgt u direct een beknopt overzicht van de resultaten. De rapportage kunt u printen of opslaan in Word. In de resultaten wordt elk risico apart behandeld. Zo ziet u in één oogopslag welke risico's in uw organisatie een rol spelen. Bij een groen stoplicht is er geen verhoogd risico op gezondheidsklachten: u hoeft dan geen vervolgacties te ondernemen. Bij een oranje stoplicht is er mogelijk wel sprake van een verhoogd risico op fysieke overbelasting. U doet er dan goed aan maatregelen te nemen die het risico op gezondheidsklachten verminderen. Een rood stoplicht geeft aan dat de kans zeer groot is dat er in uw organisatie belangrijke fysieke risico's zijn. In deze situaties verwijst de checklist u naar een betrouwbaar vervolginstrument voor nadere analyse. Ook deze vervolginstrumenten zijn vrij toegankelijk. De instrumenten kunt u vinden op www.arboportaal.nl.

Aanvulling op RI&E

Elke werkgever moet een RI&E uitvoeren, ook als u de checklist gebruikt. Als uit uw RI&E blijkt dat er in uw bedrijf mogelijk knelpunten zijn op het gebied van fysieke belasting, dan kunt u de checklist gebruiken om na te gaan om welke risico's het precies gaat. Soms is een RI&E erg globaal en ook dan kunt u de checklist gebruiken om meer inzicht te krijgen. Als uw RI&E al duidelijk aangeeft welke knelpunten er in uw organisatie zijn voor fysieke belasting, dan kunt u op die onderdelen direct gebruik maken van de vervolginstrumenten. De Checklist Fysieke Belasting heeft u dan niet meer nodig.

Vragen?

Wilt u contact opnemen met de Inspectie SZW voor een melding, klacht of vraag?

Telefoon: 0800-5151 (gratis)

Post: Postbus 820, 3500 AV Utrecht

www.inspectieszw.nl/contact

Voorkom gezondheidsklachten bij uw medewerkers én vervelende verrassingen tijdens een inspectiebezoek met de Checklist Fysieke Belasting.



Deze flyer is een uitgave van:

Inspectie SZW

De Inspectie SZW maakt deel uit van het
Ministerie van Sociale Zaken en Werkgelegenheid

vijfkeerblauw | SSS-610891

© Rijksoverheid | Juni 2012