



ARBO

Arbeidsomstandigheden



EEN GEZONDE EN VEILIGE WERKOMGEVING IN DE
BLOEMENDETAILHANDEL

Twee veel voorkomende arbeidsrisico's zijn:

Risico 1

Repeterende bewegingen



Risico 2

Werkstress



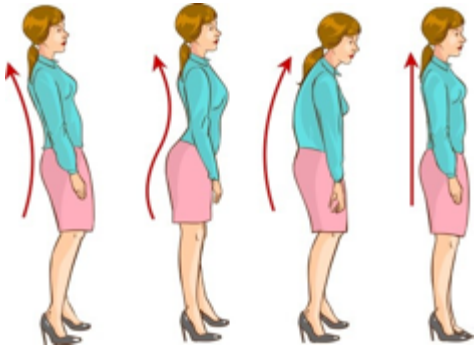
Wat is dat precies repeterende bewegingen?



Repeterende bewegingen zijn zich steeds herhalende bewegingen met de hand of arm.

De belasting door repeterende bewegingen wordt sterk bepaald door de houding, snelheid en krachttutoefening.

- door de lichaamshouding bij het uitvoeren van de repeterende bewegingen;
- door de snelheid van de repeterende bewegingen;
- door de kracht die uitgeoefend wordt tijdens het maken van de repeterende bewegingen, zoals de knijpkracht van de hand.



Houding



snelheid



Krachttutoefening

Belasting door repeterende bewegingen zoveel als mogelijk voorkomen door:

Handig organiseren

Handig inrichten

Handige hulpmiddelen

Bijdehand werken

Handelend optreden bij (gezondheids)klachten

Oog voor werkhouding



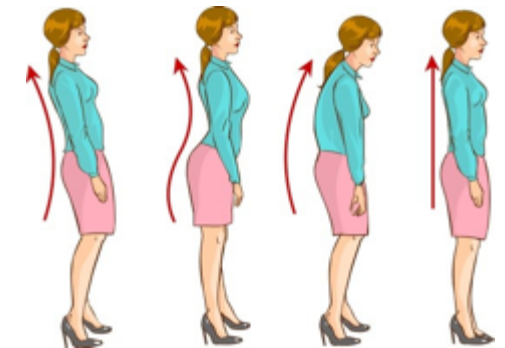
organiseren



Persoonlijk beschermingsmiddel



gereedschap



Werkhouding

Wat is werkstress?



- de werkdruk: pieken en dalen in drukte
- werken in een hoog tempo;
- het ontbreken van pauzemogelijkheden
- overwerk, lange werkdagen.



Werkstress zoveel mogelijk voorkomen door:

- de organisatie van het werk *Handig te organiseren*;
- de inrichting van de arbeidsplaats *Handig in te inrichten*;



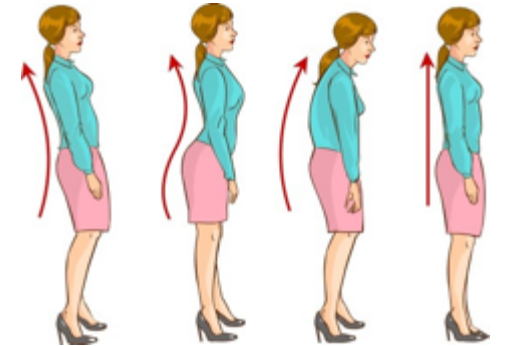
organiseren

hulpmiddelen en persoonlijke beschermingsmiddelen:

- voorlichting: *Bijdehand werken op de werkplek;*
- handelen bij (gezondheids)klachten: *Handelend optreden*



Persoonlijk beschermingsmiddel



Werkhouding



gereedschap



Wikiwijs