

# Tips

## OR en werkhouding

Een statische werkhouding is ongezond. Staand werk als lassen, inpakken, monteren en opereren kan spataderen veroorzaken. Lang zitten, bij beeldschermwerk, zorgt voor kromming en (over)belasting van de onderrug. Hoe ga je hier als OR mee om?

Koen Zonneveld, partner van Merlijn Training & Advies, [koen@breinvoorkeuren.nl](mailto:koen@breinvoorkeuren.nl)

Inventariseer binnen het bedrijf waar er problemen zijn met de werkhouding. Dit moet in de risico-inventarisatie en -evaluatie (RI&E) geïnventariseerd zijn. In het bijbehorende plan van aanpak staan de maatregelen. De kwaliteit van de RI&E en het plan van aanpak is echter niet altijd even goed. Het kan nodig zijn dat de OR de inventarisatie zelf doet, zeker als er klachten zijn van collega's. Bespreek vervolgens de uitkomst met de bestuurder.

Statische werkhoudingen zijn vooral een probleem als personeel meer dan vier uur per dag of meer dan een uur achter elkaar staand moet werken of meer dan zes uur per dag (sommige deskundigen houden het op vijf uur per dag) of meer dan twee uur achter elkaar moet zitten.

### Regels

Voor lichamelijke belasting zijn niet altijd wettelijke normen. De beleidsregels voor beeldschermwerk zijn vervallen, maar in veel arbocatalogi staan inmiddels richtlijnen en aanbevelingen. Het is verplicht om de risico's van de werkplek en werkhouding in de RI&E mee te nemen. Er staan wel enkele regels

in het Arbobesluit. Onder andere dat werkplekken ergonomisch ingericht moeten zijn, dat er voorlichting moet worden gegeven en dat de risico's moeten worden geïnventariseerd (Arbobesluit 5.1 tot en met 5.15). Dat geldt dus ook voor sta-werkplekken.

### Oplossingen

Ook bij werkhoudingen geldt: de bron-aanpak verdient de voorkeur. Kan de statische werkhouding worden voorkomen, bijvoorbeeld door het wijzigen van het productieproces? Als dat niet kan, is afwisseling van zittend en staand werk het beste. Dat zal vaak neerkomen op variërende werkzaamheden. Maar ook met dezelfde werkzaamheden is afwisseling mogelijk. Bijvoorbeeld door een beeldschermwerkplek in te richten waar een medewerker ook kan staan. Of door het gebruik van een sta-steun bij de sta-werkplek. Ga als OR eens kijken bij een bedrijf met soortgelijke werkzaamheden: hoe heeft men het daar opgelost? En in veel arbocatalogi staan oplossingen voor fysieke belasting door de werkhouding. Kijk of dat geldt voor de arbocatalogus in uw branche (zie [\[talogi?\]\(#\)/onderwerpen\). De Arbeidsinspectie heeft een informatieblad uitgegeven over dit onderwerp: AI-8, zittend en staand werk, SDU, Den Haag. Zie ook AI-2, werken met beeldschermen.](http://www.arboportaal.nl/types/alle/arboca-</a></p></div><div data-bbox=)

### Achterban

Laat de bestuurder voorlichting geven aan medewerkers die een risico lopen door hun werkhouding (dit is nog steeds wettelijk verplicht). Zorg ervoor dat deze medewerkers regelmatig een lichamelijke keuring aangeboden krijgen. Hierdoor komt dreigende gezondheidsschade vroegtijdig in beeld en ontstaat bewustwording van het risico bij de medewerkers. Uiteraard is het altijd goed om de collega's die een belastende werkhouding hebben te betrekken bij de oplossingen. Mensen zijn eerder geneigd om eigen oplossingen uit te voeren dan oplossingen die door anderen zijn bedacht. ○

Meer informatie over de rol van de OR bij de RI&E en arbocatalogus vindt u op ORnet. Klik op de hoofdrubriek Arbo.



ILLUSTRATIE: AREND VAN DAM