
Werkzaamheden: [Voorbereidende taken](#) [1] [Hogedruk reinigen](#) [2] [Vacuüm reinigen](#) [3] [Stralen](#) [4]

**Vorm van Fysieke
belasting:**

[Kracht zetten](#) [5] [Tillen en dragen](#) [6] [Trillingen](#) [7] [Duwen en trekken](#) [8] [Werkhoudingen](#) [9] [Repeterende handelingen](#) [10] [Energetische belasting](#) [11]

Type oplossing: Organisatorisch

Doel:

Medewerkers motiveren tot gedrag dat het risico op het krijgen van lichamelijke klachten verlaagt

Oplossing:

Medewerkers en leidinggevenden opleiden tot ergocoach.

De ergocoach heeft kennis en ervaring op het gebied van mogelijkheden tot verminderen van de fysieke belasting, verbeteren van werkmethoden en werkomgeving en juist gebruik van de juiste hulpmiddelen. De ergocoach motiveert medewerkers om een gedragsverandering teweeg te brengen zodat zij gezonder werkgedrag vertonen.

Er zijn verschillende instanties die ergocoaches opleiden.

Gevolg:

- Medewerkers zijn zich bewuster van de fysieke belasting tijdens hun werk én de mogelijke gevolgen hiervan. Zij zullen hun werkgedrag aanpassen.
- Door de juiste inzet van (til)hulpmiddelen en/of aanpassing van werkprocessen of werkplek wordt onnodige fysieke belasting tijdens het werk voorkomen.
- Medewerkers hebben een aanspreekpunt voor hun vragen over fysieke belasting en hoe er het beste mee om te gaan. Hierdoor is de drempel lager om met beginnende klachten aan de bel te trekken

Links

[1] <https://bctest.dearbocatalogus.nl/werkzaamheden/voorbereidende-taken> [2] <https://bctest.dearbocatalogus.nl/werkzaamheden/hogedruk-reinigen> [3] <https://bctest.dearbocatalogus.nl/werkzaamheden/vacu%C3%BCm-reinigen> [4] <https://bctest.dearbocatalogus.nl/werkzaamheden/stralen> [5] <https://bctest.dearbocatalogus.nl/vorm-van-fysieke-belasting/kracht-zetten> [6] <https://bctest.dearbocatalogus.nl/vorm-van-fysieke-belasting/tillen-en-dragen> [7] <https://bctest.dearbocatalogus.nl/vorm-van-fysieke-belasting/trillingen> [8] <https://bctest.dearbocatalogus.nl/vorm-van-fysieke-belasting/duwen-en-trekken> [9] <https://bctest.dearbocatalogus.nl/vorm-van-fysieke-belasting/werkhoudingen> [10] <https://bctest.dearbocatalogus.nl/vorm-van-fysieke-belasting/repeterende-handelingen> [11] <https://bctest.dearbocatalogus.nl/vorm-van-fysieke-belasting/energetische-belasting>