

Colofon

Vitaal aan het werk. Tijdschrift over arbeid en gezondheid is een officiële uitgave van de NVBF en wordt verspreid onder alle leden van de NVBF en betrokkenen in Nederland. De verantwoordelijkheid voor dit tijdschrift berust bij het bestuur van de NVBF.

Tekstbewerking en eindredactie
Mahlee Plekker
www.mahlee.nl

Vormgeving & druk
Anton Gouverneur,
www.desportuitgever.nl

Uitgever
NVBF
Postbus 248 3800 AE Amersfoort
Stadsring 159b 3817 BA Amersfoort
Telefoon: 033 - 467 29 00
E-mail: Secretariaat@nvbf.nl
www.nvbf.nl

Heeft u interessante content voor de uitgave van Vitaal van volgend jaar? Neem dan contact op met het secretariaat.

© 2019 NVBF. Je mag artikelen overnemen en/of vermenigvuldigen, na schriftelijke toestemming van de NVBF en met bronvermelding.



Groene golf

Wie kent het niet. Als je keurig de geadviseerde snelheidsregels in acht neemt, rijd je vloeiend langs alle stoplichten. De groene golf: een krachtige term. Als we naar de huidige ontwikkelingen in ons vakgebied kijken, lijkt het erop dat we in een groene golf zitten. De aandacht voor preventief werken in plaats van reactief in actie komen bij verzuim neemt toe. Ook binnen de zorg en de overheid. In Europees verband komt er in 2020 weer extra aandacht voor musculoskeletale klachten in relatie tot werk, leden merken een groeiende vraag naar hun deskundigheid, budget wordt vrijgemaakt om onderzoek te doen naar de effectiviteit van *(bedrijfs-)fysiotherapie voor arbeidsparticipatie en wereldwijd gaan we samen werken in de International Federation of Physical Therapists working in Occupational Health and Ergonomics (IFPTOHE). De seinen voor vooruitgang staan op groen! Van groot belang is dan ook het borgen van de kwaliteit door opleiding en registratie van de arbeids- en bedrijfsfysiotherapeut. Hier hapert de groene golf. De instroom is te laag en er moet gas

worden gegeven en worden doorontwikkeld om mee te komen in de groene golf. Voldoende nieuwe collega's aantrekken voor de vereiste scholing is de uitdaging. Onze partners op het werk moeten kunnen blijven vertrouwen op onze deskundige inzet. De NVBF zal de deskundigheid en registratie uitdragen bij gesprekspartners. Als jij dat blijft doen bij jouw gesprekspartners dragen we samen bij aan het draagvlak voor onze beroepsgroep. Zodat jouw opdrachtgevers op hun beurt bewust en geïnformeerd hun keuze voor de geregistreerde bedrijfsfysiotherapeut kunnen uitdragen. Laten we samen een groene golf creëren.

De NVBF maakt dit jaar extra mogelijkheden hiervoor beschikbaar, houd de nieuwsberichten goed in de gaten.

Yvonne de Leeuw-van Zaanen Msc., voorzitter NVBF

Interview Tineke Rens, arbeidshygiënist

Samenwerking NVBF & Stichting Sociaal Fonds Bakkersbedrijf



Sinds 2019 werken de Nederlandse Vereniging voor Bedrijfs- en Arbeidsfysiotherapeuten en Stichting Sociaal Fonds Bakkersbedrijf samen voor een veilig en gezond bakkersbedrijf en een vitale werkomgeving. De bakkerijbranche timmert flink aan de weg als het gaat om een vitale werkomgeving. Zo wordt de juiste manier van werken steeds meer de standaard. Welke thema's rondom gezond werken worden door Veilig en Gezond in het Bakkersbedrijf al aangepakt en wat betekent de samenwerking tussen NVBF en SSFB?

"Iedereen wordt blij van lekker brood, goed gebak. Bakkers zijn als ambachtslieden trots op hun product, maar het is ook zwaar werk met afwijkende werktijden en bijzondere fysieke belasting. Dat maakt het moeilijk maar ook extra belangrijk om een vitale werkomgeving te creëren", vertelt Tineke Rens. "Om een goed beeld te krijgen van de behoefte van de bakkerijbranche is een schets van de sector van belang: de bakkerijbranche is een sector met zo'n 2000 bedrijven in Nederland. Hiervan zijn zo'n 50/60 industriële bakkerijen. De rest zijn ambachtelijke bakke-

rijen en een flink aantal 'eenpitters' (kleinere cupcakeshops, marktkoopmensen, ijsmakers). Dit betekent dat er in aantallen werknemers een groot deel werkt in de kleinere bakkerijen. Grote industriële bakkerijen hebben vaak een eigen HRM-afdeling die verantwoordelijk is voor duurzame inzetbaarheid. Maar bij de kleinere bedrijven waar bijvoorbeeld de eigenaar zelf nog midden in de nacht opstaat om te gaan bakken, is het één van de vele onderwerpen die op een bedrijf afkomt. Juist bij deze doelgroep is een praktijkgerichte aanpak belangrijk. Alleen be-

2 Groene golf

Van de voorzitter

3 Samenwerking NVBF & Stichting Sociaal Fonds Bakkersbedrijf

Interview met Tineke Rens, arbeidshygiënist

6 Bewust Belast

App speciaal voor medewerkers met zwaar fysiek werk

8 Werk aan de winkel voor de bedrijfs- en arbeidsfysiotherapeut!

Casus

10 Snel weer aan de slag met een tenniselleboog

Interview Dr Ydo Kleinlugtenbelt, trauma orthopeed-chirurg

12 Weerstand, de aanpak

Uit de praktijk door dr Jan H. de Graaf en dr Jinke D. van der Laan

17 "Autonomie is een enorme motor voor de energie in medewerkers"

Expert Arjen Banach aan het woord

20 Bezoek aan International Labour Organization (ILO) NVBF Internationaal

22 Hoe blijf je uit de re-integratievertraging valkuil?

7 tips uit de praktijk

leid is niet voldoende, met Veilig en Gezond in het Bakkersbedrijf wijzen wij de weg door wettelijke normen en beleid te vertalen naar begrijpelijke en branchespecifieke praktische informatie."

Veilig en Gezond in het Bakkersbedrijf

Om deze informatie op een inzichtelijke manier te clusteren werkt Veilig en Gezond in het bakkersbedrijf op basis van een aantal thema's: De helpdesk vitaliteitsregeling, Blij met stofvrij, Veilig werken, Gezond werken.

Vitaliteit: In de CAO Bakkersbedrijf is de vitaliteitsregeling geïntroduceerd. Deze vitaliteitsregeling staat voor 80% werken, 90% loon en 100% pensioenopbouw. Dit is een belangrijke stap richting een leeftijdsbewust personeelsbeleid in de bakkerijbranche. Iedere parttime of fulltime werkende medewerker van zestig jaar of ouder kan en mag deelnemen aan de vitaliteitsregeling. Werkgever en werknemer maken samen afspraken.

Blij met stofvrij: Tijdens het werken in een bakkerij kan een grondstofallergie ontstaan door het werken met meel en enzymen. Hoe minder de werknemers worden blootgesteld aan meel, hoe kleiner de kans op deze allergie. Veilig en Gezond in het Bakkersbedrijf geeft met het Handboek Stofbeheersing en online filmpjes tips en informatie over stofarm werken (www.blijmetstofvrij.nl) en biedt medewerkers bijvoorbeeld een periodiek medisch onderzoek aan.

Veilig werken: In de bakkerijbranche liggen de grootste risico's bij lichamelijke belasting, machineveiligheid, hitte en geluid. Veilig en Gezond in het Bakkersbedrijf heeft in samenwerking met werkgevers- en werknemersorganisaties verschillende instrumenten ontwikkeld om ondernemers en werknemers te helpen bij preventief werken.



Veilig en Gezond in het Bakkersbedrijf heeft in samenwerking met werkgevers- en werknemersorganisaties verschillende instrumenten ontwikkeld om ondernemers en werknemers te helpen bij preventief werken.

Gezond werken: Mentale of lichamelijke overbelasting kunnen leiden tot langdurige uitval. Preventie is hierin het belangrijkste, vindt Veilig en Gezond in het Bakkersbedrijf. Als er al sprake is van klachten, dan kan Veilig en Gezond in het bakkersbedrijf nu al zo snel mogelijk hulp organiseren door bijvoorbeeld een gratis intake bij een psycholoog aan te bieden.

Samenwerking

Om knelpunten qua fysieke belasting preventief aan te pakken, werkt Veilig en gezond in het Bakkersbedrijf met preventieve (groeps-)trainingen of in company-trainingen. De trainingen worden gegeven door STEP (landelijke organisatie voor herstel en voorkomen van klachten aan het lichaam). Daarnaast is er een vragenlijst beschikbaar op de website van Veilig en Gezond waarmee werknemers eventuele knelpunten op het gebied van lichamelijke belasting kunnen inventariseren. Als blijkt dat er knelpunten qua fysieke belasting zijn die men niet zelf op kan lossen, dan wordt er doorverwezen naar een register bedrijfsfysiotherapeut. Tineke Rens: "Hier komt dan ook de samenwerking met de NVBF om de hoek kijken.

De register bedrijfsfysiotherapeuten van het NVBF, die een extra scholing gevolgd hebben met betrekking tot de methodiek participatieve werkplekaanpassing (PWA), zullen deze werknemers volgens een geprotocolleerde aanpak individueel begeleiden en adviseren.

Algemene handleidingen of de wettelijke regelgeving zijn niet altijd pasklaar in te zetten voor onze branche. Veilig en Gezond in het Bakkersbedrijf kan deze regelgeving vertalen naar branchespecifieke aanbevelingen en regels, maar nu ook aanvullen met passend advies en praktische aanbevelingen vanuit het NVBF."

Praktisch

"Een van de uitdagingen van de bakkersbranche is de trots die de bakkers voelen voor hun product", vertelt Tineke Rens. "Ze werken met producten waar mensen blij van worden, een product dat lekker ruikt. De ambachtsman heeft zijn trots. Ze hebben een mooie zaak en een goed product waar de focus op ligt, het is dan makkelijk om jezelf te verliezen en minder goed op jezelf te passen. Het is dan ook moeilijk om mensen duidelijk te maken dat de grondstof waarmee ze hun mooie product maken ze, bij inademing, óók ziek kan maken. Of dat door bijvoorbeeld andere houdingen en bewegingen, de fysieke belasting van hun dagelijkse werkzaamheden positief kan worden beïnvloed, duurzame inzetbaarheid dus."

"De praktische uitvoerbaarheid en juiste toon van het advies is daarom in deze branche extra belangrijk. Dit vraagt om een zekere sensitiviteit en een advies op maat. Wil je echt wat met je inhoudelijke advies bereiken, dan moet het om maatregelen gaan waar mee aan de slag gegaan kan worden. Hoe kun je de werkgever het beste ondersteunen? Wat is haalbaar binnen een klein bedrijf? Met praktische handleidingen, duidelijke filmpjes en een informatieve website geven wij de werkgevers en werknemers handvatten om mee aan de slag te gaan. De praktische hulp van de NVBF gaat hier zeker aan bijdragen. Er zijn bijvoorbeeld nog weinig cijfers over de fysieke belasting binnen de bakkersbranche. Ook daar ligt een van de kansen van de samenwerking met de NVBF. Participatieve werkplekaanpassing, tools hoe je het beste kunt tillen. Bovendien zijn we ons ervan bewust dat – hoewel het werk zwaar is – je maar een deel van de dag op je werk bent. Ook in het overige deel van je dagelijks leven is een gezonde houding belangrijk!"



Stichting Sociaal Fonds Bakkersbedrijf

In de CAO bakkersbedrijf worden ook afspraken gemaakt over duurzame inzetbaarheid en ontwikkeling van werknemers. Waar nodig financiert de Stichting Sociaal Fonds Bakkersbedrijf activiteiten op dat gebied.

www.sociaalfondsbakkersbedrijf.nl



Even voorstellen: Tineke Rens

Als arbeidshygiënist combineert Tineke Rens Arbokennis met medisch inhoudelijke kennis en kennis van preventie. Ze begon als Verpleegkundige, specialiseerde zich tot Arboverpleegkundige en coördinator en werd bij het Productschap Akkerbouw beleidsmedewerker arbeidsomstandigheden. Voor het Nederlands Bakkerij Centrum in Wageningen is Tineke Rens nu coördinator Veilig en Gezond werken in het bakkersbedrijf. Samen met Carolien Verwaal en Ineke Hemmes is ze verantwoordelijk voor Veilig en Gezond in het Bakkersbedrijf en Blij met Stofvrij. Veilig en Gezond in het Bakkersbedrijf coördineert de projecten van het Sociaal Fonds Bakkersbedrijf op het gebied van arbeidsomstandigheden en duurzame inzetbaarheid.

www.veiligengezond.nl

