

## Bijlage 1

### Leerwerkopdracht Expeditie Inspectie

**Werkterrein:** Ergonomie en Fysieke belasting

Leerwerkopdracht: Fysieke belasting is meer dan alleen tillen en dragen. Onder andere duwen/trekken, werkhoudingen en repeterende handelingen zijn hier ook vormen van. Vaak is de werkplekinrichting bepalend voor de houdingen die werknemers aannemen of toepassen van bepaalde werkmethodes.

Bekijk onderstaande foto's en lees de bijschriften.

- 1) Welke knelpunten met verschillende vormen van fysieke belasting zie je op de foto's of maak je op uit de tekst?
- 2) Bekijk de website van TNO ([www.fysiekebelasting.tno.nl](http://www.fysiekebelasting.tno.nl)). Hier worden een aantal methoden gepresenteerd waarmee verschillende vormen van fysieke belasting kunnen worden beoordeeld. Welke methode(n) zou je op deze werksituatie toepassen op basis van de huidige informatie en waarom? Let op; alleen beargumenteren, je hoeft deze werkzaamheid niet daadwerkelijk in de methode (n) in te voeren.

Foto 1; Afvullen van flesjes. De zittende mevrouw vult 23 flesjes per minuut (1380 per uur). Ze pakt links een leeg flesje, vult deze en zet met rechts het gevulde flesje weg. Haar voeten steunen op ijzeren plateau van de werktafel, naast het krat.



Foto 2; Twee werknemers draaien doppen op de gevulde flesjes, ongeveer 11-12 stuks per minuut (660-720 per uur). Vervolgens schuiven ze de flesjes met dop richting de 4<sup>e</sup> werknemer. Beide werknemers staan aan de werktafel. Deze werknemers hebben een 8-urige werkdag, met vastgestelde pauzetijden in verband met de noodzakelijk samenwerking op de werkplek en de uitgebreide hygiënische maatregelen die getroffen moeten worden voordat ze de werkplek kunnen betreden.



Foto 3; Twee werknemers staan, pakken de gevulde flesjes en draaien de doppen erop. Een vierde werknemer pakt de gevulde flesjes met dop soms per stuk, soms geclusterd en legt de flesje netjes gerangschikt neer in een krat die naast de werktafel staat (zie ook foto 2). De vierde werknemer voert deze werkzaamheden zittend uit.



**Antwoorden:**

- 1) Langdurig staan, reiken, geen goede zitgelegenheid, repeterende handelingen, gebogen werkhouding bij het wegleggen van flesjes, etc
- 2) de Checklist Fysieke belasting (algemeen beeld van knelpunten), WHI (werkhoudingen), HARM (Hand-armtaken)