

## Opstellen beleid lichamelijke belasting

De belangrijkste oorzaken van lichamelijke onder- of overbelasting liggen in de werkorganisatie. De taken in de functie, de regelmogelijkheden en de ervaring van medewerkers bepalen voor een groot deel de lichamelijke belasting.

Als werkgever ben je verantwoordelijk voor de arbeidsomstandigheden in je organisatie. Onderdeel van die verantwoordelijkheid is het arbobeleid. Het voeren van dat beleid heeft vooral zin als het planmatig gebeurt, op basis van haalbare en toetsbare doelstellingen, afspraken en activiteiten. Het beleid lichamelijke belasting vormt een onderdeel van het overkoepelende arbo- en verzuimbeleid.

### Beschrijving

Het beleid lichamelijke belasting heeft een duidelijke doelstelling met betrekking tot lichamelijke klachten. Bijvoorbeeld het terugdringen van lichamelijke klachten met 10% per jaar voor de komende 3 jaar. Of het actief begeleiden van medewerkers die met rugklachten zijn uitgevallen.

Volgens de Arbowet (artikel 3) mag er van het werk geen nadelige invloed uitgaan op veiligheid en de gezondheid van de medewerker. In dat artikel staat tevens:

- De risico's dienen zoveel mogelijk bij de bron te worden bestreden;
- De inrichting van de arbeidsplaats, de arbeidsmiddelen en de werkmethoden dienen zoveel mogelijk aangepast te zijn op de persoonlijke eigenschappen van de werknemer;
- Kort cyclisch werk dient te worden vermeden.

### Voordelen

Door het opstellen en uitvoeren van een beleid lichamelijke belasting kun je het aantal lichamelijke klachten en het verzuim terugdringen. Bijkomende voordelen zijn:

- verbetering van kwaliteit van je diensten;
- imagoverbetering van je organisatie;
- verhoging van de motivatie en betrokkenheid van medewerkers;
- behoud en aantrekken van arbeidskrachten.

### Tips voor leidinggevenden

- Maak bij het opstellen van het beleid lichamelijke belasting gebruik van de kennis binnen je organisatie. Gebruik de RI&E en andere onderzoeken en vraag hulp van inhoudsdeskundigen.
- Bij het opstellen van het beleid lichamelijke belasting kun je gebruik maken van dit [raamwerk](#) <sup>[1]</sup>.
- Toets je beleid met een aantal medewerkers, de preventiemedewerker en de OR/PVT.
- Verdeel de taken die voorkomen uit het beleidsplan.
- Zet in je beleidsplan wie verantwoordelijk is voor de uitvoering van de verschillende taken, welke geldmiddelen hiervoor ter beschikking staan en op welk termijn verschillende onderdelen gerealiseerd dienen te zijn.
- Evalueer het beleid elk jaar en stel, daar waar nodig, bij.

### Tips voor medewerkers

Vraag bij je leidinggevende of de preventiemedewerker naar het beleid lichamelijke belasting.

### Categorieën:

Locatie: Bungalowpark / Camping / Groepsaccommodatie / Zweminrichting

Functiegroep: Ontvangst en veiligheid / Overig (leiding/staf/admin) / Recreatie en vermaak / Schoonmaak en logistiek / Techniek en groen / Voedselbereiding en bediening / Winkelverkoop / Zwembad (en omgeving)

Belasting: Duwen en trekken / Energetische belasting / Repeterende bewegingen / Staan en lopen / Tillen en dragen / Werkhouding

### Bijlage:

 [Raamwerk van een beleid lichamelijke belasting](#) <sup>[1]</sup>

---

**Bron-URL:** <https://kikk-recreatie.dearbocatalogus.nl/maatregel/opstellen-beleid-lichamelijke-belasting>

### Links

[1] [https://kikk-recreatie.dearbocatalogus.nl/sites/default/files/recreatie/oplossing/raamwerk\\_van\\_een\\_beleid\\_lichamelijke\\_belasting.pdf](https://kikk-recreatie.dearbocatalogus.nl/sites/default/files/recreatie/oplossing/raamwerk_van_een_beleid_lichamelijke_belasting.pdf)