

## Ergonomische schop

Schoppen worden gebruikt voor het lossteken en verplaatsen van grond, onder andere bij het graven van putten en sleuven voor kabels en leidingen. Een schop waarvan het blad goed bij het werk past en die lang genoeg is, zorgt voor minder lichamelijke klachten en minder vermoeidheid.

### Voordelen

Met een goed passende schop hoef je minder te bukken en te buigen en is minder inspanning nodig. Daardoor krijg je minder snel last van je rug en word je minder snel moe. Door een aan het blad gelaste strip ontstaat er minder schade aan schoenen en voeten.

### Beschrijving

Een schop bestaat uit een steel met een schepblad en kent onder andere de volgende hoofd uitvoeringen:

- schop voor los zand (bats);
- schop voor dicht of nat zand;
- schop voor lossteken van grond of scheppen in zware klein of zeer dicht zand (steekspade).

### Tips

- Kies een schop die past bij de uit te voeren werkzaamheden en bij je lichaamslengte.
- Kies de juiste schop voor een bepaalde grondsoort. In de kleigrond is een spade of steekschop het meest geschikt en bij zandgrond is dat een halfronde plantschop.
- Om in een zo gunstig mogelijke lichaamshouding te werken is het belangrijk dat de lengte van de steel is afgestemd op je lichaamslengte. Als je de schop recht boven de grond houdt, moet het uiteinde van de steel iets boven je heup uit komen.
- Zorg dat het blad van de schop glad blijft zodat je het met weinig weerstand in de grond kunt steken.
- Gebruik de schop in combinatie met een terrein schoonmaakwagen, waar je de schop op mee kunt nemen.

De ergonomische schop valt onder de categorie gereedschappen <sup>[1]</sup>. Kijk in dit document voor een overzicht van beschikbare hulpmiddelen en meer informatie en tips voor zowel leidinggevend als voor medewerkers.

### Aandachtspunten

- Handvatten zijn er in T-vorm of in D-vorm. Een D-vorm heeft de voorkeur, omdat je dan meer grip hebt en meer kracht kunt zetten.
- Het maximale gewicht van de schop inclusief het blad is 8 kg. Schoppen met een aluminium blad zijn lichter dan schoppen met een stalen blad.


### Categorieën

Locatie: Bungalowpark / Camping / Zweminrichting

Functiegroep: techniek en groen / zwembad (en omgeving)

Belasting: energetische belasting / werkhouding

### Hulpmiddelen:

 Gereedschappen

## Gereedschappen <sup>[1]</sup>

Er wordt een onderscheid gemaakt tussen handgereedschappen en aangedreven gereedschappen. Handgereedschappen zijn gereedschappen die je met je handen vasthoudt en waarbij je zelf de beweging moet maken en de kracht moet leveren. Aangedreven gereedschappen leveren de kracht en de beweging. Die hoef je alleen in de goede positie te houden.

### Mogelijkheden:

Voorbeelden van handgereedschappen zijn:

- Ergonomisch snoeigereedschap;
- Ergonomische schop;
- Grondboor;
- Heggenschaar.

Voorbeelden van aangedreven gereedschappen zijn:

- Elektrisch aangedreven menger;
- Elektrische snoeischaar.

**Tips voor leidinggevenden:**

- Laat medewerkers gereedschappen eerst uitproberen, voordat je ze gaat aanschaffen.
- Als je bepaalde gereedschappen veelvuldig gebruikt, overweeg dan de aanschaf van aangedreven gereedschappen.
- Maak afspraken met de technische dienst over periodieke keuring en onderhoud.
- Zorg voor voldoende afwisseling in werkzaamheden, zodat een medewerker niet de gehele dag met hetzelfde gereedschap hoeft te werken.
- Gereedschap dat je slechts periodiek nodig hebt, kun je wellicht ergens huren.

**Tips voor medewerkers:**

- Als je last krijgt van je handen, armen of polsen als gevolg van het gebruik van gereedschap, meld dit dan direct aan je leidinggevende.
- Werk niet door met gereedschap dat mankementen vertoont. Breng dit gelijk naar de technische dienst om te repareren.
- Als je veel moet lopen met je gereedschap dan is een verrijdbare gereedschapskist <sup>[2]</sup> een goede optie. Je hoeft dan niet al het gereedschap steeds zelf te verplaatsen.

**Voordelen:**

Goed gereedschap verlicht het werk en vermindert de kans op lichamelijke klachten. Daarnaast kun je veel tijd besparen met gebruik van goed gereedschap. Aangedreven gereedschap bijvoorbeeld werkt sneller.

**Aandachtspunten:**

Er zijn vele vormen van handgereedschappen. De volgende minimumeisen worden gehanteerd:

- Tijdens het werken met gereedschappen moeten extreme standen van gewrichten, met name polsen, voorkomen worden.
- Het contactvlak sluit aan bij de vorm van de hand en de vingers. Een handgreep mag in het midden niet dikker zijn dan aan de uiteinden.
- De breedte van de handgreep is minder dan 10 cm.

---

**Bron-URL:** <https://kikk-recreatie.dearbocatalogus.nl/maatregel/ergonomische-schop>

**Links**

[1] <https://kikk-recreatie.dearbocatalogus.nl/hulpmiddelen/gereedschappen>

[2] <https://kikk-recreatie.dearbocatalogus.nl/maatregel/verrijdbare-gereedschapskist>