

Awards voor goede praktijken voor een gezonde werkplek 2020-2022

CASESTUDY



Preventie van letsel aan het bewegingsapparaat bij een bedrijf gespecialiseerd in professionele visuistrusting



ORGANISATIE/BEDRIJF

UAB Vonin Lithuania

LAND

Litouwen

SECTOR

Vervaardiging van koord,
bindgaren, touw en
netten

WERKZAAMHEDEN

Handmatig naaien van
traditionele visnetten



Bron: UAB "Vonin Lithuania"

Achtergrond

UAB Vonin Lithuania produceert sleepnetten en kooien voor viskwekerijen. Het bedrijf werd in 2013 in Šiauliai opgericht en heeft zijn productiecapaciteit en personeelsbestand sindsdien uitgebreid. Momenteel telt het bedrijf 242 werknemers, waarvan 80% vrouwen.

In 2020 werd een geautomatiseerde naaimachine aangekocht waarmee vier keer sneller lussen kunnen worden genaaid dan met de hand. De fysieke werklast voor de werknemers wordt daardoor sterk verminderd. Sommige klanten geven echter de voorkeur aan touwen/netten die op de traditionele manier met de hand zijn geknoopt.

Gedurende vijf opeenvolgende dagen of langer moeten werknemers een spoel door lussen rond het 22 mm dikke touwframe en de mazen steken. De steken worden om de 1,52 cm geplaatst en het garen moet stevig rond het touw worden aangetrokken met de ene hand, terwijl het touw met de andere hand wordt vastgehouden.

Het werkproces werd bestudeerd en de tijdens het vasthouden en spannen van het garen met de hand uitgeoefende kracht werd gemeten. Tijdens het spannen van het garen bleek de hand een weerstandslast van 10 tot 12kg te ondergaan. In de laatste trekfase bereikt de last op dat moment zelfs een piekwaarde van 20 tot 30kg. De werknemers voeren per werkdag ongeveer 1.800 van dergelijke bewegingen uit en ervaren soms nog grotere weerstandskrachten.

In 2019 registreerde het bedrijf drie ongevallen waarbij werknemers schouderpijnen of gewrichten verstuikten. Bovendien was er sprake van een aanzienlijk personeelsverloop. Aangezien het fundamentele werkproces niet kan worden gewijzigd, werd specifiek aandacht besteed aan de opleiding van werknemers in knooptechnieken en een frequentere rotatie van het personeel van de ene werkplek naar de andere om spier- en skeletaandoeningen (SSA's) te voorkomen.

Doelstellingen

Het bedrijf wil de werknemers meer bewust maken van de juiste ergonomische werkhoudingen en methoden om SSA's te voorkomen.

Wat is er gedaan en hoe?

- Er werd een risicobeoordeling uitgevoerd van de werkplek. Er werd advies gevraagd aan fysiotherapeuten en er werden een aantal preventieve maatregelen genomen. Er werd een rotatieregeling ingevoerd voor werknemers die fysiek inspannende werkzaamheden verrichten. Werknemers kunnen nu van taak wisselen als hun spieren overbelast raken.
- Uit overleg met fysiotherapeuten bleek dat werknemers de werkzaamheden alleen met hun schouder- en armspieren uitvoerden, zonder gebruik te maken van rug-, borst-, heup- en beenspieren. Ook werd geconstateerd dat de sta- en zithoudingen moesten worden verbeterd, dat de hoogte van de werkplek moest worden aangepast en dat werknemers zich onvoldoende bewust waren van het belang van een goed ingerichte werkplek.
- In ergonomische trainingen voor werknemers werd het belang van een correcte werkmethode benadrukt om lichamelijke belasting te verminderen. Er werden andere werkmethoden voorgesteld om de pols-, hand- en ellebooggewrichten te beschermen, zoals werken met een neutrale polspositie, voorkomen van stoten op de hand bij het werken met een spoel (ter bescherming van het ellebooggewricht) en het

inzetten van de kracht van de spieren van het gehele lichaam om het trekken van de draad te vergemakkelijken.

- Teamleiders volgden een opleiding ergonomie om werknemers die niet ergonomisch werken te kunnen corrigeren en begeleiden.
- Aan het begin van elke shift werden korte oefeningen van vijf minuten gehouden om de spieren en gewrichten van het gehele lichaam op te warmen.
- Werknemers kunnen voor of na het werk oefenen met een professionele coach om de spieren van het gehele lichaam te trainen met behulp van het eigen lichaamsgewicht (al naar gelang hun individuele vermogen). De training omvat oefeningen voor het tillen, trekken en duwen van lasten, vergelijkbaar met de handelingen die tijdens het werk worden uitgevoerd.
- Inmiddels wordt bijzondere aandacht besteed aan beroepsrisico's in het kader van introductiecurricula, regelmatige instructies en interne controleactiviteiten.
- De trainers besteden bijzondere aandacht aan nieuwe medewerkers en hun ergonomische training en taakrotatie.
- Voor alle werknemers staan pols- en elleboogspalken ter beschikking om zo nodig pijn te verlichten.

Wat is er bereikt?



Bron: UAB "Vonin Lithuania"

- De onderneming reageerde onmiddellijk op nieuwe, door medewerkers gesignaleerde risicofactoren en zorgde ervoor dat alle incidenten werden onderzocht.
- De onderneming zag de tevredenheid op het werk stijgen en het personeelsverloop dalen.
- Het risico op schouderverstuikingen werd geminimaliseerd.
- In 2020 deden zich geen ongevallen in verband met SSA's of andere risicofactoren voor.

Succesfactoren

- Er werd snel gereageerd op nieuwe risicofactoren en medewerkers werden betrokken bij het zoeken naar oplossingen.
- De onderneming vroeg advies aan specialisten (ergonoom, specialist op het gebied van lichaamsbeweging).
- Er werden opleidingen voor werknemers en werkgeversvertegenwoordigers gegeven.
- Veiligheid en gezondheid op het werk werd geïntegreerd als onderdeel van interne controles.



Bron: UAB "Vonin Lithuania"

Overdraagbaarheid

De aanpak waarbij deskundige ergonomische opleidingen over werkmethoden en lichaamsbeweging worden aangeboden, kan gemakkelijk worden overgenomen door andere bedrijven waar werknemers repetitieve handmatige taken moeten uitvoeren die een belasting van bepaalde spieren tot gevolg hebben en die niet kan worden vervangen door technische- of organisatorische veranderingen.

Kosten en baten

Kosten:

- € 120 per maand (specialist lichaamsbeweging)
- € 400 (trainingsapparatuur)
- € 200 (opleiding ergonomie (vast bedrag))
- 10 uur gespreid over een periode van 3 maanden (tijd besteed aan ergonomische training)

Voordelen:

- Geen verloren werkdagen als gevolg van werkgerelateerde SSA's
- Werknemers zijn gemotiveerd om risico's te melden nu de werkgever zo snel reageert

Belangrijkste kenmerken van voorbeeld van goed praktijken

- Aangezien veel taken handmatig moeten worden uitgevoerd, werd een zorgvuldige analyse gemaakt om de veiligste werkwijze te vinden.
- Door ergonomische en lichamelijke training hebben werknemers geleerd hoe zij hun werkzaamheden op een veiliger manier kunnen uitvoeren en hoe zij letsel kunnen vermijden door de spieren van hun gehele lichaam te gebruiken in plaats van specifieke spieren te veel te belasten.
- Taken afwisselen helpt eveneens om risico's te verminderen.

Meer informatie

Meer informatie is te vinden op

<https://vonin.eu>

In ergonomische trainingen voor werknemers werd het belang benadrukt van een correcte werkmethode om de lichamelijke belasting te verminderen.