

FYSIEKE BELASTING

Heb je vanuit de arbocatalogus 'Fysieke belasting' of de Arbo-RI&E Grafimedia geconstateerd dat je aan de slag wil met de fysieke belasting van medewerkers, dan is daar in de grafimediabranche een divers aanbod voor beschikbaar.

CREATE YOUR FUTURE

Onder de naam Create your future is via A&O Fonds Grafimediabranche gebruik te maken van de MDIEU subsidieregeling (Maatwerkregeling Duurzame Inzetbaarheid & Eerder Uittreden). Deze regeling loopt tot en met 31 december 2025 en biedt een aantrekkelijke subsidie die als KVG lid kan oplopen tot 75% van de investering. Speciale activiteiten en subsidies helpen bedrijven op weg met de aanpak naar duurzaam inzetbare medewerkers. Meer weten? Neem contact met ons op of plan een vrijblijvend adviesgesprek via info@createyourfuture.nl, of 0318-539106.

Meer informatie is te vinden via deze [link](#)

FYSIEKE BELASTING AANPAKKEN

In de grafimedia branche voert 50% van de medewerkers regelmatig fysiek belastend werk uit. Wil je aan de slag met het verlichten van de fysieke belasting op de werkvloer dan heeft Create your future diverse oplossingen. Uiteraard is maatwerk voor jouw organisatie ook altijd mogelijk.

INTERVENTIE

De workshop 'Fit en Gezond op je werkplek'

Werkplekbezoek met individueel advies

MEER INFO

Tijdens deze workshop wordt duidelijk waar de fysieke belasting in het lichaam door ontstaat en hoe medewerkers dit kunnen verbeteren door goede bewegingstechnieken.

Onderdelen die aan bod komen:

- Hoe kun je bewegingen analyseren?
- Wat zijn de meest belastende momenten?
- Wat kun je zelf doen om de belasting om laag te brengen?

In de uitvoering werken we met meer stabiliteit, betere verdeling van de belasting over links en rechts en kortere werkafstanden. Hierdoor neemt de belasting op spieren en gewrichten af en wordt het risico op uitval door overbelasting met fysieke klachten verlaagd. Wanneer deze arbeidsmotoriek, net als in de sport, goed getraind wordt ontstaat bij de medewerkers een automatisme. Het bedrijf ontvangt na de werkplekbezoeken een bedrijfsrapportage met algemene adviezen zodat fysieke belasting blijvend aandacht krijgen in de organisatie.

Na de workshop worden de deelnemers individueel begeleid op de werkvloer. Iedereen ontvangt 20 minuten persoonlijke aandacht om een vertaling te maken van de theorie naar de eigen praktijk. Ook ontvangt iedere medewerker schriftelijke informatie. Zodoende kan de medewerker de eigen werkhouding en werkplek aanpassen waardoor risico's op lichamelijke klachten verminderen.

