

# Welkom bij de Gezond & Zeker Innovatiedag 2024

The logo for 'Gezond & zeker' is located in the top right corner. It features the text 'Gezond' in a bold, white, sans-serif font above '& zeker' in a similar font. To the right of the text is a white icon of a person with arms raised. The entire logo is set against a red and orange gradient background that is part of a larger graphic element.

**Gezond  
& zeker**

In actie voor veilig, energiek en gezond werken

# Kleine hulpmiddelen groot gemak

13-5-2024

# Check-in, scan de QR



Check in "Kleine Hulpmiddelen,  
Groot Gemak".



# Linda ten Katen - Stigter

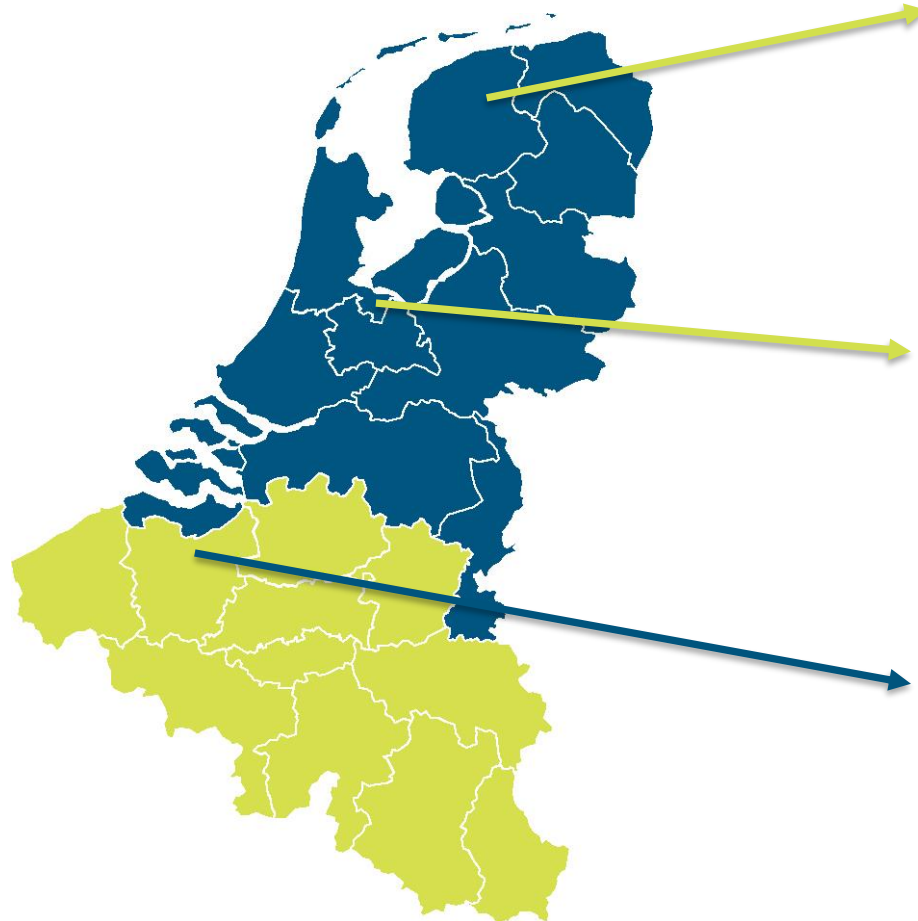


- Manager advies en training
- Ergotherapeut
- Adviseur Arbeid en Gezondheid (mastercourse)
- Gecertificeerd vaktrainer

# Ons Ideaal



*“Health2Work believes the world would be a better place if a **healthy** and **sustainable** working environment increased **fun** and **job satisfaction** making people **happier** and more **productive**.”*



# Na vandaag



## Ergonomisch adviseurs buitendienst



**Heine de Bruin**  
Algemeen directeur



**Floris Lindeman**  
Commercieel directeur



**Jasper Manenschijn**  
Business unit manager  
zorg/zorginnovator



**Ruud Hanssen**  
Ergonomisch adviseur



**Hadi Smedema**  
Ergonomisch adviseur



**Jouw nieuwe werkplek?**  
Bekijk onze vacatures!



**Linda ten Katen**  
Manager Advies en  
Trainingen



**Annet Zwinkels**  
Ergonomisch adviseur



**Martijn Rietbergen**  
Teamleider verkoop  
buitendienst



**Gymoon van Oostveen**  
Ergonomisch adviseur



**Joël van der Ploeg**  
Ergonomisch adviseur



**Lars Volders**  
Ergonomisch adviseur

# Preventieve aanpak

*Ziekteverzuim (grijs en wit verzuim)*

Productivity loss is often calculated from sick leave data. However in our study only 20% of the reduction of productivity was recorded sick leave.

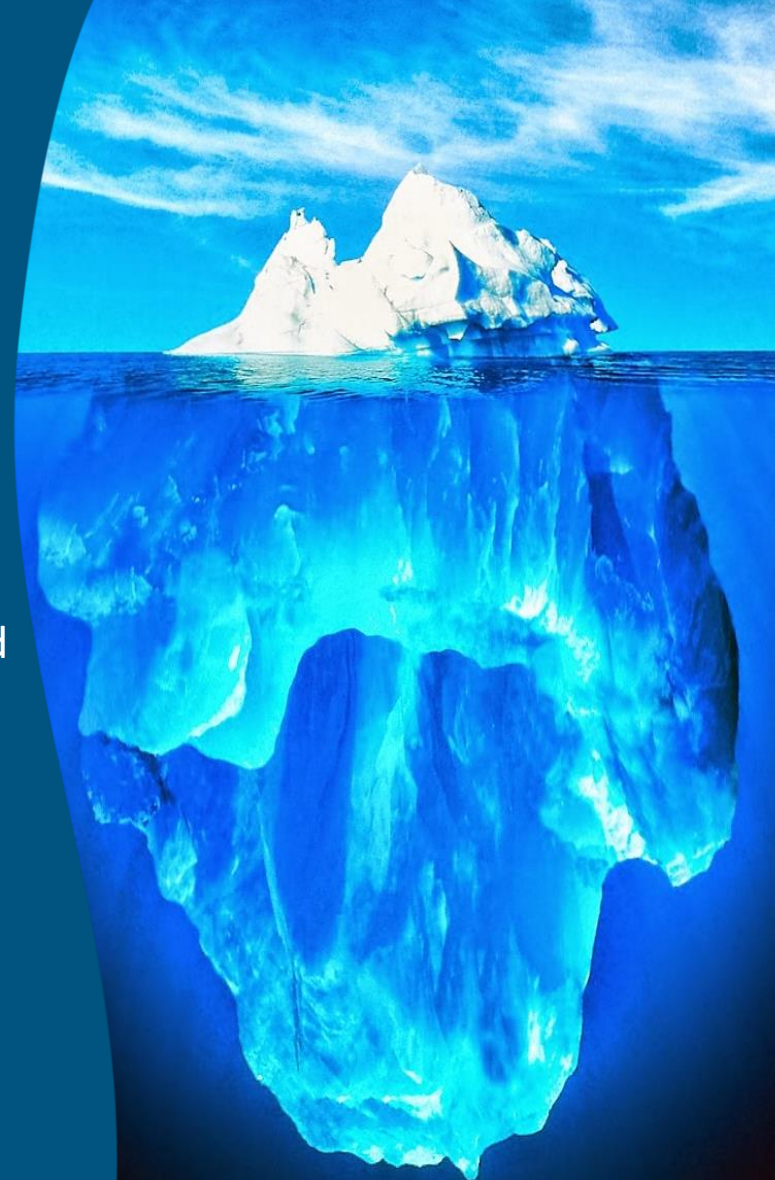
## Onderzoeksresultaten

Ziekteverzuim = 20% productiviteitsverlies

Grijs verzuim = 80% productiviteitsverlies

Productiviteitsverlies = 5 x ziekteverzuim

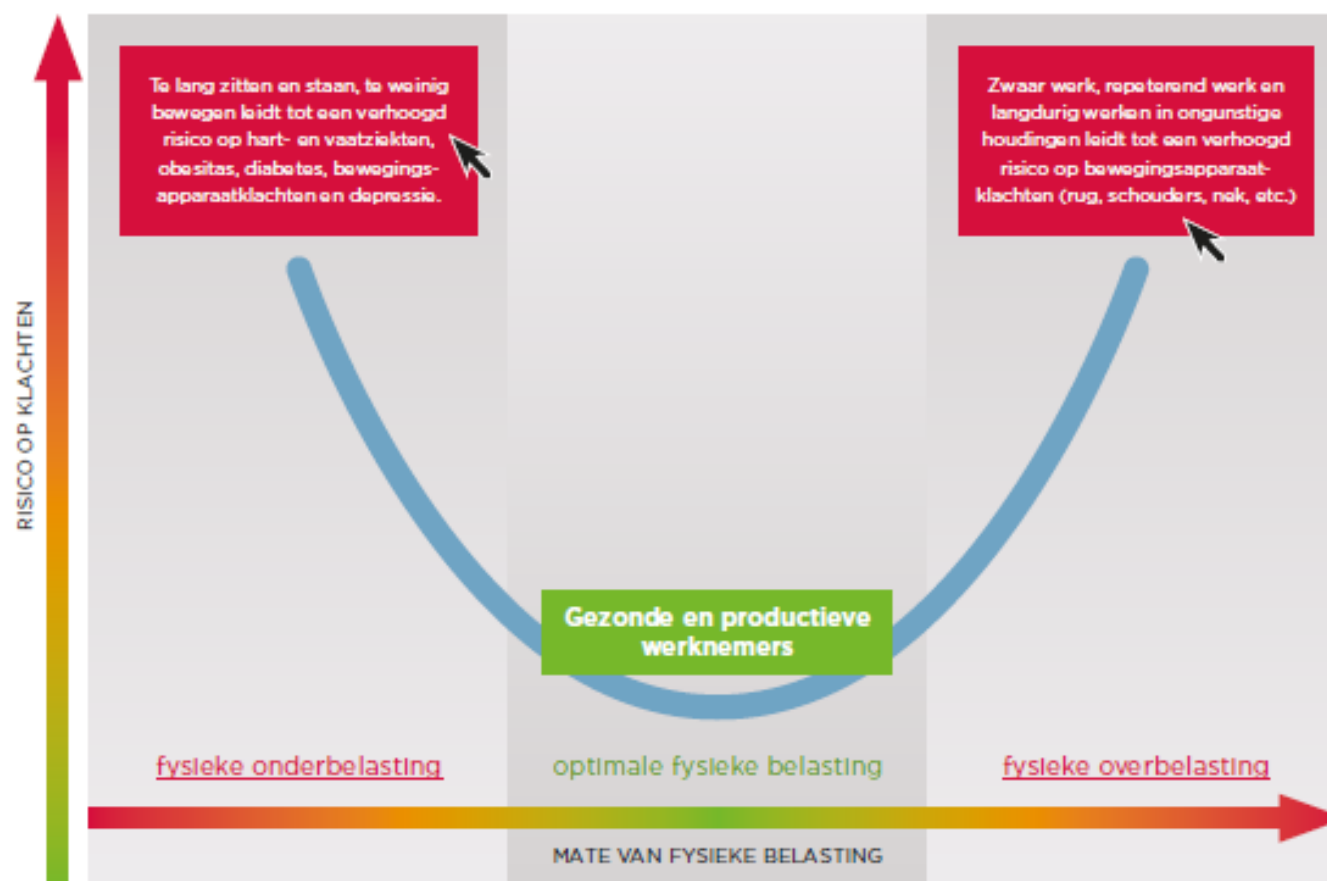
*Bron: Hagberg, Occupational Medicine*





## WAT IS FYSIEKE BELASTING?

Fysieke belasting is hetzelfde als 'lichamelijke belasting'. We onderscheiden fysieke overbelasting en onderbelasting; beide kunnen leiden tot gezondheidsklachten en zijn daarom van belang voor een duurzaam gezonde inzet van mensen. *Klik voor verdere toelichting op de teksten in onderstaande figuur.*



# Uitdagingen



- De dagelijkse uitdagingen....
- Schrijf je uitdagingen op de whiteboardmuur

# Statische belasting



**DE EXPERT** FYSIEKE BELASTING,

Gepubliceerd op 03 juni 2019

## 'Statische belasting is een sluipmoordenaar'

Járen gaat het goed, maar dan kom je thuis te zitten. Met rugklachten bijvoorbeeld. Statische belasting is een “sluipmoordenaar” die veel langdurige uitval in de zorg veroorzaakt. Hanneke Knibbe is bewegingswetenschapper en hielp IZZ een e-learningmodule voor zorgmedewerkers te ontwikkelen over statische belasting.



# Handelingen

- Verplaatsen in de stoel
- Omrollen in bed
- Van lig naar zit in bed
- Aankleden

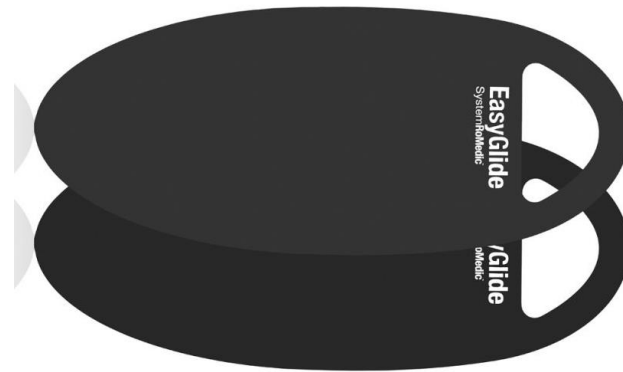


# Achterin de stoel verplaatsen



- Opdracht:
- Zak onderuit
- Ga achterin de stoel zitten, herhaal dit
- Voel en observeer

# Achterin de stoel verplaatsen



# Hammengang



# Draaien in bed, doen 😊



- Draai in het midden van het bed,
- van je linker zijde naar je rechter zijde,
- voel wat er gebeurt en observeer.



- 1. Verplaatsen
- 2. Draaien
- Beïnvloedende factoren:
  - Meehelpen/ zelfstandigheid
  - Gewicht
  - Schuifkrachten
  - zwaartekracht

# Oppervlak/ visie op verplaatsen



The logo for 'Gezond & zeker' is located in the top right corner. It consists of the words 'Gezond' and '& zeker' in a white, sans-serif font, with a stylized white figure of a person jumping or running above the ampersand. The logo is set against a background of overlapping orange and yellow shapes.

**Gezond  
& zeker**

In actie voor veilig, energiek en gezond werken

# Glijdekens/combinaties

Glijdekens/combinaties

*soft*



**Gezond  
& zeker**

In actie voor veilig, energiek en gezond werken

## **Passend glijzeil**

Aandachtspunten:

Controle doelmatigheid en werking

Gewicht van de client

Handkracht

Werkhouding

# Aankleden



The logo for 'Gezond & zeker' is located in the top right corner. It consists of the words 'Gezond' and '& zeker' in white, bold, sans-serif font, stacked vertically. To the right of the text is a stylized white icon of a person with arms raised. The entire logo is contained within a yellow-to-orange gradient oval shape. Below the main text, a smaller line of text reads 'In actie voor veilig, energiek en gezond werken'.

**Gezond  
& zeker**

In actie voor veilig, energiek en gezond werken

The background of the image is a blurred factory floor. In the foreground, there are several bright orange, cushioned mats or pieces of equipment. A person wearing a blue and white striped shirt is partially visible on the right side of the frame. The text 'Glijmateriaal/ laken/ handschoenen/ Dressmaster' is overlaid in large, white, bold, sans-serif font across the center of the image.

**Glijmateriaal/ laken/ handschoenen/  
Dressmaster**

# Bedankt voor de aandacht! De ergonomiegids aanvragen?

