

# Arbocatalogus pkgv-industrie

## Inrichting arbeidsplaats

### Bijlage 5

#### Ergocoach

##### **Wat is een ergocoach?**

Ergocoaches zijn medewerk(st)ers die naast hun werkzaamheden een extra verantwoordelijkheid op zich hebben genomen voor de preventie en vermindering van fysieke belasting. Het gaat hierbij niet alleen om tillen, dragen etc., maar om fysieke belasting in een veel bredere zin. Voorbeelden zijn: langdurig staan of zitten, repeterende bewegingen, ongunstige werkhoudingen, hurken en knielen.

##### **Achtergrond ergocoach**

Een ergocoach is een bij voorkeur ervaren medewerker die goed op de hoogte is van de werkzaamheden die worden uitgevoerd, en die ook geïnteresseerd is in de fysieke risico's en de preventie van fysieke (over)belasting. De ergocoach heeft een zekere basiskennis van (de risico's van) fysieke belasting. Hij heeft daarvoor bij voorkeur een opleiding of training gevolgd in de theoretische achtergronden van fysieke belasting (ergonomie, richtlijnen, inrichting werkplekken), het herkennen van fysieke problemen op de werkplek en het goed tillen, dragen, trekken en duwen.

##### **Taken ergocoach**

De ergocoach is aanspreekpunt, aanjager én motivator: samen met de betrokken medewerkers wordt bekeken hoe bepaalde werkzaamheden fysiek minder belastend kunnen worden gemaakt of kunnen worden voorkomen. De medewerkers kunnen bij de ergocoach terecht met hun vragen en knelpunten. De term 'coach' geeft aan dat het gaat om iemand die collega's ondersteunt en de aandacht voor fysieke belasting warm houdt. Een ergocoach is ook in staat om, bijvoorbeeld tijdens het werkoverleg, een instructie te geven over arborisico's in relatie tot fysieke belasting.

##### **De voordelen van een ergocoach**

Een ergocoach is bij voorkeur een eigen medewerker, zodat kennis over risico's en preventie in het bedrijf aanwezig is en blijft. Het bedrijf hoeft niet telkens een externe adviseur in te schakelen. Knelpunten kunnen snel en in een korte tijd opgepakt worden. Omdat de ergocoach goed op de hoogte is van de werkzaamheden en wat kan en niet kan, zullen de voorgestelde maatregelen realistisch en haalbaar zijn. Tot slot: de ergocoach observeert en inventariseert en is daarmee een informatiepunt voor het te voeren arbobeleid.