



**VEILIGHEID VERSTERKT
ALS JE SAMENWERKT**

Voorkom lichamelijke klachten en blessures!



Naam presentator: Léon Gardien, register bedrijfsfysiotherapeut

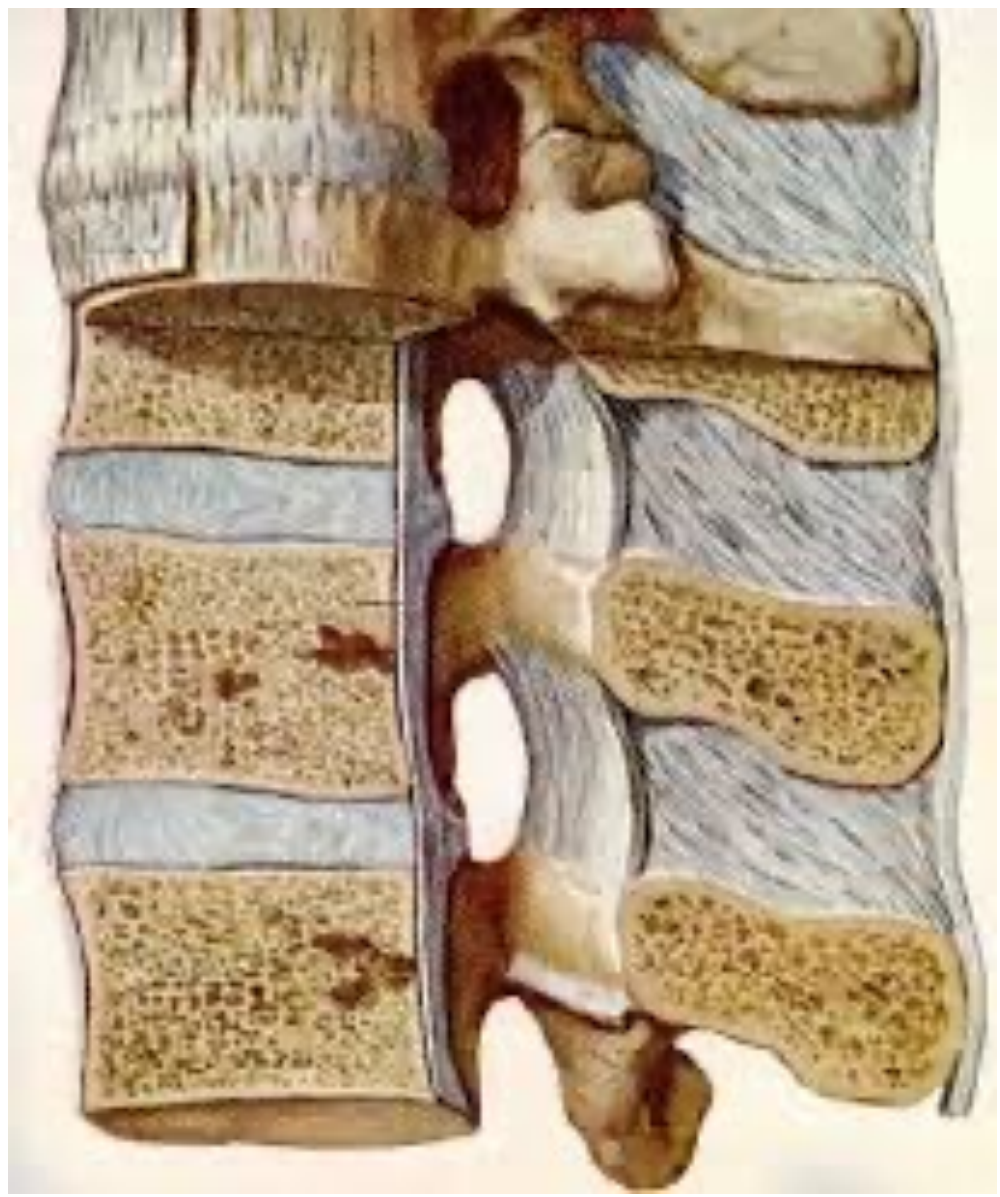


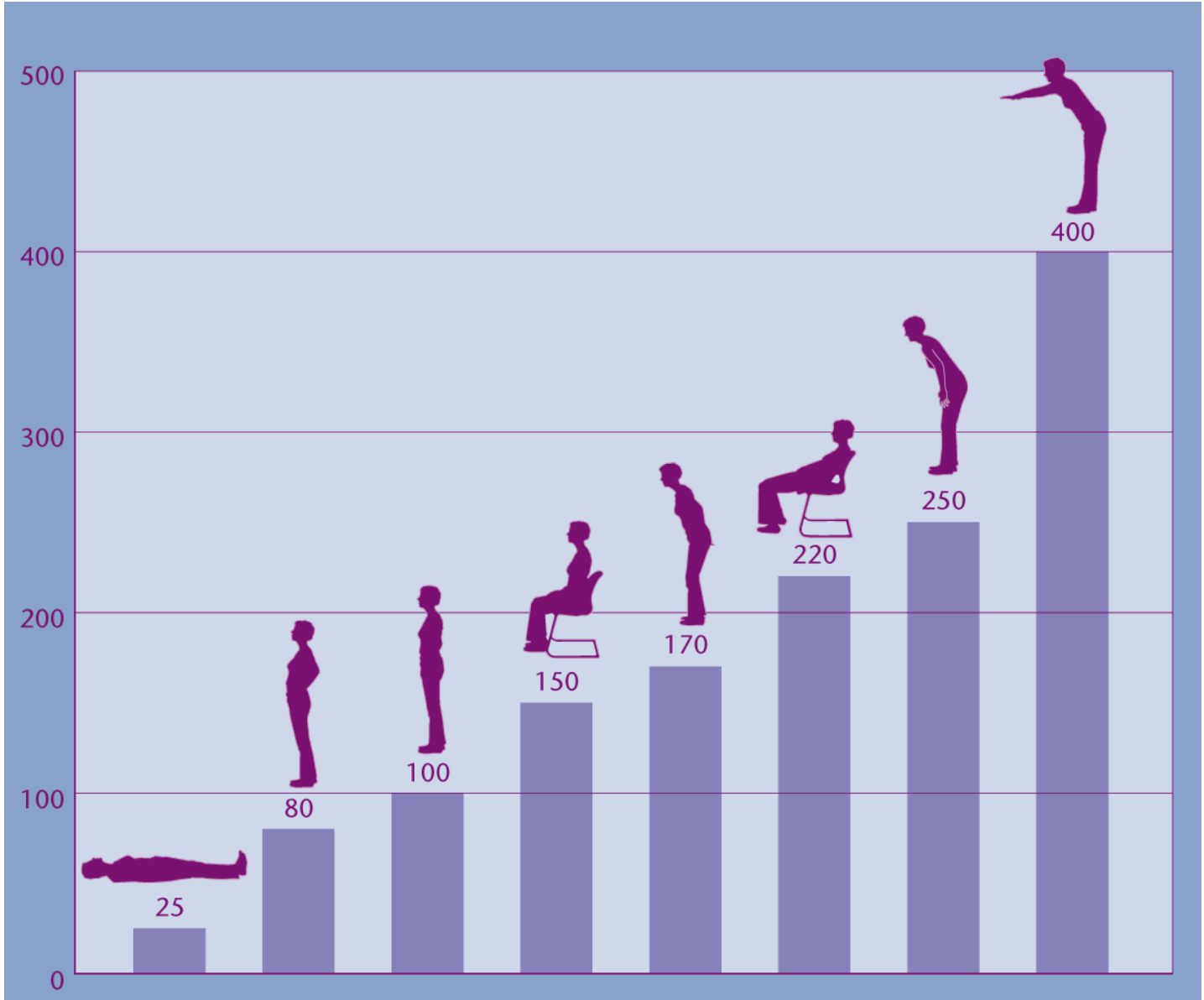


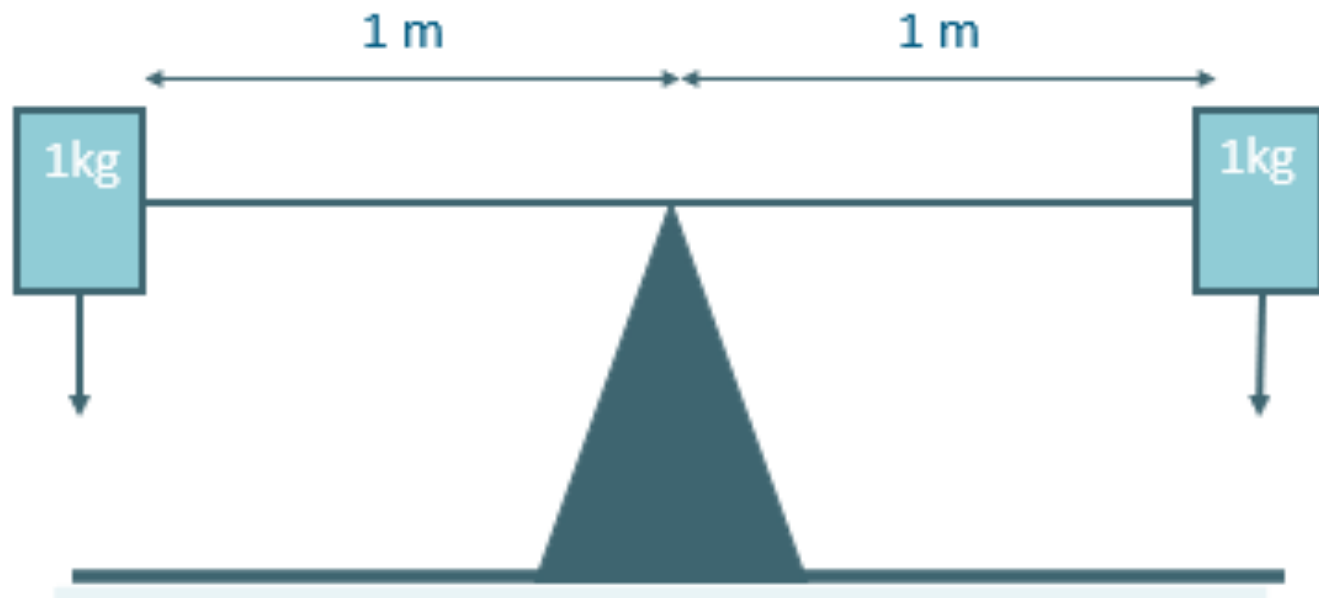
Programma

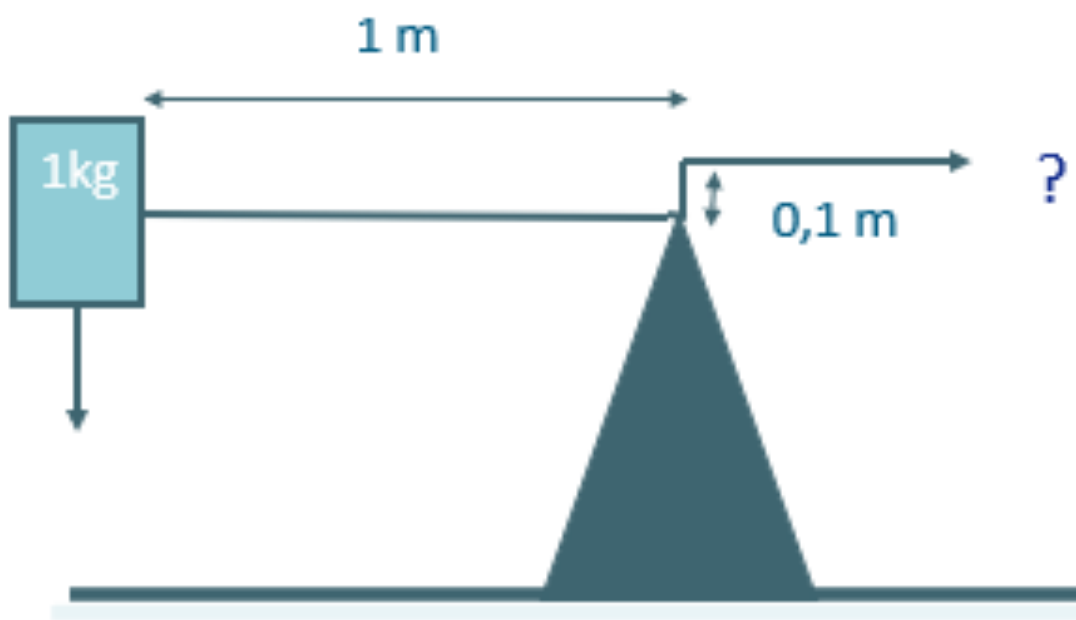
- Ontstaan en voorkomen van rug-, schouderklachten en KANS
- Vormen van fysieke belasting
- Risico's van fysieke belasting in de praktijk

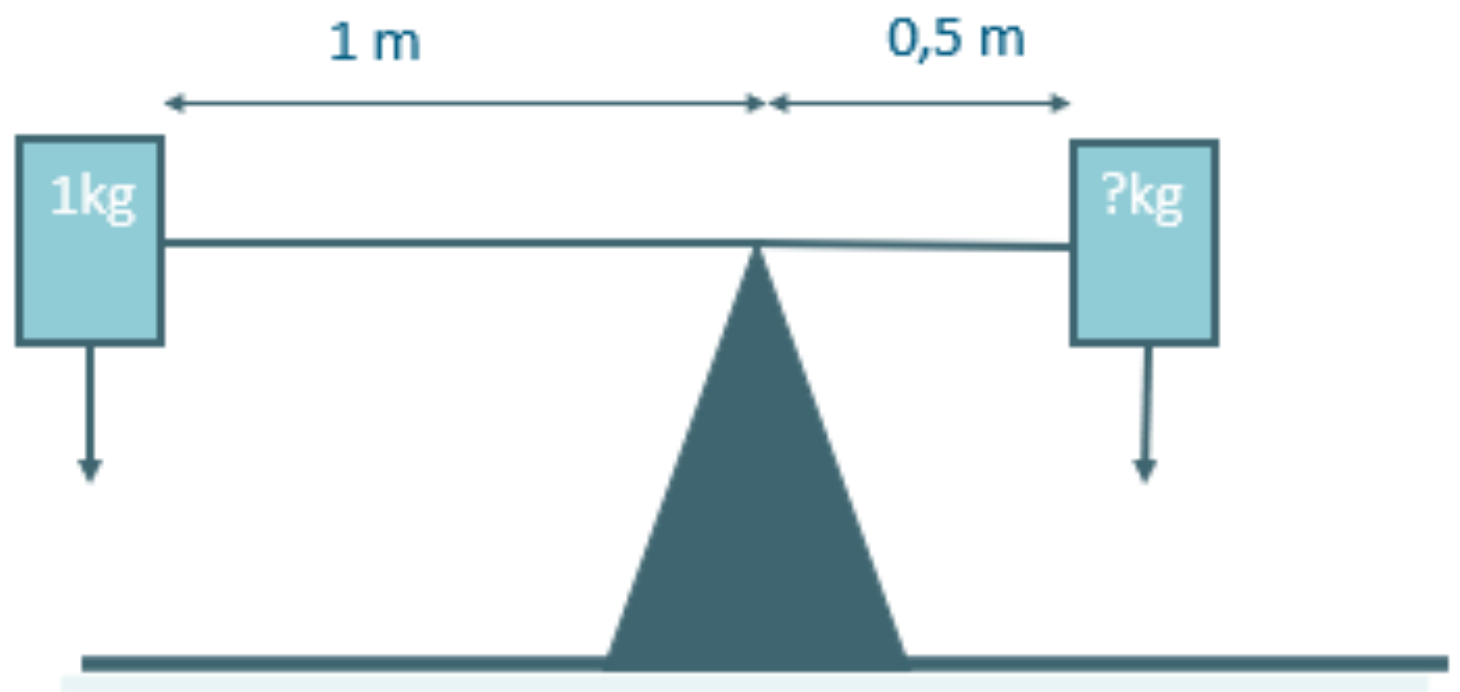


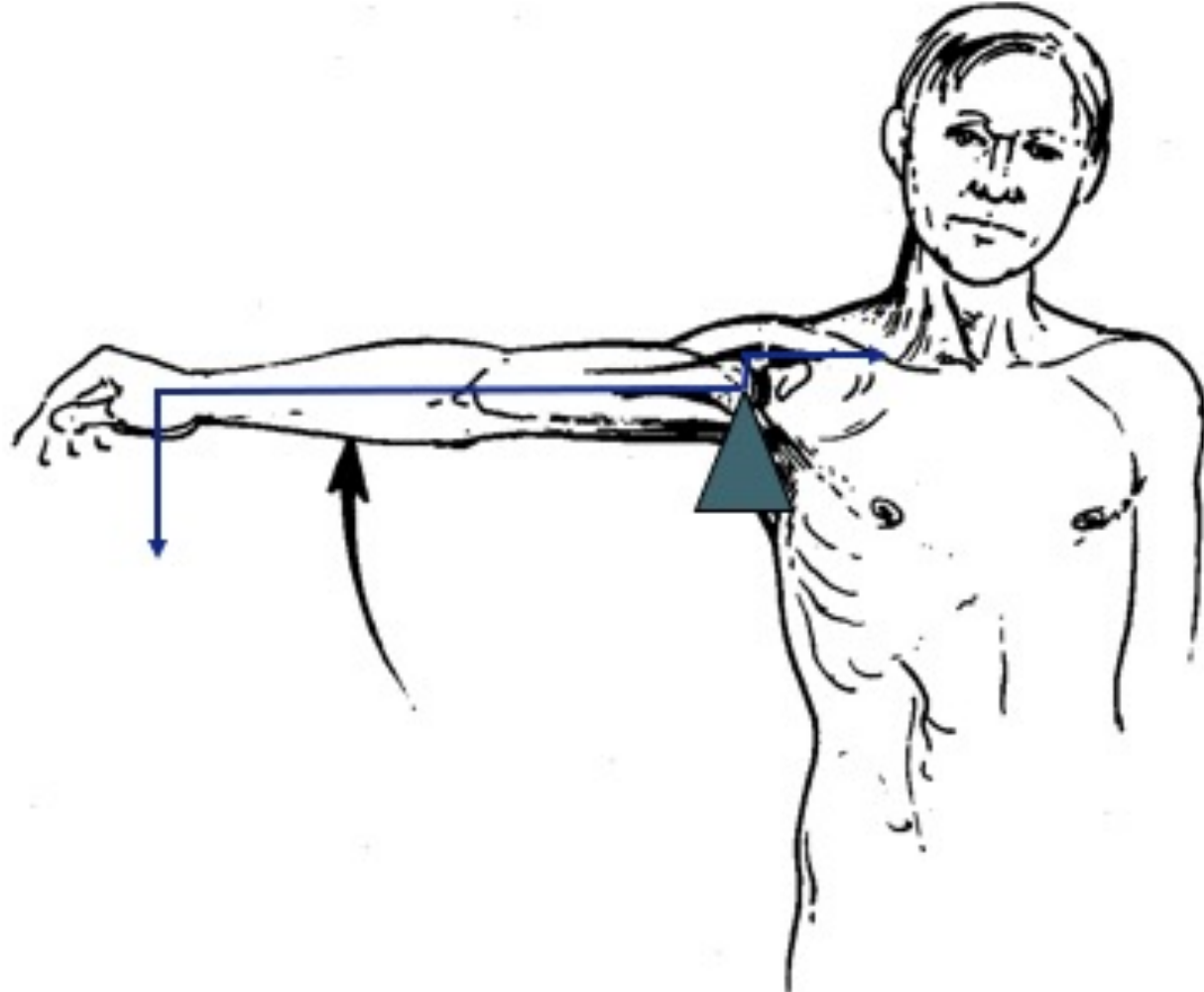


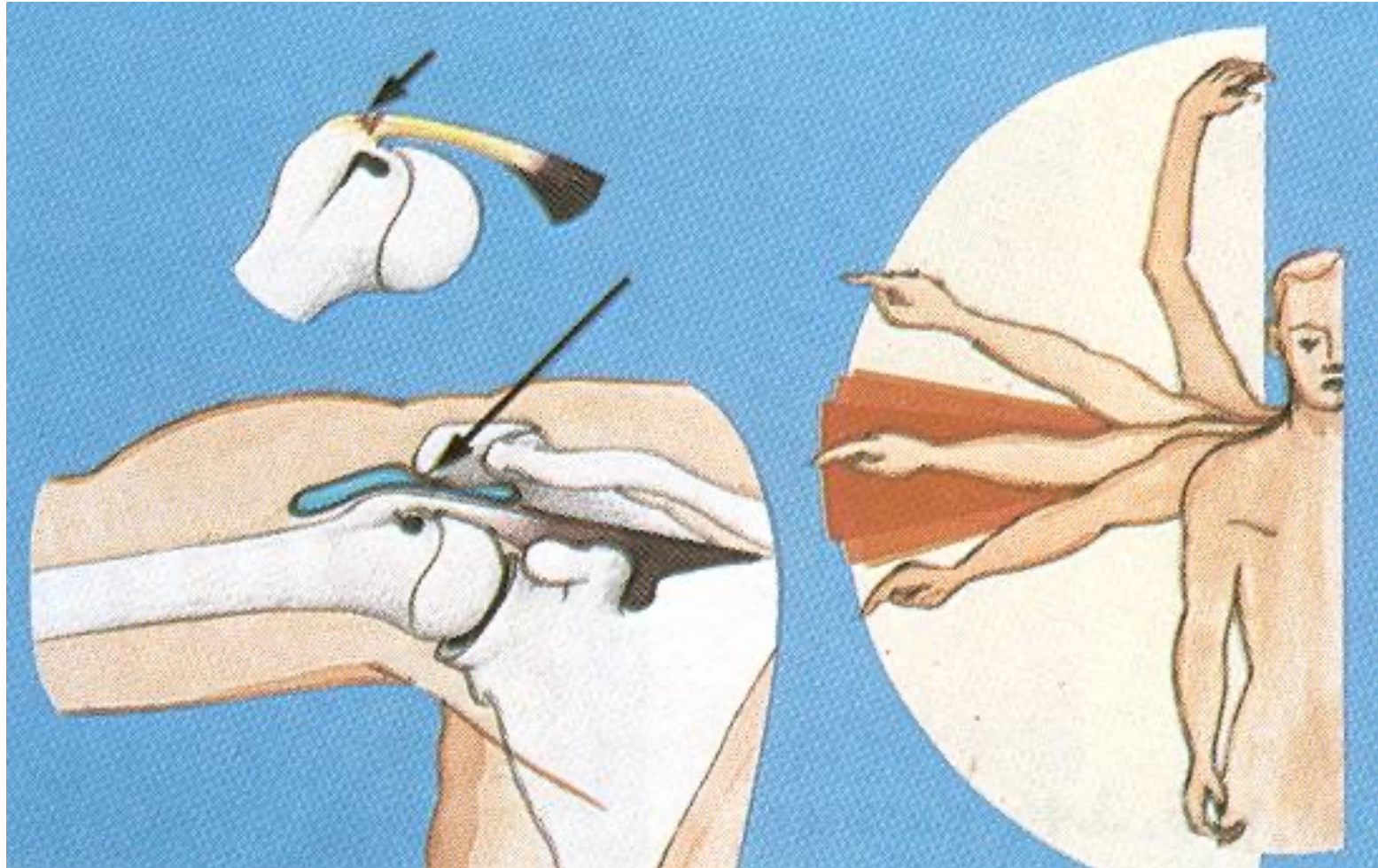












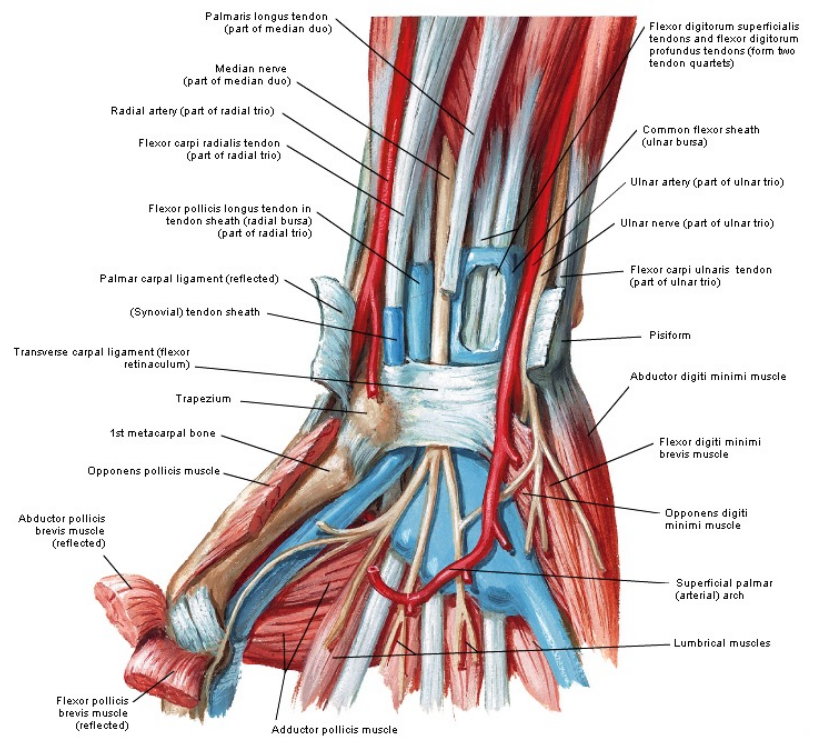
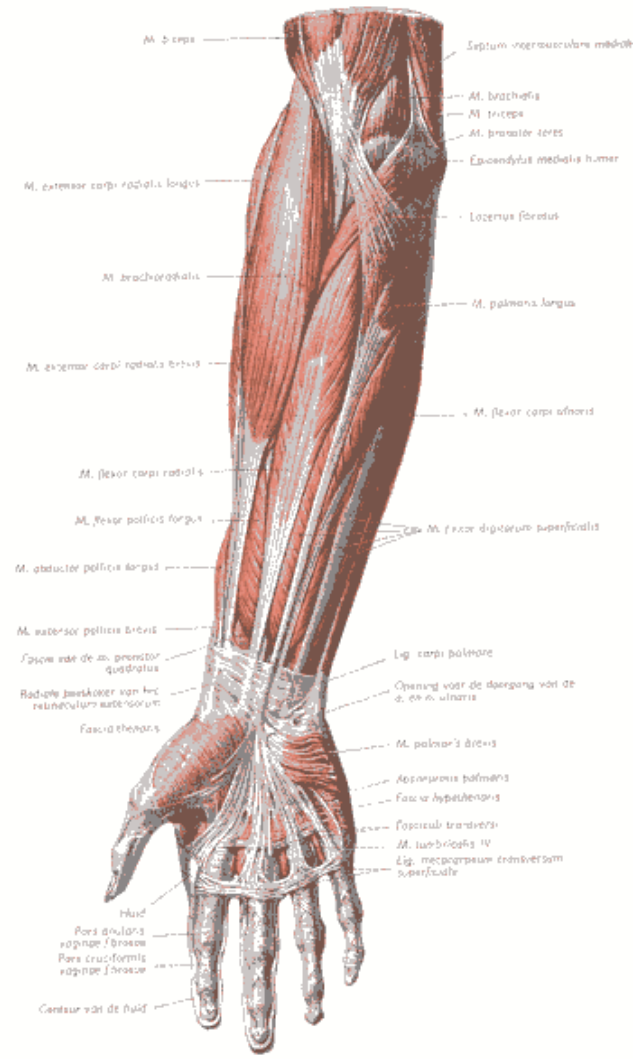


KANS = klachten arm nek schouders

KANS, oorzaken:

*** Repeterende bewegingen:**

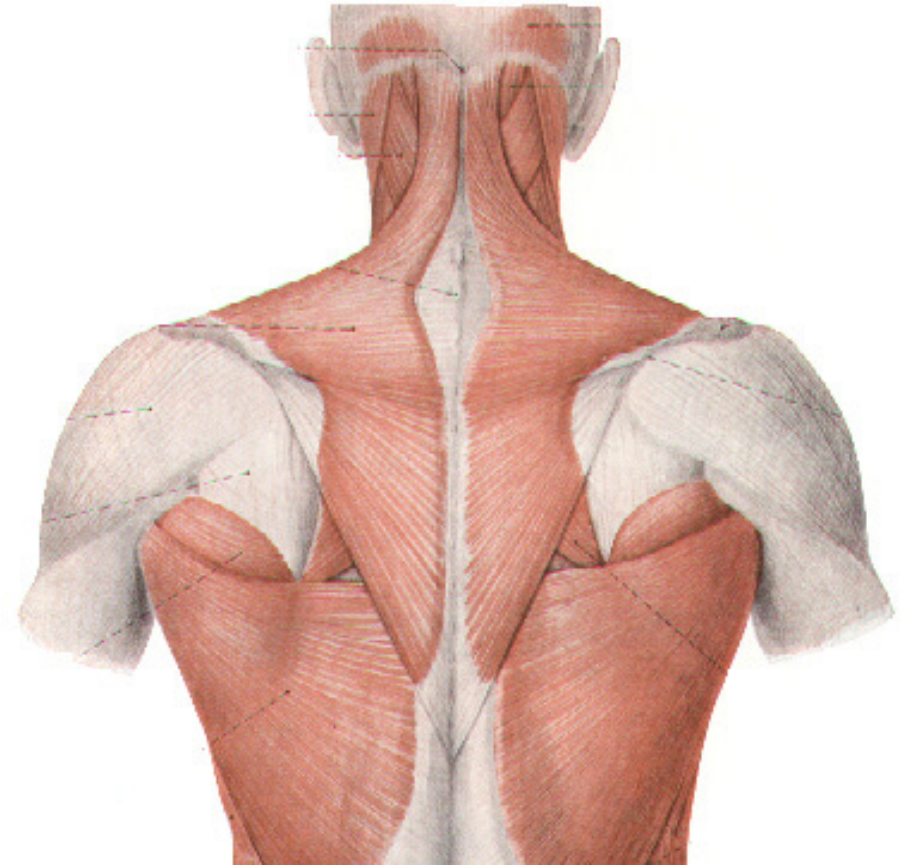
- Trekspanning op spieren en pezen
- Wrijving tussen spieren en pezen





*** Statische belasting:**

- De polsen in dezelfde stand
- Nek in dezelfde stand
- Werken met opgetrokken schouders (Stress)





Vormen van fysieke belasting:

- **Tillen en dragen**
- **Duwen en trekken**
- Trillen en schokken
- **Werkhoudingen**
- **Repeterende bewegingen**
- Energetische belasting
- **Beeldschermwerk**







[Topergonomie.nl](https://www.topergonomie.nl)



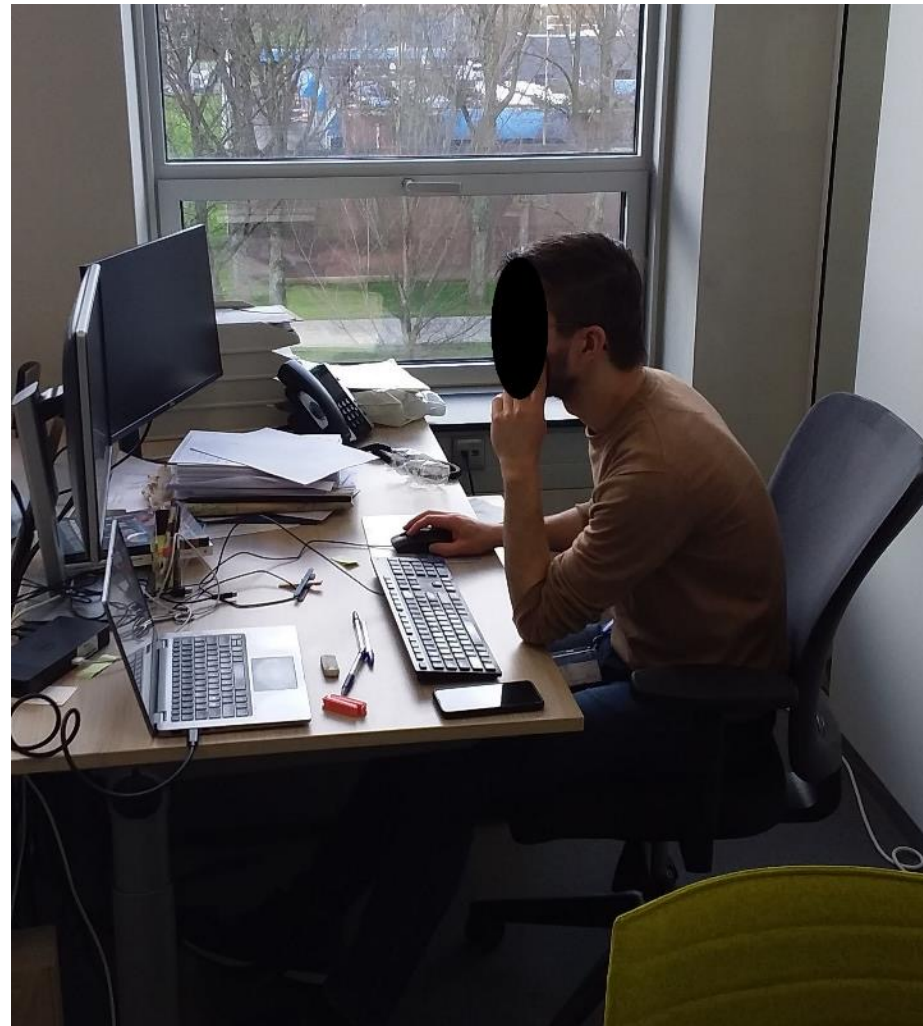






2024
BEWUST
VEILIG







Vragen?

