

Training fysieke arbeid in bakkerijen

Informatie voor aanbieders

Inleiding

In bakkerijen komt lichamelijk zwaar werk voor. Dagelijks tillen, duwen en trekken gaan in de loop van de tijd zwaar wegen. Dit kan leiden tot (rug)pijn en verzuim. Met de juiste technieken en maatregelen kan de fysieke belasting worden beperkt, zodat medewerkers in de bakkerij nu en in de toekomst zonder pijn kunnen blijven werken.

In de arbocatalogus voor industriële bakkerijen staat dat werkgevers verplicht zijn om hun werknemers een training aan te bieden op dit gebied. De trainingen fysieke arbeid voor werknemers in ambachtelijke en industriële bedrijven worden, onder voorwaarden, vergoed door het Sociaal Fonds Bakkersbedrijf.

Doelgroep

Alle werknemers die betrokken zijn bij het productieproces en/of werken in de winkel.

Doelstelling en inhoud van de trainingen

Het vergroten van de bewustwording met betrekking tot fysieke belasting en motiveren tot gedragsverandering. Uiteindelijk doel is dat werknemers zelf verantwoordelijkheid nemen voor gezond lichaamsgebruik.

Om bovenstaande te bereiken voldoet de **basistraining** minimaal aan de volgende eisen:

- Theorie:
 - o Informatie over de werking van het bewegingsapparaat
 - o Achtergrondinformatie over fysieke belasting: vormen, oorzaken, gevolgen (belasting en belastbaarheid)
 - o Gezond lichaamsgebruik: een combinatie van goede werkhoudingen, technieken en omstandigheden (op het werk én thuis)
 - o Herkennen van klachten in een vroeg stadium en het aanreiken van handvatten om hier op een goede manier mee om te gaan.
- Praktijk
 - o Aanleren van gezonde technieken zoals de Gewichtheffers Techniek
 - o Oefenen van situaties op de werkvloer
 - o Ruimte voor specifieke vragen
- Algemeen
 - o Er wordt veel aandacht besteed aan het motiveren van werknemers om zelf verantwoordelijkheid te nemen.

De **training voor leidinggevenden** bestaat uit de basistraining zoals hiervoor beschreven aangevuld met:

- Signaleren van onveilig lichaamsgebruik bij medewerkers
- Aanleren van technieken om medewerkers te coachen en adequaat te handelen bij het signaleren van onveilig lichaamsgebruik.

In de **vervolgtraining voor medewerkers** wordt aandacht besteed aan:

- Opfrissen van de kennis
- Specifiek trainen van knelpunten op de werkplek

En in de **vervolgtraining voor de leidinggevenden**:

- Opfrissen van de kennis
- Borgen van signaleren en aanspreken op gedrag.

Voorwaarden aan de trainer(s)

De trainer(s) zijn minimaal fysiotherapeut of bedrijfsfysiotherapeut en hebben aantoonbaar ervaring met het geven van trainingen in een werksituatie.

Trainingsmateriaal en methoden

Materiaal: er is achtergrondmateriaal beschikbaar voor de deelnemer, ook na de cursus, over de werking van het lichaam en over het voorkomen van overbelasting.

Methoden: didactische methoden zijn gericht op gedragsverandering en het stimuleren van eigen verantwoordelijkheid. Lesmethoden zijn ondersteunend voor wat betreft het oplossen van knelpunten op de werkplek.

Trainingsduur

Basistraining	3 uur, waarvan 1 uur theorie en 2 uur praktijk
Leidinggevenden	2x3 uur (basistraining + specifieke module leidinggevenden)
Vervolgtraining basis	3 uur
Vervolg leidinggevenden	3 uur

Mogelijkheden voor subsidie

De training wordt onder de volgende voorwaarden volledig vergoed door het Sociaal Fonds Bakkersbedrijf:

- Deelnemers zijn werkzaam bij een werkgever die de CAO Bakkersbedrijf volgt. Deelnemers kunnen ook uitzendkrachten of payrollmedewerkers zijn.
- De trainer of het trainingsinstituut heeft voorafgaand aan de training de training aangemeld bij het Sociaal Fonds Bakkersbedrijf en is opgenomen in de lijst van geaccordeerde trainers.
- Vergoed wordt een bedrag van €65 per deelnemer per dagdeel (3 uur) training voor de basiscursus en €80 per deelnemer voor de aanvullende training voor leidinggevenden. Bedragen zijn exclusief btw en reiskosten. De prijs is afgeleid van een groepsgrootte van 8-12 deelnemers voor de basistraining en 6-8 deelnemers voor de training voor leidinggevenden. De duur van de training is 3 uur. De rekening kan rechtstreeks verstuurd worden aan Veilig en gezond in het bakkersbedrijf (info@veiligengezond.nl)
- Eventuele kosten in verband met no-show worden door u rechtstreeks bij de werkgever in rekening gebracht.

Looptijd

De looptijd van de subsidie is opnieuw met een jaar verlengd tot 1 januari 2021.