

# Goede praktijkvoorbeelden ‘De andere kijk op **jouw** zaak’

## TECHNIEK

### DYNAMISCH WERKEN BIJ HET NEDERLANDS INSTITUUT VOOR SPORT EN BEWEGEN



- Wat?** Een volledig dynamisch ingerichte werkomgeving om de gezondheidsrisico's van langdurig zitten te beperken en de voordelen van dynamisch werken te bevorderen.
- Hoe?** Door een werkomgeving dynamisch in te richten wordt het afwisselen van staan, zitten en bewegen gemotiveerd. Zit-sta bureaus kunnen langdurig zitten voorkomen. Statafels in de vergaderruimte kunnen het zitten onderbreken en zorgen voor sneller en prettiger vergaderen. Een bureaufiets maakt het mogelijk tegelijkertijd te bewegen en te werken.
- Bij het dynamisch inrichten van een werkplek gaat het vooral om maatwerk. In een kantooromgeving is het van belang staan en bewegen te bevorderen terwijl het in een werkomgeving waar mensen veelal staan vooral belangrijk is om het werk ook in een andere houding te kunnen doen.
- Om dynamisch te werken moet naast het plaatsen van nieuw meubilair, dat kan bijvoorbeeld als het meubilair is afgeschreven, ook een gedragsverandering plaatsvinden. Medewerkers moeten zich bewust worden van het belang van dynamisch werken, dat kan bijvoorbeeld door ambassadeurs te benoemen.
- NISB, kennisinstituut dat zich inzet voor een vitale samenleving, geeft zelf het goede voorbeeld met een volledig dynamisch ingerichte werkomgeving.
- Wie?** Iedereen, in een dynamische werkomgeving wordt de werkplek zo ingericht dat iedereen de keuze heeft om regelmatig te wisselen van werkhouding.
- Kijk voor meer informatie op: <http://www.nisb.nl/doen/tools-en-instrumenten/gezonde-werkplek.html>

### DE GO! APP VAN BOUWBEDRIJF HEIJMANS



- Wat?** De gratis te downloaden GO! App van bouwbedrijf Heijmans maakt onderdeel uit van het veiligheidsprogramma GO! ('Géén Ongevallen').
- Hoe?** Met de app kunnen medewerkers van Heijmans onveilige situaties vastleggen en doorgeven. Dit voorkomt rompslomp met papieren en formulieren, zodat er meer tijd over blijft om in te grijpen en ongevallen te voorkomen. De app is te gebruiken door alle mensen werkzaam in de bouw, zo staan er bijvoorbeeld de zes type ongevallen die het meest voorkomen in en is de app gevuld met toolboxen. In deze toolboxen staan handzame instructies over bijvoorbeeld persoonlijke beschermingsmiddelen en fysieke belasting.
- Wie?** De GO! App is door alle medewerkers in de bouw te downloaden en te gebruiken. Bekijk voor meer informatie de video: <https://www.youtube.com/watch?v=wGjA2Nj67Kg> of gaan naar: <http://www.heijmans.nl/nl/veiligheid/>