



Voorlichten over fysieke inactiviteit

Maatregel naar plaats in de Arbeidshygiënische Strategie: Wettelijke verplichting

Beschrijving van de maatregel

Voorlichting en onderricht aan werknemers die te maken hebben met fysieke inactiviteit bestaat minimaal uit de volgende onderwerpen:

- de gevaren van fysieke inactiviteit of fysieke onderbelasting, oftewel de gezondheidsschade die daardoor kan optreden, en daarmee het belang van maatregelen
- het risico van stress, namelijk het extra negatieve effect op fitheid
- de arbeidsplaatsen en werkomstandigheden waarin fysieke onderbelasting voorkomt
- instructies over fysieke onderbelasting
- het belang van het beschermen van het lichaam tegen fysieke onderbelasting
- veilige werkmethoden om het gevaar van fysieke onderbelasting te beperken
- het belang van een goede lichamelijke conditie, het gevaar van bewegingsarmoede en het belang van voldoende dagelijkse lichaamsbeweging
- het belang van gezonde voeding en het extra risico van overgewicht voor de belastbaarheid van het lichaam
- de omstandigheden waarin werknemers recht hebben op PAGO/PMO, periodiek arbeidsgezondheidskundig (medisch) onderzoek

Voorlichting en onderricht over fysieke onderbelasting wordt regelmatig herhaald en in ieder geval als zich een incident heeft voorgedaan of als de omstandigheden zijn gewijzigd. Werknemers zijn wettelijk verplicht om aan de aangeboden voorlichting deel te nemen.

Beoogd effect

Door kennis en veiligheidsbewustzijn bijdragen aan gezond gedrag. Het betreft een wettelijke verplichting.

Meer informatie

- Toelichting op PAGO/PMO ^[1]
- Nederlandse Arbeidsinspectie. Basisinspectiemodule Arbozorg: VOeT (Voorlichting, Onderricht en Toezicht) ^[2] 2015

Wet- en regelgeving

- Artikel 8 Arbowet inzake Voorlichting en onderricht
- Artikel 5.5 Arbobesluit inzake Voorlichting

Source URL: <https://arbocatalogus-afvalbranche.nl/maatregel/voorlichten-over-fysieke-inactiviteit>

Links

[1] <https://arbocatalogus-afvalbranche.nl/toelichting-op-pago-en-pmo>

[2] <https://www.inspectieszw.nl/binaries/inspectieszw/documenten/richtlijnen/2015/06/15/bim-arbozorg-voet/Basisinspectiemodule-ArbozorgVOeT-2015.pdf>