

Magazijn- / winkelpersoneel



Onder de verzamelnaam magazijn- / winkelpersoneel vallen ook de magazijnbediende en de vorkheftruckchauffeur. Magazijn- / winkelpersoneel heeft door het werk kans op aandoeningen van het bewegingsapparaat. Klachten van het bewegingsapparaat zoals pijn of stijfheid van bovenste ledematen en de rug komen vaak voor (46%). Van het magazijnpersoneel vindt 53% het werk lichamelijk inspannend. Ook hebben zij relatief vaak pijn of stijfheid in de nek (38%) tegen 23% gemiddeld voor de bouw. Piekbelastingen doen zich voor bij het laden en lossen van vrachtwagens. Deze werkzaamheden moeten vaak in een kort tijdsbestek worden uitgevoerd. Veel materiaal en materieel wordt handmatig verplaatst. Voor grote en/of zware voorwerpen wordt een heftruck of verreiker ingeschakeld.

Het belangrijkste risico voor het magazijn-winkelpersoneel is:

- [Fysieke belasting](#)

Fysieke belasting

Van het magazijn- / winkelpersoneel vindt (53%) het werk lichamelijk zwaar. 39% heeft last van de rug, armen en/of benen. 38% heeft last van de nek (tegenover 23% gemiddeld voor de bouw). Van de magazijnmedewerkers vindt (22%) het werk vermoeiend. Grote belasting komt voor bij het laden en lossen van vrachtwagens. Inspannend door het gewicht en de afmetingen van de lasten is ook het tillen, dragen, duwen en trekken van materiaal en materieel. Het maximale gewicht dat door 1 persoon met de hand mag worden getild is 25 kg. Bij magazijnpersoneel voert tillen de boventoon als risico.

Het belangrijkste risico is:

- Tillen, duwen, trekken of dragen van zware lasten

Wat zegt de wet- en regelgeving?

Wettelijke verplichtingen

Arbobesluit: Hoofdstuk 5 afdeling 1 Fysieke belasting

- Artikel 5.2 Voorkomen gevaren.
- Artikel 5.3 Beperken gevaren en risico-inventarisatie en -evaluatie.
- Artikel 5.4 Ergonomische inrichting werkplekken.
- Artikel 5.5 Voorlichting.
- Bijlagen 1 en 2 bij Richtlijn nr. 90/269/EEG (Richtlijn handmatig hanteren van lasten).

A-blad Tillen

- Met de hand tillen moet zoveel mogelijk worden vermeden.
- Het maximale gewicht dat door 1 persoon met de hand mag worden getild is 25 kg.
- Het maximale gewicht dat door 2 personen samen mag worden getild is 50 kg.

Let op: dit geldt alleen als de ruimte groot genoeg is om ook op een goede manier te kunnen tillen. Als het gewicht zwaarder is, moeten hulpmiddelen worden ingezet.

Te nemen maatregelen

Bronmaatregelen

- Zorg dat de inrichting van het magazijn en de werkruimte aan de ergonomische eisen voldoen.
- Zorg voor hulpmiddelen voor het transport, laden en lossen.
- Zorg voor een goed instelbare stoel op de heftruck.

Collectieve maatregelen

- Zorg voor voldoende afwisseling in het werk om eenzijdige belasting te voorkomen.
- Zorg voor een preventieve rugtraining. Zorg daarnaast voor een interventieprogramma wanneer er sprake is van chronische klachten aan de nek en/of rug.

Individuele maatregelen

- Maak gebruik van de transport- en tilhulpmiddelen.
- Transporteer producten en gereedschappen zwaarder dan 25 kg altijd met hulpmiddelen of met meerdere personen.
- Leg voorraden en producten goed bereikbaar, op de juiste hoogte neer.
- Wissel uw werk af, zodat u niet steeds dezelfde spieren en gewrichten gebruikt / belast.
- Vraag bij het tillen van zware lasten één of meer collega's om hulp.
- Wissel het werk af, zodat u niet steeds dezelfde spieren en gewrichten gebruikt / belast.

Arbovriendelijke hulpmiddelen voor magazijn- / winkelpersoneel met betrekking tot fysieke belasting

- [Draag gordel](#)
- [Elektrische vorkheftruck met draaibare cabine](#)
- [Heftruckvorkversteller](#)
- [Hefwagen](#)
- [Loopkat, elektra](#)
- [Magazijntrap](#)
- [Stapelaar, elektrische](#)
- [Transportwagen, elektrisch aangedreven](#)
- [Vacuümslangheffer](#)

Meer informatie

- [A-blad Tillen](#)
- [Checklist Persoonsbegaanbaarheid afbouw- en onderhoudsbranche](#)
- [Informatie over PBM](#)