

Arbocatalogus Gezond verbond, Algemene pagina's

Opdrachtgever: **Verbond van Verzekeraars**
Contactpersoon: mr. R.A.C. Blijlevens, Verbond van Verzekeraars
Auteur: Huub Pennock, De Goede Praktijk
Laatste aanpassing: okt 2017

Inhoud

Verzekerd van gezond werk!	4
Hoe werkt het?	4
Voor wie?.....	4
Werknemer	4
Leidinggevende	5
Arboprofessional of P&O adviseur	5
OR en bestuur	7
Werkings sfeer.....	7
Wat is er aan de hand?	7
Last van je nek, rug, schouders, armen, polsen of handen	7
Hoofdpijn.....	8
Oogklachten.....	8
Overspannen	8
Niet lekker in je vel zitten.....	9
Hoe we met elkaar omgaan	9
Hoe is het werk georganiseerd?.....	9
Te veel werk in te weinig tijd	9
Nieuwe werknemer.....	10
Werkdruk bij een ander	10
Werkplek op kantoor	10
Thuis en onderweg aan het werk	11
Werken met laptop, tablet of smartphone.....	11
Werk-privébalans.....	11
Gezond werken	12
Verbouwen of verhuizen	12
Waarom?.....	12
Taak overheid.....	12
Rol sociale partners	12
Rol Inspectie SZW	12
Publicaties	13
Rekentool kosten en baten	13
Andere websites	13
FAQ	14
Moeten alle maatregelen uit de arbocatalogus worden uitgevoerd?	14
Hoe weet ik welke oplossingen op ons van toepassing zijn?	14
Hoe verhoudt de arbocatalogus zich tot de risico-inventarisatie en –evaluatie (RI&E)?	14

Over gezondverbond.nl.....	15
Taskforce arbocatalogus.....	15
De arbocatalogus wordt uitgevoerd door de Taskforce Arbocatalogus. De Taskforce bestaat uit de volgende leden:	15
Disclaimer	16
Privacy statement	16

Verzekerd van gezond werk!

Welkom op gezondverbond.nl, de website over gezond werken in de (zorg-)verzekeringsbranche.

Deze website bevat de arbocatalogus (zorg-)verzekeringsbedrijf, die een bijdrage levert aan gezond werken. Praktisch nut staat daarbij voorop: geen papierwinkel, maar direct toepasbare oplossingen en tips voor arborisico's. De arbocatalogus is een keuzeinstrument. Hierdoor is maatwerk mogelijk. Belangrijk daarbij is wel dat het minimale beschermingsniveau van de ArboWet gehandhaafd blijft. Momenteel bevat de arbocatalogus oplossingen op het gebied van werkdruk, ongewenst gedrag, beeldschermwerk en software.

Veel succes met het toepassen van de tips en oplossingen!

Hoe werkt het?

Deze site bevat oplossingen voor het verbeteren van arbeidsomstandigheden. Natuurlijk is het niet de bedoeling dat oplossingen die al goed werken worden vervangen door de oplossingen in de arbocatalogus. Wel is de catalogus een bron van inspiratie voor nieuwe of andere oplossingen.

De oplossingen helpen bij het maken van weloverwogen keuzes. Bovendien biedt de arbocatalogus de garantie dat werkgevers en werknemers voldoen aan de eisen uit de Arbowet.

Zoeken en vinden

Zoeken in deze catalogus kan op meerdere manieren:

1. **Concrete maatregelen:**
De thema's in het hoofdmenu leiden direct naar praktische tips en oplossingen.
2. **Verbeterchecks:**
De Verbeterchecks voeren naar oplossingen die passen bij een specifieke werksituatie. Het beantwoorden van een paar korte vragen levert direct oplossingen op die op deze werksituatie van toepassing zijn. Andere informatie wordt achterwege gelaten. Zo is het gemakkelijk om het overzicht te bewaren.
3. **Arbowet:**
Elk thema kent een link naar de Arbowet en andere relevante wetgeving.
4. **Zoekwoorden:**
Na een klik op **zoeken** zijn met behulp van zoekwoorden oplossingen op te sporen.

Voor wie?

Deze website is primair bedoeld voor **werknemers** en **leidinggevenden** in de (zorg-)verzekeringssector.

Ook **arboprofessionals**, **P&O adviseurs**, **ondernemingsraden** en **bestuurders** en alle anderen die betrokken zijn bij arbeidsomstandigheden in het (zorg-)verzekeringsbedrijf kunnen er hun voordeel mee doen.

Werknemer

Werken bij een (zorg-)verzekeringsbedrijf is leuk en uitdagend, maar kan ook gezondheidsrisico's opleveren. Als werknemer moet je in de dagelijkse praktijk van het werk vooral oppassen voor ongezonde werkdruk, ongewenst gedrag en RSI/CANS door beeldschermwerk.

Zelf je steentje bijdragen

Natuurlijk zijn je werkgever en je leidinggevende verplicht deze risico's zo veel mogelijk weg te nemen of te beperken. Maar als werknemer moet je volgens de Arbowet ook je steentje bijdragen aan gezonde werkomstandigheden. Feitelijk betekent dit gewoon dat je je verantwoordelijkheid neemt, goed luistert naar je eigen lichaam en eventuele problemen tijdig aankaart.

De arbocatalogus helpt je verder

De arbocatalogus helpt je hierbij op weg. In de catalogus vind je nuchtere beschrijvingen van de risico's,

praktische oplossingen om daar zelf wat aan te doen en handige tips voor constructief overleg met je leidinggevende. Zo ben je verzekerd van gezond werk!

Een praktische ingang speciaal voor werknemers is ‘**wat is er aan de hand**’. Hier kom je door een klik op de praktijksituatie die op jou van toepassing is direct bij passende oplossingen uit de catalogus.

Leidinggevende

Als leidinggevende ben je verantwoordelijk voor de arbeidsomstandigheden waarin werknemers hun taken uitvoeren. Waar mogelijk moet je de gezondheidsrisico's wegnemen waar werknemers mee te maken hebben. Is volledig wegnemen niet mogelijk, dan zul de risico's zoveel mogelijk moeten beperken.

Werkdruk en RSI/CANS

De voornaamste gezondheidsrisico's in een (zorg-)verzekeringsbedrijf zijn doorgaans ongezonde werkdruk, ongewenst gedrag en RSI/CANS door beeldschermwerk. De kans is dan ook groot dat je je bij het bevorderen van gezonde arbeidsomstandigheden vooral met het terugdringen van deze risico's bezighoudt.

Verbetercheck

De verbetercheck is een methode waarmee individuele medewerkers en leidinggevend en snel en eenvoudig bij die oplossingen uit de arbocatalogus komen die voor hen van toepassing zijn.

De verbetercheck is ook bruikbaar voor je eigen team. Zo krijg je zicht op ervaringen en meningen van teamleden. En kom je met draagvlak en betrokkenheid tot een serie oplossingen die in jouw team het beste gaan helpen. Voor het toepassen van de verbetercheck in teams is een **handleiding** beschikbaar.

- Overweeg je te laten ondersteunen bij de uitvoering van de verbetercheck. Je bent zelf ook teamlid. Als een niet-teamlid de verbetercheck begeleidt, voorkom je dat je rol van teamlid botst met die van procesbegeleider.
- Wie kun je vragen voor ondersteuning?
 - arbocoördinator of arboprofessionaal;
 - P&O-adviseur;
 - collega-leidinggevende,
 - externe procesbegeleider.

Inhoudelijke kennis van arbo is voor de keuze van een procesbegeleider geen must; veel belangrijker is ervaring in het begeleiden van teams.

Praktisch hulpmiddel

De Arbocatalogus is hierbij een leidraad. De oplossingen bieden je betrouwbare aanknopingspunten voor het opstellen van goed arbobeleid. Denk bijvoorbeeld aan het opstellen, wijzigen of aanvullen van het plan van aanpak dat onderdeel uitmaakt van de voor iedere werkgever verplichte **risico-inventarisatie en –evaluatie (RI&E)**. Zo heb je de garantie dat je bedrijf of afdeling aan alle eisen voldoet en de werknemers veilig en plezierig kunnen werken. Kortom: met de arbocatalogus ben je verzekerd van gezond werk!

Arboprofessionaal of P&O adviseur

Als arbocoördinator, preventiemedewerker of andere arboprofessionaal ben je betrokken bij arbokwesties binnen jouw (zorg-)verzekeringsbedrijf. Het is ook mogelijk dat leidinggevend en en werknemers jou vragen om hen te ondersteunen bij het doen van de verbetercheck. Dit is een methode waarmee individuele medewerkers en leidinggevend en snel en eenvoudig bij die oplossingen uit de arbocatalogus komen die voor hen van toepassing zijn.

De verbetercheck is ook bruikbaar voor teams. Dan helpt de check om de knelpunten en oplossingen die de meeste werknemers ervaren en het belangrijkste vinden op de voorgrond te krijgen. Ook in zo'n geval ligt het voor de hand om bij het invullen en toepassen van de verbetercheck een arboprofessionaal of P&O-adviseur als procesbegeleider te vragen. Als arbodeskundige of P&O-adviseur ben je namelijk een neutrale partij zonder belangen binnen het team. Als 'hulp van buiten' help je dan om het toepassen van de verbetercheck binnen het team goed te laten verlopen en stimuleer je dat alle leden van het team voldoende inbreng hebben tijdens de aanpak. Hierbij kun je letten op de volgende zaken:

- Denkt en praat iedereen voldoende mee?
- Is er voldoende draagvlak voor de gekozen oplossingen?
- Is aan de voorwaarden voor succesvolle implementatie voldaan?
- Zijn de verwachtingen en afspraken voldoende helder?

Soms is het voor een leidinggevende lastig om al deze zaken voldoende aandacht te geven, naast zijn of haar eigen belangen en inhoudelijke inbreng.



De aanpak bestaat uit zeven stappen;

1. Invullen verbetercheck;
2. Rangschikken en bespreken ervaren verbeterpunten;
3. Prioriteren van verbeterpunten;
4. Kiezen van oplossingen;
5. Maken van actieplan met afspraken;
6. Uitvoeren van gekozen oplossingen;
7. Evaluatie (eventueel gevolgd door stap 1).

Gebruik bij het toepassen van de verbetercheck in een team de speciaal ontwikkelde [handleiding](#).

Betrouwbare basis

In je adviezen kun je naar behoefte naar de oplossingen in de arbocatalogus verwijzen. Denk bijvoorbeeld aan het opstellen, beoordelen of aanvullen van het plan van aanpak dat onderdeel uitmaakt van de voor iedere werkgever verplichte [risico-inventarisatie en –evaluatie \(RI&E\)](#). Maar het is natuurlijk ook mogelijk dat leidinggevenden en werknemers vragen om ondersteuning te bieden bij de uitvoering van de geboden oplossingen. In beide gevallen heb je de garantie dat de basis van beleidsmaatregelen goed en betrouwbaar is. Zo is iedereen verzekerd van gezond werk.

Ervaringen delen

De arbocatalogus is een groeidocument dat altijd ruimte biedt voor verdere verbetering. Goede ideeën of ervaringen uit de praktijk zijn van harte welkom. We zijn altijd op zoek naar alternatieve oplossingen voor arborisico's. Reageren kan per e-mail.

OR en bestuur

De arbocatalogus bevat oplossingen voor risico's die voor de gehele verzekeringssector relevant zijn. Zo heeft ieder (zorg-)verzekeringsbedrijf de beschikking over een goede en betrouwbare basis voor het arbobeleid.

Maatwerkafspraken

De arbocatalogus is zo ingericht dat ondernemingsraden en bestuurders die maatwerk nastreven, samen nadere afspraken kunnen maken over het toepassen van de oplossingen. Hetzelfde geldt uiteraard voor de publiciteit die er in het bedrijf in kwestie aan wordt gegeven.

Betrouwbare basis

In beide gevallen hebben OR en bestuurder de garantie dat de basis van beleidsmaatregelen goed en betrouwbaar is. Dit betekent dat er efficiënt en constructief kan worden overlegd. Bijvoorbeeld over het opstellen, wijzigen of aanvullen van het plan van aanpak dat onderdeel uitmaakt van de voor iedere werkgever verplichte risico-inventarisatie en –evaluatie (RI&E): de catalogus is hiervoor een ideale **inspiratiebron**. Zo is iedereen verzekerd van gezond werk.

Per 1 juli 2017 stelt de arbowet dat de OR, preventiemedewerker arbodienstverlener en werkgever met elkaar moeten samenwerken. De oprichting van een commissie met vertegenwoordigers van deze partijen daarin is een goede oplossing.

Werkings sfeer

De arbocatalogus is overeengekomen tussen het Verbond van Verzekeraars, Zorgverzekeraars Nederland en de vakorganisaties FNV Bondgenoten, CNV Dienstenbond en De Unie en is van toepassing op werkgevers en werknemers in het verzekeringsbedrijf. Alle werkgevers die het (zorg-)verzekeringsbedrijf uitvoeren en lid zijn van het Verbond van Verzekeraars of aangesloten zijn bij de brancheorganisatie Zorgverzekeraars Nederland vallen onder de werkingssfeer. Verzekeraars op wie een andere rechtsgeldige arbocatalogus van toepassing is, zijn uitgezonderd van de werkingssfeer.

Wat is er aan de hand?

Hieronder staan allerlei praktijksituaties die op jou van toepassing kunnen zijn. Herken je hier iets van? Als je op de items klikt, krijg je als advies welke oplossingen uit de catalogus je kunt gebruiken.

Last van je nek, rug, schouders, armen, polsen of handen

Heb je last van je nek, rug, schouders, armen, polsen of handen? En zit je vaak lang achter je beeldscherm? Dan kan het zijn dat je te lang achter elkaar of in een verkeerde houding zit. Of dat je te veel alleen met je muis doet, of te weinig beweegt terwijl je werkt. Want stil op een stoel zitten terwijl je armen en handen steeds dezelfde bewegingen uitvoeren, is heel belastend voor je lichaam. De klachten die je ervan kunt krijgen, worden RSI (Repetitive Strain Injury) of CANS (Complaints of Arm, Neck and/or Shoulder) genoemd. Kijk eens of er bij de oplossingen hieronder tips staan waar jij wat mee kunt. Blijven de klachten of verergeren ze? Maak dan een afspraak met de bedrijfsarts of preventiemedewerker.

Dit kun je doen:

- **Meten is weten (beeldschermwerk)**
- **Individuele werkdrukanalyse**
- **Instructie over werkplekinstelling**
- **Pauzes bij beeldschermwerk**
- **Meer bewegen**
- **Aantal uren beeldschermwerk**
- **Ergonomisch gebruik laptop**
- **Werken met tablet en smartphone**
- **Gebruik van een beeldschermbril**
- **Gebruik van sneltoetsen**
- **Beoordeling gebruiksvriendelijkheid software**

- Ergonomisch spreekuur

Hoofdpijn

Heb je regelmatig hoofdpijn tijdens of na een dag werken? Dat kan te maken hebben met je werk. Een goede werkplek is daarbij belangrijk, maar ook hoe jij daarmee omgaat. Kijk eens of er bij de oplossingen hieronder tips staan waar jij wat mee kunt. Mochten je klachten toch blijven of verergeren, maak dan een afspraak met de bedrijfsarts of preventiemedewerker.

Dit kun je doen:

- Ergonomische inrichting werkplek
- Instructie over werkplekinstelling
- Ergonomisch gebruik laptop
- Aantal uren beeldschermwerk
- Werken met tablet en smartphone
- Pauzes bij beeldschermwerk
- Meer bewegen
- Gezond binnenklimaat
- Individuele werkdrukanalyse
- Beoordeling gebruiksvriendelijkheid software
- Hinderlijk geluid
- Gebruik van een beeldschermbril
- Ergonomisch spreekuur

Oogklachten

Heb je vermoeide ogen en daardoor misschien ook hoofdpijn na een dag beeldschermwerk? Vervelende klachten, maar gelukkig blijkt uit onderzoek dat je ogen er niet van achteruit gaan. Misschien komen je klachten doordat je beeldscherm op de verkeerde afstand staat, je te lang en zonder pauzes beeldschermwerk doet, of je een beeldschermbril nodig hebt. Kijk eens of er bij de oplossingen hieronder tips staan waar jij wat mee kunt. Blijven of verergeren je klachten? Maak dan een afspraak met de bedrijfsarts of preventiemedewerker.

Dit kun je doen:

- Instructie over werkplekinstelling
- Aantal uren beeldschermwerk
- Pauzes bij beeldschermwerk
- Gezond binnenklimaat
- Gebruik van een beeldschermbril
- Ergonomisch spreekuur

Overspannen

Voel je je zo gespannen dat je vermoedt dat je overspannen bent? Heb je vanwege spanningsklachten al eens (bijna) verzuimd? Ben je op dit moment thuis met een burn-out, andere psychische klachten, of als gevolg van ongewenst gedrag? Kijk eens of de oplossingen hieronder kunnen helpen. Maak zo nodig een afspraak met de bedrijfsarts, of vertrouwenspersoon (als het te maken heeft met ongewenst gedrag) als je ondersteuning nodig hebt.

Dit kun je doen:

- Stress herkennen en bespreekbaar maken
- Afhandelen en nazorg bij ongewenst gedrag
- Evenwichtige taakverdeling
- Piekbelasting onder controle
- Werkplezier vergroten
- Meer bewegen

Niet lekker in je vel zitten

Ben je de laatste tijd prikkelbaarder dan voorheen? Snel uit het veld geslagen? Vergeetachtig? Sla je je pauzes steeds vaker over, maak je sneller fouten of vind je prioriteiten stellen steeds lastiger? Kortom: zit je niet lekker in je vel? Kijk dan eens of er bij de oplossingen hieronder tips staan waar jij wat mee kunt.

Dit kun je doen:

- **Individuele werkdrukanalyse**
- **Werkplezier vergroten**
- **Stress herkennen en bespreekbaar maken**
- **Werk-privé in balans**
- **Meer bewegen**

Hoe we met elkaar omgaan

Werknemers zijn van doorslaggevend belang bij het behalen van resultaten. Veel staat en valt daarbij met de manier waarop jij, je collega's en je leidinggevende met elkaar omgaan. Goed samenwerken voorkomt ongezonde werkdruk en ongewenst gedrag. Kan de samenwerking bij jullie beter? Kijk dan eens of er bij de oplossingen hieronder tips staan waar jij wat mee kunt.

Dit kun je doen:

- **Effectief samenwerken**
- **Evenwichtige taakverdeling**
- **Situationeel leidinggeven**
- **Omgaan met targets**
- **Werkplezier vergroten**
- **Regels en procedures ongewenst gedrag**
- **Handreikingen over omgaan met ongewenst gedrag**

Hoe is het werk georganiseerd?

Is het soms onduidelijk wat er van je wordt verwacht? Komen jij en je collega's te vaak niet aan belangrijke taken toe? Is er veel onverwacht werk? Heb je bij vergaderingen een onrustig gevoel omdat er nog zoveel werk op je wacht? Hebben sommige teamleden veel meer en/of moeilijker werk dan anderen? Ontstaat er wel eens frustratie door de manier waarop het werk is georganiseerd? Dan kun je misschien iets met onderstaande tips en oplossingen.

Dit kun je doen:

- **Gezond reorganiseren**
- **Eenduidige verwachtingen**
- **Effectief werkoverleg**
- **Efficiënt werken**
- **Evenwichtige taakverdeling**
- **Duurzame functies**
- **Regelmogelijkheden werknemers**
- **Omgaan met targets**
- **Werkprocessen**

Te veel werk in te weinig tijd

Is het bij jullie ontzettend druk? Zo druk dat je deadlines maar net of zelfs net niet haalt? Of haal je ze alleen maar doordat je in privétijd doorwerkt? Is er te veel werk en is dat al lange tijd zo? Dan is de werkdruk bij jullie ongezond hoog en kunnen gezondheidsklachten ontstaan. Hoog tijd om met elkaar te kijken wat er mogelijk is.

Dit kun je doen:

- **Individuele werkdrukanalyse**

- Efficiënt werken
- Piekbelasting onder controle
- Evenwichtige taakverdeling
- Omgaan met targets
- Regelmogelijkheden werknemers
- Planning
- Gebruik van sneltoetsen
- Werk-privé in balans

Nieuwe werknemer

Net een nieuwe baan? Wen je dan meteen aan om op een gezonde manier te werken. Zo voorkom je dat je na verloop van tijd klachten ontwikkelt, of last krijgt van een ongezonde werkdruk of ongewenst gedrag. Kijk eens naar de volgende oplossingen. Heb je een nieuwe collega, wijs hem dan ook eens op deze oplossingen.

Dit kun je doen:

- Begeleiding nieuwe medewerkers
- Individuele werkdrukanalyse
- Instructie over werkplekinstelling
- Aantal uren beeldschermwerk
- Pauzes bij beeldschermwerk
- Gebruik van sneltoetsen
- Ergonomisch gebruik laptop
- Werken met tablet en smartphone
- Evenwichtige taakverdeling
- Werkplezier vergroten
- Regels en procedures over ongewenst gedrag
- Handreikingen ongewenst gedrag
- Gebruik van een beeldschermbril
- Werk en privé in balans
- Meer bewegen

Werkdruk bij een ander

Merk je dat een collega of één van je teamleden last heeft van ongezond hoge werkdruk of stress? Bespreek eens met hem wat je ziet en kijk daarbij of één of meer van de volgende oplossingen kunnen helpen.

Dit kun je doen:

- Individuele werkdrukanalyse
- Stress herkennen en bespreekbaar maken
- Eenduidige verwachtingen
- Effectief samenwerken
- Piekbelasting onder controle
- Evenwichtige taakverdeling
- Efficiënt werken
- Werk en privé in balans

Werkplek op kantoor

Een goede en gezonde werkplek is belangrijk en voorkomt klachten. Wil je weten hoe het met jouw werkplek is gesteld? En hoe je het beste gezond met je werkplek om kunt gaan? Of gaan jullie nieuw meubilair aanschaffen en wil je weten wat daarbij belangrijk is? Dan kun je misschien iets met onderstaande tips en oplossingen.

Dit kun je doen:

- Ergonomische inrichting werkplek

- Gezond binnenklimaat
- Instructie over werkplekinstelling
- Aantal uren beeldschermwerk
- Gezond gebruik flexwerkplek
- Ergonomisch gebruik laptop
- Gebruik van een beeldschermbril
- Gebruik van sneltoetsen
- Werken met meerdere beeldschermen
- Hinderlijk geluid

Thuis en onderweg aan het werk

Werk jij regelmatig thuis of op een andere plek dan op kantoor? Zit je dan achter een opgeruimd bureau en op een goed passende stoel? Neem je ook de pauzes die nodig zijn? Of zit je langdurig voorovergebogen achter een laptop, op de bank of in een hoekje op zolder te lang achter elkaar door te werken? Als je op je werk aandacht besteedt aan prettig en gezond werken, is het belangrijk om dat thuis of onderweg ook te doen. Onderstaande tips en oplossingen helpen je daarbij.

Dit kun je doen:

- Ergonomische inrichting werkplek
- Instructie over werkplekinstelling
- Aantal uren beeldschermwerk
- Ergonomisch gebruik laptop
- Werken met tablet en smartphone
- Pauzes bij beeldschermwerk
- Hinderlijk geluid

Werken met laptop, tablet of smartphone

Hoe vaak werk jij met je laptop, tablet of smartphone? Zo nu en dan onderweg? Of gebruik je ze bijna altijd en overal? Als je langer dan twee uur per dag met deze hulpmiddelen werkt, is het extra belangrijk om aandacht aan je werkplek en je werkhouding te besteden. Onderstaande tips en oplossingen helpen je daarbij.

Dit kun je doen:

- Ergonomische inrichting werkplek
- Werken met tablet en smartphone
- Ergonomisch gebruik laptop
- Aantal uren beeldschermwerk
- Gebruik van sneltoetsen
- Instructie over werkplekinstelling

Werk-privébalans

Heb jij het zowel thuis als op je werk heel druk? Wil je dat veranderen? Of deze (on)balans eens aankaarten bij je leidinggevende? Dan kun je misschien iets met onderstaande tips en oplossingen.

Dit kun je doen:

- Individuele werkdrukanalyse
- Werk en privé in balans
- Werkplezier vergroten
- Stress herkennen en bespreekbaar maken
- Meer bewegen

Gezond werken

Heb jij nergens last van? Geen gezondheidsklachten? Maar wil je wel graag weten wat je kunt doen om dat zo te houden? Kijk dan eens of er bij de oplossingen hieronder tips staan waar jij wat mee kunt.

Dit kun je doen:

- [Individuele werkdrukanalyse](#)
- [Werkplezier vergroten](#)
- [Instructie over werkplekinstelling](#)
- [Ergonomisch gebruik laptop](#)
- [Werken met tablet en smartphone](#)
- [Gebruik van sneltoetsen](#)
- [Meer bewegen](#)
- [Gebruik van een beeldschermbril](#)
- [Werk en privé in balans](#)

Verbouwen of verhuizen

Gaan jullie op kantoor verbouwen of verhuizen? Dan is dat een goed moment om te kijken of iedereen na de verbouwing en verhuizing ook nog gezond kan werken. Onderstaande oplossingen en tips kunnen je daarbij helpen.

Dit kun je doen:

- [Gebouwen en werkplekken](#)
- [Ergonomische inrichting werkplek](#)
- [Gezond gebruik flexwerkplek](#)
- [Werken met meerdere beeldschermen](#)
- [Hinderlijk geluid](#)
- [Gezond binnenklimaat](#)
- [Het Nieuwe Werken](#)

Waarom?

In januari 2007 wijzigde de Arbowet. De nieuwe wet heeft tot doel meer maatwerk mogelijk te maken voor werkgevers en werknemers. De wetwijziging geeft werkgevers en werknemers echter ook meer verantwoordelijkheid voor het arbobeleid. In 2011 zijn de beleidsregels door de overheid ingetrokken. In deze catalogus zijn die ingetrokken beleidsregels verwerkt.

Taak overheid

De overheid richt zich zoveel mogelijk op doelvoorschriften: het niveau van bescherming dat bedrijven moeten bieden aan werknemers. Daarnaast stelt de overheid procesnormen. Hierin staan onderwerpen benoemd waarover geen concrete doelvoorschriften bestaan, maar waarvan de overheid wel vindt dat bedrijven daar beleid op moeten formuleren.

Rol sociale partners

Werkgevers en werknemers staan sindsdien voor de uitdaging nader invulling te geven aan de doelvoorschriften. Hiertoe hebben werkgever en werknemers in deze sector deze arbocatalogus opgesteld. Daarin staan diverse manieren beschreven waarop bedrijven kunnen voldoen aan de wettelijke eisen. Bedrijven mogen afwijken van wat er in de arbocatalogus is opgenomen als ze kunnen aantonen dat het alternatief minimaal een gelijkwaardig gezondheidsniveau biedt.

Rol Inspectie SZW

De Inspectie SZW richt zich bij de handhaving primair op de doelvoorschriften en procesnormen. De door de sociale partners vastgestelde arbocatalogus fungeert hierbij als referentiekader. Blijkt uit monitoring dat een catalogus goed werkt, dan is de Inspectie SZW terughoudend met actief optreden. Branches die niet aan de slag zijn gegaan met een arbocatalogus kunnen juist rekenen op intensieve controles.

Publicaties

- [Checklist aanpassingen Arbowet 2017](#)
 - [Document ‘Wijziging van het Arbeidsomstandighedenbesluit’](#)
 - [Document ‘Wettekstaanpassingen’](#)
- [Download volledige tekst](#) De Arbocatalogus (zorg-)verzekeringsbedrijf is beschikbaar in pdf-formaat.

Algemeen teksten:

per thema:

- [Werkdruk](#)
- [Beeldschermwerk](#)
- [Ongewenst gedrag](#)
- [Software](#)

Ook enkele overige onderdelen van gezondverbond.nl zijn hier in pdf te downloaden:

- [Het Nieuwe Werken](#)
- [Bijlagen bij de arbocatalogus](#)
- [Wat is er aan de hand?](#)

- [Handreiking: Het Nieuwe Werken, Hoe blijf je er gezond bij?](#) In deze handreiking voor werkgevers komen vragen aan de orde als ‘Wat vraagt het nieuwe werken van u als werkgever?’ en ‘Hoe zit het met Arbo?’. De handreiking is een initiatief van de Taskforce Mobiliteitsmanagement en het Kenniscentrum Werk&Vervoer..
- [Aanpak van werkdruk voor managers, SANT Organisatieadviseurs, november 2000](#) Brochure in opdracht van het Verbond van Verzekeraars en gebaseerd op onderzoek naar de aanpak van werkdruk dat in 1999 dat in 1999 is uitgevoerd door SANT in opdracht van CAO-partijen in het verzekeringsbedrijf.

Rekentool kosten en baten

Speciaal voor de verzekeringssector is door TNO in de vorm van een Excel bestand een rekentool voor het uitvoeren van kosten en baten analyses ter beschikking gesteld.

[Rekentool kosten en baten arbo-oplossingen](#)

Lees eerst de bijbehorende [handleiding](#).

Andere websites

- [Verzeker je inzet \(Samenhangend inzetbaarheidsbeleid\)](#)
- [Arboportaal SZW](#)
- [Arbsite FNV](#)
- [Arbsite CNV](#)
- [Workability-index](#)
- [Verbond van Verzekeraars](#)
- [Zorgverzekeraars Nederland](#)

FAQ

Veelgestelde vragen

Moeten alle maatregelen uit de arbocatalogus worden uitgevoerd?

Nee, de arbocatalogus is een oplossingenboek met daarin keuzemogelijkheden voor het verbeteren van arbeidsomstandigheden. Uitgangspunt is dat het maken van die keuzes maatwerk is. Iedere verzekeraar kan voor zijn situatie andere keuzes maken. En oplossingen die al goed werken, hoeven uiteraard niet te worden vervangen door oplossingen uit de arbocatalogus. Wel is de arbocatalogus een praktisch hulpmiddel bij het vaststellen van nieuwe of andere oplossingen.

Hoe weet ik welke oplossingen op ons van toepassing zijn?

Het uitvoeren van een verbetercheck [werkdruk](#), [beeldschermwerk](#), [ongewenst gedrag](#) of [software](#) biedt een overzicht van de maatregelen die in een bepaalde situatie zinvol kunnen zijn. Zo'n verbetercheck maakt het mogelijk om vast te stellen welke oplossingen er zijn en welke daadwerkelijk zullen worden toegepast.

Hoe verhoudt de arbocatalogus zich tot de risico-inventarisatie en – evaluatie (RI&E)?

De arbocatalogus is de ideale inspiratiebron voor het aanpakken van de risico's die in de RI&E beschreven staan. Deze bron benutten is niet verplicht als andere maatregelen net zo'n goede bescherming bieden. Maar het scheelt wel veel werk. Ook is het een goede manier om na te gaan of zelf bedachte oplossingen afdoende zijn...

Wettelijke eisen

Iedere werkgever moet volgens de Arbowet in een RI&E de gezondheidsrisico's in zijn onderneming in kaart brengen. Een bijbehorend plan van aanpak moet duidelijk maken hoe hij deze risico's oplost of zoveel mogelijk vermindert.

Digitale RI&E voor verzekeraars

Iedere verzekeraar kan kiezen hoe en met welke ondersteuning hij zijn RI&E uitvoert. Een RI&E is deels maatwerk. De arbodienst kan zorgen voor ondersteuning. Meestal beschikken deze dienstverleners over – al dan niet op verzekeringsbedrijven toegespitste – model-RI&E's. Op [RIE.nl](#) staat informatie over meer algemene RI&E's. Eén aanbieder heeft op basis van ervaringen met diverse verzekeringsbedrijven een specifieke RI&E voor het verzekeringsbedrijf ontwikkeld: de 'RIE Manager Verzekeraars' van Human Capital Care en Ergo-balans. Meer informatie is te vinden op de website van [Ergo-balans](#).

Arbocatalogus als inspiratiebron

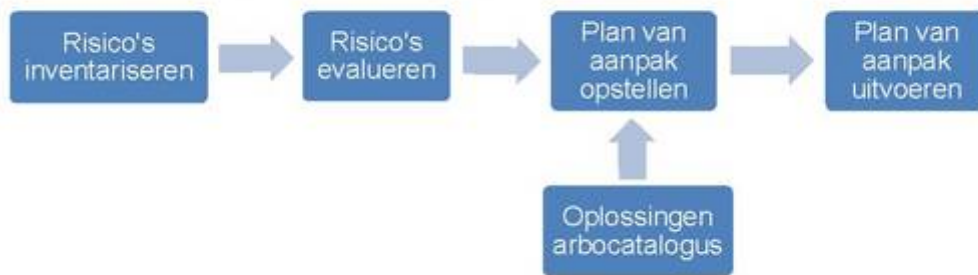
De oplossingen in de arbocatalogus zijn bij het opstellen, beoordelen of aanvullen van dit plan van aanpak een ideale inspiratiebron:

- ze zijn goed doordacht, bewezen effectief en direct toepasbaar in de praktijk, dat bespaart kosten en tijd;
- het staat vast dat ze bij een goede toepassing voldoende bescherming geven voor de voornaamste risico's in de sector en dat de Arbeidsinspectie ze accepteert, dat schept zekerheid;
- ze vormen een kwaliteitsnorm omdat zelf ontwikkelde oplossingen minimaal hetzelfde beschermingsniveau moeten opleveren, dat biedt houvast.

In de verzekeraars-RI&E zijn bij het maken van het plan van aanpak koppelingen naar de RI&E aangebracht. Hierdoor is het voor gebruikers makkelijker om op het juiste moment de juiste inspiratie uit de catalogus beschikbaar te hebben.

Let op: de catalogus bevat alleen de voornaamste risico's in de sector, individuele bedrijven kunnen daarnaast met andere knelpunten en gevaren te maken hebben. Het is verstandig om daar bij het opstellen van het plan van aanpak rekening mee te houden.

RI&E, plan van aanpak en arbocatalogus



- [Meer informatie over de RI&E](#)

Inspiratie en zekerheid voor alle betrokkenen

Als de arbocatalogus inspiratiebron is bij het opstellen, beoordelen of aanvullen van het plan van aanpak, is iedereen verzekerd van inspiratie én van oplossingen die werken:

- [OR en bestuur](#);
- [leidinggevenden](#);
- [arboprofessionals of P&O adviseurs](#);
- [werknemers](#).

Over gezondverbond.nl

Gezondverbond.nl is een gezamenlijk initiatief van:

[Verbond van verzekeraars](#)

[Zorgverzekeraars Nederland](#)

[FNV Finance](#)

[De Unie](#)

[CNV Vakmensen](#)

Zij willen samen bereiken dat het werk in de (zorg-)verzekeringsbranche veilig en gezond kan worden uitgevoerd.

De arbocatalogus is op 18 februari 2009 overeengekomen tussen het Verbond van Verzekeraars en de vakorganisaties FNV Bondgenoten, CNV Dienstenbond, De Unie/BBV.

De Arbeidsinspectie heeft de arbocatalogus bij brief van 27 maart 2009 goedgekeurd.

Zorgverzekeraars Nederland heeft zich met ingang van 1 januari 2011 aangesloten bij de arbocatalogus.

De arbocatalogus is herhaaldelijk nagekeken op actualiteit en waar nodig aangepast. De website is vernieuwd in 2016.

Taskforce arbocatalogus

De arbocatalogus wordt uitgevoerd door de Taskforce Arbocatalogus. De Taskforce bestaat uit de volgende leden:

- [Arnest Deurloo](#), Allianz, voorzitter
- [Gerard van Hees](#), FNV Finance
- [Sandra Hendriks](#), CNV Vakmensen
- [Jos van Schalkwijk](#), namens De Unie

- Marcel Reijmerink, Achmea (mede namens ZN)
- Johanna Dekker, NN
- Ellen de Jong, Delta Lloyd Groep
- Monique Mondria , Menzis, namens ZN
- Secretariaat: René Blijlevens, Verbond van Verzekeraars; Tom Drewes,
 - Zorgverzekeraars Nederland

De ontwikkeling van deze arbocatalogus is ondersteund door Huub Pennock van **De Goede Praktijk**, een netwerkorganisatie die sectoren en bedrijven ondersteunt bij het ontwikkelen van een arbocatalogus die werkt. De tekstredactie is verzorgd door redactie bureau Ravestein & Zwart, dat is gespecialiseerd in de wereld van arbeidsomstandigheden en HR.

Disclaimer

Het Verbond van Verzekeraars en Zorgverzekeraars Nederland hebben de informatie op deze website met zorg samengesteld. Hierbij is veel aandacht besteed aan het zo actueel, correct en compleet mogelijk houden van de inhoud. Ondanks deze zorgvuldigheid kan het gebeuren dat de informatie op deze website onjuistheden en/of onvolledigheden bevat. Aan de inhoud van deze website kunnen geen rechten worden ontleend. Ook kan het Verbond van Verzekeraars niet aansprakelijk worden gehouden voor de gevolgen van het gebruik, op welke manier dan ook, van de website en de daarin aangeboden informatie.

Verwijzingen naar andere websites zijn opgenomen ter informatie en inspiratie. Het Verbond van Verzekeraars en Zorgverzekeraars Nederland geven geen enkele garantie voor de inhoud van dergelijke websites en kan hiervoor ook geen aansprakelijkheid aanvaarden. De aangeboden informatie over oplossingen, tools en praktijkvoorbeelden biedt een uitgebreid overzicht van relevante informatie en dient niet beschouwd te worden als een complete lijst. Er worden leveranciers genoemd, het is mogelijk dat er nog andere leveranciers zijn voor soortgelijke producten

De op deze website afgebeelde gegevens, waaronder begrepen teksten, foto's, illustraties, grafisch materiaal en logo's zijn eigendom van of in licentie bij het Verbond van Verzekeraars of Zorgverzekeraars Nederland en worden beschermd door auteursrecht, merkenrecht en/of enig ander intellectueel eigendomsrecht. De hiervoor genoemde rechten gaan op geen enkele wijze over op (rechts)personen die toegang krijgen tot deze site. Het materiaal op deze site mag met bronvermelding worden gedownload, gekopieerd of gebruikt, tenzij het copyright expliciet is aangegeven.

Privacy statement

Het Verbond van Verzekeraars en Zorgverzekeraars Nederland zullen alle gegevens die via GezondVerbond.nl worden verzameld (zoals bezoekersaantallen) met de grootst mogelijke zorg behandelen. De gegevens zullen strikt vertrouwelijk worden bewaard en niet worden uitgeleend, verhuurd of verkocht, noch op een of andere manier openbaar worden gemaakt. Wij gebruiken het IP-adres (de code die wordt toegewezen aan de pc op het moment dat een bezoeker inlogt op een netwerk) alleen om het aantal bezoekers en het surfgedrag op deze website te registreren. Zo verwachten we de inhoud nog beter op de behoeften te kunnen afstemmen.

De website GezondVerbond.nl bevat links naar andere websites. Wij zijn niet verantwoordelijk voor de manier waarop de organisaties achter deze sites met privacy omgaan.