



# TILLEN VAN ZAKGOED

Door tillen kunnen klachten ontstaan aan de spieren en gewrichten van de rug, de benen en de armen, afhankelijk van frequentie en omstandigheden waar onder getild moet worden.



## Wat is de gewenste situatie?

- Zakken die zwaarder zijn dan 25 kg worden alleen met hulpmiddelen of met meerdere personen getild.
- De hulpmiddelen zijn afgestemd op de frequentie en de omstandigheden waaronder getild wordt.



## Maatregelen

- Palletiseer (automatiseer) het stapelen van zakken op pallets.
- Zet zakken met kunstmest met de heftruck op hoogte. Snijd ze daarna open en vul de kunstmeststrooier.
- Gebruik een zakkenlift.
- Til met meerdere personen.
- Maak zo veel mogelijk gebruik van kuubkisten of big bags. Dit voorkomt dat er zwaar moet worden getild.
- Geef de werknemers een training over de juiste tilhouding en tiltechnieken.



## Checklist

### DAGELIJKSE PRAKTIJK

- Zet zakken met kunstmest met de heftruck op hoogte. Snijd ze daarna open en vul de kunstmeststrooier.
- Gebruik, indien mogelijk, een zakkenlift of andere hulpmiddelen.
- Til met meerdere personen.
- Maak zo veel mogelijk gebruik van kuubkisten of big bags. Dit voorkomt dat er zwaar moet worden getild.