

# Til kamp mod

## Forebyggelse har fået sygefraværet ned og hjulpet på den værste nedslidning på vaskeriet Berendsen i Tilst.

Det er et hårdt slid at arbejde på et vaskeri. Tunge sække med tøj skal slæbes og vendes, genstridige, våde kedeldragter skal løftes, og tusinder af tøjstykker skal foldes hver eneste dag. Det giver skader i hænder, arme og skuldre.

I 2007 var grænsen nået for de ansatte på Berendsen Textil Service, der vasker arbejdstøj fra det meste af Jylland.

- Der var noget galt. Vi havde et ekstremt højt sygefravær. Det er meget nedslidende arbejde, og en arbejdsplads-vurdering viste, at folk ikke kunne holde til mere, fortæller Lisbeth Linde, der dengang var tillidskvinde på virksomheden.

Virksomhedens ledelse inviterede to ergoterapeuter til at se på forholdene, og resultatet blev et tre-årigt projekt, hvor alle ansatte fik kurser i ergologi, og arbejdsgange og hjælpemidler blev gået efter i sømmene.

### - Vi har lært meget

Tre år senere har det vist sig, at det var muligt at gøre en forskel. Sygefraværet er faldet med 30 procent, og tilfredsheden med arbejdsmiljøet er steget markant, viser en undersøgelse.

- Vi har lært en masse ting om hvordan vi bedst løfter tøjet, tømmer maskinerne og undgår at bøje og vride os for meget, når vi løfter. Det aflaster mig, så det gør mindre ondt, fortæller Dagmar Schacht og laver lidt fingergymnastik, sådan som hun har lært af ergoterapeuterne.

Hun får dog ikke den store gevinst af de forbedrede forhold. Dagmar er ramt af giggt og af leddegigt i håndleddene efter næsten 25 års arbejde på virksomheden. Det daglige hiv og løft af tøj har sat sine spor. Til sommer bliver hun 60 år og går på efterløn.

- Jeg ville have fortsat, hvis jeg kunne, men kroppen kan ikke klare mere, forklarer hun.

### Gymnastik på gulvet

Midt på produktionsgulvet kan man se folk lave gymnastik og udstrækningsøvelser i fællesskab. Det er blevet en del af hverdagen på Berendsen. Hvis nogen har brug for at gå i motionsrummet i arbejdstiden for at mindske skader, er der også mulighed for det. Alle nyansatte på vaskeriet får en introduktion til bedre ergologi.

Folk har dog ikke fået mindre ondt i løbet af

## Arbejds miljø på Berendsen

- De ansatte har gennemgået tre kurser i ergologi
- Sygefravær er faldet fra 6,3% til 4,3%
- 63% af de ansatte mener, at man hjælper hinanden mere efter projektet
- 47 % mener, at der kommet mindre belastende arbejdsmetoder.
- Der er 100 ansatte på Berendsen i Tilst, langt de fleste er kvinder.

de sidste tre års projekt. Omkring en tredjedel har stadig ondt i nakke, skulder og lænd i dagligdagen.

- Man kan ikke rette op på de skader der er sket, men vi kan prøve at sikre de kommende generationer på arbejdspladsen mod nedslidning. Det kan ikke passe, at man bliver ved med at slide folk ned, siger Lisbeth Linde.

Hun hæfter sig ved, at langt de fleste ansatte er kvinder.

- Mange er ikke fysisk store og stærke. Samtidig skal de ofte hjem og knokle i familien efter arbejdet. De skal også have kræfter, når de kommer hjem og et ordentligt helbred, når deres arbejdsliv en dag slutter, siger den tidligere tillidskvinde, der i dag er teamleder.

Der er kommet flere løftemaskiner og hæve/sænke-borde på Berendsen de seneste år. De ansatte har fået forbud mod at trække eller

*Det kan ikke passe, at kvinderne fortsat skal slides ned på jobbet, mener Lisbeth Linde, teamleder på Berendsen.*



# smarterne



*Gymnastik i arbejdstiden er blevet en del af den daglige rutine*

skubbe mere end én vogn med tøj ad gangen, da det øger nedslidningen.

Samtidig er tusindvis af vrid i håndleddene blevet undgået ved en enkelt beslutning: Kunderne får ikke længere vendt deres t-shirts, hvis de er afleveret på vrangen. Men viden og vaner er det vigtigste.

## **Bedre til at hjælpe hinanden**

- Vi er blevet bedre til at hjælpe hinanden. Det er ofte små ting. Som at være to om at tømme en maskine og lade være med at fylde sækkene helt op. Det aflaster også de chauffører, der slæber rundt på sækkene hele dagen, siger Tina Skousborg. Hun er selv gift med en chauffør, hvis skulder er mærket af de mange daglige løft.

Tina har selv konstante smerter i fingre, arme og nakke efter 20 års høje løft og ensidige gentagelser.

Nogle af de nye rutiner – såsom kun at køre med et vognlæs tøj ad gangen og være to om at tømme en maskine – lød i begyndelsen til

at koste tid og tempo, men det blev hurtigt indhentet.

En af dem, der kan få glæde af et bedre arbejdsmiljø fremover, er 24-årige Truc. Hun løfter to gange 44 kilo vasketøj op i en overdimensioneret vaskemaskine.

- Jeg burde egentlig gøre det ergonomisk anderledes, men jeg er måske lidt doven. Det bliver lidt for besværligt, selv om jeg prøver at bruge det, jeg har lært, erkender Truc, der oprindeligt kommer fra Vietnam.

Hun har arbejdet på vaskeriet, siden hun var 19 og kan godt mærke det i arme og skuldre.

- Sådan er industriarbejde jo, siger Truc med et lille smil.

Projektets virkning kan dog aflæses sort på hvidt. Det glæder især teamleder Lisbeth Linde, at sygefraværet nu er faldet:

- Når din kollega er syg, slider det ekstra på dig både fysisk og psykisk, og så er det må-

## **Forebyggelsesfonden**

- Fondens støtter projekter, der forebygger og forhindrer fysisk og psykisk nedslidning på de danske arbejdspladser.
- Den uddeler 350 millioner kr. årligt.
- Firmaer kan søge på [forebyggelsesfonden.dk](http://forebyggelsesfonden.dk)

ske dig, der er syg dagen efter. Derfor er det et vigtigt resultat. Men det er klart, at vi skal arbejde videre med tiltagene hele tiden, siger Lisbeth Linde.

Berendsen fik 231.000 fra Forebyggelsesfonden til aflønning af to ergoterapeuter under projektet.

- Uden fondens støtte kunne vi ikke have gjort det. Alle, der har problemer med nedslidning, bør være opmærksom på, at der er midler at hente her, siger Lisbeth Linde.