Dienstencatalogus

Versie 2: 14/01/2025



exper consult

bão ACADEMY

modyva

cohezio

Samen, omdat welzijn belangrijk is

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 1 26/03/24 14:18



1. Inleiding

1.1 Cohezio . . . 8
1.2 Experconsult . . . 9
1.3 Bäo academy . . . 10
1.4 Modyva . . . 11
1.5 Andere partners . . . 11

2. Gezondheid

2.1 Dienst – Medisch onderzoek . . . 14
2.2 Dienst – Medisch onderzoek – Periodieke gezondheidsbeoordelingen . . . 15
2.3 Dienst – Medisch onderzoek – Niet-periodieke gezondheidsbeoordelingen . . . 16
2.4 Dienst – Medisch onderzoek – Beroepsziekten . . . 18
2.5 Dienst – Medisch onderzoek – Onderzoek i.v.m. definitieve ongeschiktheid . . . 19
2.6 Dienst – Medisch onderzoek – Inentingen . . . 20
2.7 Dienst – Griepcampagne – Antigriepvaccinatie . . . 21
2.8 Dienst – Medische risicoanalyse . . . 22
2.9 Dienst – Bedrijfsbezoek – Systematisch en periodiek bezoek van de werkplaatsen . . . 23
2.10 Dienst – Organisatie van de eerste hulp bij ongevallen . . . 24
2.11 Dienst – Actieve rol van de arbeidsarts in het welzijns– en gezondheidsbeleid . . . 25
2.12 Dienst – Deelname aan het Comité voor Preventie en Bescherming op het Werk (CPBW) . . . 26
2.13 Dienst – Risicoanalyse: eerste hulp in het bedrijf . . . 27
2.14 Dienst – Medical Check up . . . 28
2.15 Dienst – Nutri-check . . . 29
2.16 Dienst – BeFit Move . . . 30
2.17 Dienst – BeFit Food – Teamwork . . . 31
2.18 Dienst – BeFit Food – Workshop – Etiketten lezen . . . 32
2.19 Dienst – BeFit Food – Lunch and learn . . . 33
2.20 Opleiding – BeFit Food – Opleiding evenwichtige voeding . . . 34
2.21 Basisopleiding – EHBO . . . 35
2.22 Bijscholing – EHBO . . . 36
2.23 Opleiding – EHBO bij kinderen (0–12 jaar) . . . 37
2.24 Opleiding – EHBO voor onthaalouders . . . 38
2.25 Opleiding – Reanimatie bij kinderen (0–12 jaar) . . . 39
2.26 Opleiding – Automatische Externe Defibrilator – AED . . . 40
2.27 Opleiding – Inleiding tot de eerstehulpverlening en het oproepen van de hulpdiensten . . . 41
2.28 Opleiding – E–learning: Eerstehulpverlening en het oproepen van de hulpdiensten . . . 42
2.29 Opleiding – Moederschapsbescherming . . . 43
2.30 Opleiding – Jaarlijkse informatie over stralingsbescherming (radioprotectie) . . . 44
2.31 Opleiding – Sensibilisatie – Diabetes . . . 45
2.32 Opleiding – Sedentariteit en het belang van fysieke activiteit . . . 46
2.33 Opleiding – Infectieziekten – Het bloedoverdraagbare trio: hepatitis B en C en HIV . . . 47
2.34 Opleiding – De belangrijkste infectieziekten en hoe ze te voorkomen . . . 48
2.35 Opleiding – Preventie van infectieziekten (algemeen) . . . 49
2.36 Opleiding – Gezond leven en een gezonde veerkracht . . . 50
2.37 Opleiding – Re-integratietrajecten van arbeidsongeschikte werknemers . . . 51
2.38 Opleiding – Cytostatica buiten de apotheek en in de thuiszorg . . . 52
2.39 Opleiding – Griepvaccinatie voor gezondheidsmedewerkers en contactberoepen . . . 53
2.40 Opleiding – De rol van de arbeidsarts in alcohol– en drugsbeleid . . . 54
2.41 Opleiding – Preventie van prikongevallen . . . 55
2.42 Opleiding – Nacht– en ploegenarbeid . . . 56
2.43 Opleiding – Een goede nachtrust . . . 57

3. Psychosociale aspecten

3.1 Dienst – Begeleiding van de organisatie bij absenteïsmebeheer en technieken voor beroepsherinschakeling . . . 60
3.2 Dienst – Psychosociale risicoanalyse via individuele gesprekken . . . 61
3.3 Dienst – Psychosociale risicoanalyse via kwalitatieve vragenlijsten . . . 62
3.4 Dienst – Psychosociale risicoanalyse via kwantitatieve vragenlijsten (ARIPSO) . . . 63
3.5 Dienst – Cohezіometer: een eenvoudige en snelle analyse van de psychosociale risico's . . . 64

Inhoud

3.6 Dienst – Psychosociale risicoanalyse via groepsgesprekken (focusgroep) . . . 65
3.7 Dienst – Begeleiding bij het uitwerken en het uitvoeren van een beleid rond de aanpak van verslavingen . . . 66
3.8 Dienst – Begeleiding bij het uitwerken en het uitvoeren van een beleid rond de aanpak van agressie . . . 67
3.9 Dienst – Begeleiding van bedrijven bij een mogelijk traumatiserende gebeurtenis . . . 68
3.10 Dienst – Psychosociaal probleem op het werk: individuele psychosociale interventie. . . . 69
3.11 Dienst – Begeleiding van de manager van een team in moeilijkheden . . . 70
3.12 Dienst – Begeleiding van een team in crisis . . . 71
3.13 Dienst – Sensibilisering van het management op het vlak van crisisbeheer . . . 72
3.14 Dienst – Begeleiding bij de invoering van een leeftijdsbewust beleid in de onderneming (CAO 104) . . . 73
3.15 Dienst – Begeleiding bij het uitwerken en het invoeren van een deconnectiebeleid . . . 74
3.16 Dienst – Psychosociale check-up . . . 75
3.17 Dienst – Selectie van de vertrouwenspersonen . . . 76
3.18 Basisopleiding – Vertrouwenspersoon . . . 77
3.19 Bijscholing / Supervisie – Vertrouwenspersoon . . . 78
3.20 Opleiding – Sensibilisering van de hiërarchische lijn – Preventie van psychosociale risico's op het werk. . . . 79
3.21 Opleiding – Sensibilisering van het personeel – Preventie van psychosociale risico's op het werk . . . 80
3.22 Opleiding – Sensibilisering van het management – Verslavingen: beter begrijpen om beter aan te pakken. . . . 81
3.23 Opleiding – Sensibilisering van het personeel – Verslavingen: beter begrijpen om er beter mee om te gaan. . . . 82
3.24 Opleiding – Preventie – Conflictbeheer op het werk . . . 83
3.25 Opleiding – Workshop stressmanagement . . . 84
3.26 Opleiding – Sensibilisering van het personeel – Preventie van burn-out . . . 85
3.27 Opleiding – Sensibilisering van de hiërarchische lijn – Preventie van burn-out . . . 86
3.28 Opleiding – Een traumatiserende gebeurtenis in het bedrijf: zich voorbereiden op onvoorziene omstandigheden . . . 87
3.29 Opleiding – Sensibilisering van de hiërarchische lijn – Discriminatie op het werk voorkomen . . . 88
3.30 Opleiding – Sensibilisering van het personeel – Discriminatie op het werk voorkomen . . . 89
3.31 Opleiding – E–learning: hoe ga ik om met diversiteit? . . . 90
3.32 Opleiding – Veerkracht – Fit in je hoofd, goed in je vel . . . 91
3.33 Opleiding – Lichamelijke veerkracht . . . 92
3.34 Opleiding – Preventie– en stressmanagement: koester je energiebron . . . 93
3.35 Opleiding – Preventie– en stressmanagement via ademhalingstechnieken. . . . 94
3.36 Opleiding – Preventie– en stressmanagement via yoga . . . 95
3.37 Opleiding – Preventie– en stressmanagement via Mindfulness. . . . 96
3.38 Opleiding – Burn-outpreventie en omgaan met burn-out voor het directiecomité. . . . 97
3.39 Opleiding – Hoe mijn gevoeligheid voor burn-out verlagen?. . . . 98
3.40 Opleiding – Hoe terug de draad opnemen na een burn-out?. . . . 99
3.41 Opleiding – Hoe burn-out voorkomen in een team?. . . . 100
3.42 Opleiding – Hoe omgaan met burn-out in een team? . . . 101
3.43 Opleiding – Workshop: is burn-out een keuze? . . . 102
3.44 Opleiding – Conferentie: informatie en sensibilisatie in verband met burn-out . . . 103
3.45 Opleiding – Assertiviteit: een oefening in diplomatie en vastberadenheid . . . 104

4. Ergonomie

4.1 Dienst – Interventie opsporing beeldschermwerk – EWOS (bedrijven C- D) . . . 108
4.2 Dienst – Interventie analyse van de arbeidsrisico's bij beeldschermwerk – EWOS (bedrijven A B C+). . . . 109
4.3 Dienst – Interventie screening beeldschermwerk – CEWA . . . 110
4.4 Dienst – Interventie deskundige analyse beeldschermwerk – IEWA . . . 111
4.5 Dienst – Manueel hanteren van lasten – Risicoanalyse ergonomie . . . 112
4.6 Dienst – Hulp bij de inrichting van de werkruimtes . . . 113
4.7 Dienst – Hulp bij het ontwerp van kantoorruimtes . . . 114
4.8 Dienst – Ergonomische analyse van een werkpost (geen beeldscherm). . . . 115
4.9 Dienst – Ergonomisch advies over het bestek van producten en materialen . . . 116
4.10 Dienst – Specifieke ergonomische studie – aanpassing van lokalen om het risico op agressie en/of besmetting te verlagen . . . 117
4.11 Dienst – Analyse van de informatiecircuits . . . 118
4.12 Dienst – Analyse van de organisatorische factoren . . . 119
4.13 Dienst – Basisanalyse van de verlichting van een werkpost . . . 120
4.14 Dienst – Analyse van de verlichting in het bedrijf . . . 121
4.15 Dienst – Geavanceerde risicoanalyse van musculoskeletale aandoeningen als gevolg van krachtinspanningen, repetitieve bewegingen en belastende houdingen . . . 122
4.16 Dienst – Basisanalyse van het akoestisch comfort op de werkplek . . . 123
4.17 Dienst – Diepgaande analyse van het akoestisch comfort op de werkplek. . . . 124
4.18 Dienst – Vereenvoudigde analyse van de blootstelling van werknemers aan lawaai . . . 125
4.19 Dienst – Analyse van de individuele blootstelling aan lawaai (Lex, 8u en Ppeak). . . . 126
4.20 Dienst – Uitwerking van een geluidskaart. . . . 127
4.21 Dienst – Bestrijding van de blootstelling aan lawaai . . . 128
4.22 Dienst – Geavanceerde analyse van de blootstelling van werknemers aan lawaai . . . 129
4.23 Dienst – Analyse van de blootstelling van werknemers aan trillingen (hele lichaam) . . . 130
4.24 Dienst – Analyse van de blootstelling van werknemers aan trillingen (handen en armen) . . . 131
4.25 Opleiding – Gezond werken aan een beeldscherm . . . 132
4.26 Opleiding – Rugcoach . . . 133
4.27 Opleiding – Preventie van musculoskeletale aandoeningen en rugvriendelijk werken met lasten . . . 134
4.28 Opleiding – Rugvriendelijk werken met personen en preventie van musculoskeletale aandoeningen op maat (1 dag). . . . 135

4.29 Opleiding – Rugvriendelijk werken op maat of coaching op de werkplek . . . 136
4.30 Opleiding – Preventie van musculoskeletale aandoeningen (MSA) en rugvriendelijk werken in de logistieke sector . . . 137
4.31 Opleiding – Preventie van musculoskeletale aandoeningen (MSA) en rugvriendelijk werken in de kinderopvang . . . 138
4.32 Opleiding – Preventie van musculoskeletale aandoeningen (MSA) en rugvriendelijk werken in de thuishulp . . . 139
4.33 Opleiding – Preventie van musculoskeletale aandoeningen (MSA) en rugvriendelijk werken in de schoonmaaksector . . . 140
4.34 Opleiding – Sensibilisatie en analyse van de blootstelling aan lawaai in het bedrijf . . . 141
4.35 Opleiding – Sensibilisatie en beheer van de blootstelling aan trillingen in het bedrijf . . . 142



5. Veiligheid

5.1 Dienst – Bedrijfsbezoek A, B en C+ . . . 146
5.2 Dienst – Bedrijfsbezoeken C- D . . . 147
5.3 Dienst – Safety Audit . . . 148
5.4 Dienst – Participatieve risicoanalyse . . . 149
5.5 Dienst – Risicoanalyse veiligheid van een organisatie of van een werkpost . . . 150
5.6 Dienst – Hulp bij het opstellen van het globaal actieplan en het jaarlijks actieplan . . . 151
5.7 Dienst – Opstelling van een intern noodplan . . . 152
5.8 Dienst – Analyse van een ernstig arbeidsongeval . . . 153
5.9 Dienst – Analyse van een niet–ernstig ongeval . . . 154
5.10 Dienst – Grondige analyse van de arbeidsongevallen . . . 155
5.11 Dienst – Werfcoördinatie . . . 156
5.12 Dienst – Indienststelling van machines en andere arbeidsmiddelen . . . 157
5.13 Dienst – Conformiteit van machines en andere arbeidsmiddelen . . . 158
5.14 Dienst – Risicoanalyse van machine of ander arbeidsmiddel . . . 159
5.15 Dienst – Risicoanalyse van een elektrische LS–installatie . . . 160
5.16 Dienst – Opstelling van een vereenvoudigde fiche voor het gebruik van een machine of arbeidsmiddel . . . 161
5.17 Dienst – Lastenboek aankoop van machine of ander arbeidsmiddel . . . 162
5.18 Dienst – Advies, hulp en keuze van de persoonlijke en collectieve beschermingsmiddelen . . . 164
5.19 Dienst – Ter beschikking stellen van een preventieadviseur . . . 165
5.20 Dienst – Monitoring en analyse van de trillingen in gebouwen en op gevoelige infrastructuur . . . 166
5.21 Dienst – Safetify . . . 167
5.22 Opleiding – Sensibilisering van de hiërarchische lijn in verband met het welzijnsbeleid . . . 168
5.23 Opleiding – Risicoanalyse in de praktijk . . . 169
5.24 Opleiding – Arbeidsongevallenanalyse . . . 170
5.25 Opleiding – Groendienst . . . 171
5.26 Opleiding – Dienstencheques (XL Training) . . . 172
5.27 Opleiding – Preventieadviseur niveau III . . . 173
5.28 Opleiding – Werken met een hoogwerker (XL Training) . . . 174
5.29 Opleiding en examen – Operationele medewerkers – VCA veiligheid (XL Training) . . . 175
5.30 Opleiding en examen – Operationeel leidinggevenden – VOL–VCA veiligheid (XL Training) . . . 176
5.31 Opleiding – Veiligheidswacht . . . 177
5.32 Opleiding – Atex: risico's in verband met explosieve omgevingen . . . 178
5.33 Opleiding – VCA operationeel kader . . . 179
5.34 Opleiding – VCA Basisveiligheid . . . 180
5.35 Opleiding – Elektrische risico's BA4 . . . 181
5.36 Opleiding – Elektrische risico's BA5 . . . 182
5.37 Opleiding – Basisopleiding – Heftruckchauffeur . . . 183
5.38 Bijscholing – Validatie van de vaardigheid/Opfrissing – Heftruckchauffeur . . . 184
5.39 Basisopleiding – Besturen en werken met een verreiker met telescopische arm . . . 185
5.40 Basisopleiding – Kraanbestuurder . . . 186
5.41 Opleiding – Rolbrugbestuurder . . . 187
5.42 Opleiding – Werken en evolutie op hoogte – Dragen van het harnas en begrip van redding . . . 188
5.43 Opleiding – Werken met vaste en mobiele steigers . . . 189
5.44 Opleiding – Prioritair rijden . . . 190



6. Brandpreventie

6.1 Dienst – Brandrisicoanalyse . . . 194
6.2 Dienst – Checklist conformiteit brand . . . 195
6.3 Dienst – Opstellen van evacuatieplannen . . . 196
6.4 Dienst – Begeleiding bij een evacuatieoefening . . . 197
6.5 Dienst – Opstelling van een brandpreventiedossier . . . 198
6.6 Opleiding – Brandwacht (XL Training) . . . 199
6.7 Opleiding – Werken met kleine blusmiddelen . . . 200
6.8 Opleiding – Werken met onafhankelijke adembescherming . . . 201
6.9 Opleiding – Sensibilisering van blusmiddelen . . . 202
6.10 Opleiding – Basisopleiding evacuatie . . . 203
6.11 Bijscholing – Brandbestrijdingsdienst – Lichte blusmiddelen . . . 204
6.12 Bijscholing – Opfrissing – lichte brandbestrijdingsmiddelen . . . 205
6.13 Opleiding – Interventieploeglid brandbestrijdingsdienst – Zware blusmiddelen . . . 206
6.14 Bijscholing – Opfrissing – Brandbestrijdingsdienst – Zware blusmiddelen . . . 207
6.15 Opleiding – Brandbestrijdingsdienst met IAA* – Lichte blusmiddelen . . . 208
6.16 Bijscholing – Opfrissing – Interventieploeglid met IAA* – Lichte blusmiddelen . . . 209
6.17 Opleiding – Brandbestrijdingsdienst met IAA* – Zware blusmiddelen . . . 210
6.18 Opleiding – Basisopleiding voor het dragen van een IAA* . . . 211
6.19 Bijscholing – Opfrissing IAA*-drager . . . 212
6.20 Opleiding – Mobiele unit: SAMM brandbestrijdingsdienst . . . 213

7. Industriële hygiëne

7.1 Dienst – Analyse van de binnenluchtkwaliteit . . . 216
7.2 Dienst – Analyse van de CO_2-concentratie in de binnenlucht door middel van geconnecteerde sondes . . . 217
7.3 Dienst – HVAC audit . . . 218
7.4 Dienst – Advies omtrent de risico's van legionella in installatie . . . 219
7.5 Dienst – Basisanalyse van het thermisch comfort en van de luchtverversing . . . 220
7.6 Dienst – Geavanceerde analyse van het thermisch comfort en de luchtverversing . . . 221
7.7 Dienst – Geavanceerde analyse van de thermische belasting (warm of koud) . . . 222
7.8 Dienst – Analyse en metingen van microbiologische agentia op oppervlakken . . . 223
7.9 Dienst – Analyse en metingen van microbiologische agentia in de lucht . . . 224
7.10 Dienst – Chemische stoffen – Luchtmetingen . . . 225
7.11 Dienst – Analyse en metingen van stof . . . 226
7.12 Dienst – Analyse van de blootstelling aan chemische agentia met behulp van tools voor modelvorming . . . 227
7.13 Dienst – Toxicologisch advies . . . 228
7.14 Dienst – Opstelling van een vereenvoudigd veiligheidsinformatieblad . . . 229
7.15 Dienst – Specifiek advies in verband met het gebruik van een product . . . 230
7.16 Dienst – Inventaris van gevaarlijke producten en kwalitatieve risicoanalyse . . . 231
7.17 Dienst – Opstelling van de asbestinventaris . . . 232
7.18 Dienst – Advies over de asbestinventaris . . . 233
7.19 Dienst – Asbest: identificatie van verdachte materialen via het nemen van monsters . . . 234
7.20 Dienst – Advies over het werkplan bij het verwijderen van asbest . . . 235
7.21 Dienst – Audit HACCP (Analyse van de voedingshygiëne in cateringomgevingen) . . . 236
7.22 Dienst – Analyse van de blootstelling aan elektromagnetische velden . . . 237
7.23 Opleiding – Preventie en bescherming tegen van risico's van asbest (eenvoudige handelingen) . . . 238
7.24 Bijscholing – Preventie en bescherming tegen van risico's van asbest (eenvoudige handelingen) . . . 239
7.25 Opleiding – Voedingshygiëne volgens HACCP . . . 240
7.26 Opleiding – Het gebruik van onderhoudsproducten . . . 241
7.27 Opleiding – Sensibilisatie en omgaan met chemische agentia in het bedrijf . . . 242
7.28 Opleiding – Meten en detecteren van gevaarlijke stoffen (XL Training) . . . 243

8. Milieu-wetgeving

8.1 Dienst – Studie van de geluidsimpact van bestaande installaties/bedrijven op de omgeving . . . 246
8.2 Dienst – Studie van de geluidsimpact van geplande installaties/bedrijven op de omgeving (aanvraag milieuvergunning) . . . 247
8.3 Dienst – Milieuvergunningsaanvraag, milieueffectrapport en -nota's . . . 248
8.4 Dienst – ATEX-studie . . . 249
8.5 Dienst – Industriële risico's en SEVESO-sites . . . 250

9. Leadership - Management

9.1 Opleiding – Terug aan het werk na kanker, een zeer actuele kwestie . . . 254
9.2 Opleiding – Hoe ga ik om met veranderingen in de teams? . . . 256
9.3 Opleiding – De participatieve leader – "De kracht van verbinding maken" . . . 257
9.4 Opleiding – De enthousiaste leader – "Het vuur aanwakkeren" . . . 258
9.5 Opleiding – De moedige leader – "Leiden met lef" . . . 259
9.6 Opleiding – De open leader – "Leiderschap zonder grenzen" . . . 260
9.7 Opleiding – De authentieke leader – "Recht voor de raap" . . . 261
9.8 Opleiding – Manager coach – De fundamenten van leidinggevende en relationele coaching . . . 262
9.9 Opleiding – Krachtige communicatie: goed luisteren en een assertieve houding aannemen . . . 263
9.10 Opleiding – Spreken in publiek: kom op verhaal! . . . 264
9.11 Opleiding – Leiding geven: een nederig gebeuren . . . 265
9.12 Opleiding – De mindful leader: hoe word ik een efficiëntere leider? . . . 266
9.13 Opleiding – Omgaan met conflicten en agressie . . . 267
9.14 Opleiding – Hoe ga ik om met emoties en stress met behulp van de EFT? . . . 268
9.15 Opleiding – Onderwijssector – Ontwikkelen van leiderschapskwaliteiten en coach attitude . . . 270
9.16 Opleiding – Leader of Tomorrow . . . 272
9.17 Opleiding – Insights Discovery® – De basis . . . 273
9.18 Opleiding – Insights Discovery® – Interpersoonlijke relaties en stress– & tijdmanagement . . . 274
9.19 Opleiding – Insights Discovery® – Leadership . . . 275
9.20 Opleiding – Insights Discovery® – Het 360° feedbackproces met Insights Multiview® . . . 276
9.21 Opleiding – Interventie bij interpersoonlijke problemen (op het niveau van individu, team, EXCOM) . . . 277
9.22 Opleiding – Leidinggeven volgens de Tolteekse Wijsheden . . . 278
9.23 Opleiding – Onderwijssector – Bewust ademhalen in de klas . . . 279
9.24 Opleiding – Internal Coach Training . . . 280
9.25 Opleiding – Supervisie van interne coaches . . . 281
9.26 Opleiding – Hoe kan de werking van een team worden verbeterd door middel van systeemopstellingen met paarden? . . . 282
9.27 Opleiding – Hoe kan de werking van een team worden verbeterd door middel van systeemopstellingen? . . . 283
9.28 Opleiding – De TAO van leiderschap . . . 284

10. Aanvullende diensten

10.1 Aanvullende diensten – Communiceer en sensibiliseer . . . 288

In deze catalogus vindt u, per thema, de diensten en opleidingen die u kunnen worden aangeboden door Cohezio of één van zijn partners.

Om u een zo breed mogelijke waaier van diensten en opleidingen te kunnen bieden, werkt Cohezio samen met gespecialiseerde, vooraanstaande organisaties die actief zijn op het vlak van preventie en bescherming op het werk.

Indien u in deze catalogus niet vindt wat u zoekt, aarzel dan niet om contact met ons op te nemen. Wij helpen u graag verder.



1. Inleiding



Samen, omdat welzijn belangrijk is

Als Externe Dienst voor Preventie en Bescherming op het Werk is het onze opdracht te zorgen voor de gezondheid, de veiligheid en het welzijn op het werk van iedereen, zowel van u als van uw medewerkers.

Wij bieden u dan ook een complete begeleiding bij uw welzijnsbeleid.

- **Gezondheidstoezicht**
- **Preventieadvies**
- **Psychosociale aspecten**
- **Leadership, management**
- **Aanvullende diensten**

Samen vormen we een team van preventieadviseurs, artsen, psychologen, ergonomen, ingenieurs, hygiënisten, bedrijfsbezoekers, trainers, verpleegkundigen, enz. Daar komen al onze medewerkers van de ondersteunende diensten nog bij.

Cohezio is dus een multidisciplinair team dat nauw met u samenwerkt en u helpt een gezonde werkomgeving te garanderen voor uw medewerkers. Bij ons kan u terecht voor een luisterend oor, deskundigheid en oplossingen op maat van uw behoeften.

Ons vak is onze passie en vandaag de dag zijn welzijn en ontplooiing op het werk twee belangrijke streefdoelen. Daarom hebben we ons dienstenaanbod laten evolueren en bieden we voortaan meer dan een traditionele Externe Dienst voor Preventie en Bescherming op het Werk.

Onze arbeidsartsen staan centraal in onze werking. Zij schrijven voor wat er gedaan moet worden om het collectief en individueel welzijn in het bedrijf te verbeteren. Ze worden bijgestaan door onze deskundigen en partners, zodat ze u nog completere oplossingen kunnen bieden en mee kunnen zorgen voor een stabiel team van medewerkers die zich ten volle kunnen ontplooien.

Cohezio en zijn **ecosysteem**... ons competentiegebied:



Uw partner voor een gezond bedrijf

Experconsult is de gespecialiseerde pijler van het ecosysteem van **Cohezio** op het vlak van gezondheid en wellbeing.

Naast zijn opdrachten in het kader van medische expertise biedt **Experconsult** ook diensten in verband met het welzijn van de werknemers, gegroepeerd in twee verschillende categorieën:

> **De medische en psychologische check-ups**
In het kader van een intern welzijnsbeleid van zijn werknemers heeft het bedrijf de mogelijkheid om zijn kaderpersoneel en medewerkers een medische en psychologische check-up aan te bieden. De check-up bestaat uit een volledig onderzoek en een gesprek met een arts en/of een psycholoog. De resultaten en de gesprekken zijn volledig confidentieel.

> **Acties die verband houden met de vitaliteit op het werk**
Bewegen en beter eten: daar komt het op neer in ons vitaliteitsprogramma «BeFit». Ons team van ditisten en artsenzorgt voor een moderne visie op voeding en beweging op de werkplek.



In de kern van de mens, in het hart van het systeem

Băo academy, het coaching- en opleidingscentrum van de **Cohezio**-groep dat de mens centraal stelt.

Onze missie? Oplossingen en sleutels bieden voor duurzame, reële en diepgaande ontwikkeling van de vaardigheden en het welzijn van medewerkers. **Băo academy** begeleidt individuen en organisaties in hun ontwikkeling en werkt zo aan een nieuwe balans tussen het individu en het geheel.

Met een catalogus van ongeveer 150 opleidingen en/of coachings, is băo academy actief in uiteenlopende domeinen waaronder psychosociale aspecten, ergonomie, industriële hygiëne, leiderschap, brandpreventie, gezondheidspreventie, eerste hulp of veiligheid op het werk.



modyva

Studies op het vlak van gezondheid en omgeving

Modyva is de gespecialiseerde pijler van het ecosysteem van **Cohezio** op het vlak van akoestiek, trillingen, thermische omgevingsfactoren en musculoskeletale aandoeningen.

Modyva werd opgericht in samenwerking met de Universiteit van Bergen en is erkend door het Waals Gewest in het kader van lawaaibestrijding. Die erkenning geldt ook in het Brussels Hoofdstedelijk Gewest.

Hun activiteitsgebieden:

> **Gezondheid op het werk**
Lawaai, trillingen, musculoskeletale aandoeningen, thermische omgevingsfactoren, elektromagnetische velden en chemische agentia.

> **Onderzoek en ontwikkeling**
Ontwerp, testen en vibroakoestische analyses.

> **Omgeving**
Studies naar effecten en verbeteringen op het vlak van lawaai en trillingen.

Externe partners

Om zo goed mogelijk tegemoet te komen aan uw opleidingsbehoeften, werkt **Cohezio** ook samen met partners buiten zijn ecosysteem en deskundigen in het opleiden van werknemers, waaronder **Guest**, **Etic's Partners**, **Priodrive** en **XL Training**.

Guest

Guest, opleidingscentrum voor preventie, veiligheid en welzijn op het werk, biedt uitgebreide opleidingen aan, aangepast aan elke situatie en in verschillende vakgebieden: standaardopleidingen in open sessies en privé opleidingen voor één bedrijf, modulair en op maat. Guest staat ook in voor uw risicoanalyse en de ontwikkeling van uw evacuatie- en interventieplannen. Guest brengt meer dan 90 experts samen, die gepassioneerd zijn door de thema's hulpverlening, gezondheid en preventie.

Etic's Partners

Dit zijn zeven autonome bedrijven die elkaar aanvullen en partners zijn omtrent veiligheid, preventie, welzijn op het werk, menselijke ontwikkeling, informatica en kantoorautomatisering. Ze bestaan uit meer dan 125 professionals over heel België, die hun krachten en vaardigheden hebben verenigd om een antwoord te bieden op uw behoeften op het vlak van opleiding, consultancy, informatie, aankoop, verhuur en onderhoud van veiligheidsmateriaal.

Sertius

Sertius is een partner die milieu- en veiligheidskwesties binnen een regionale, nationale en internationale context opneemt en klanten adviseert om de aangeboden oplossingen lokaal toe te passen. Sertius staat voor een multidisciplinaire en praktische aanpak binnen de juridische wetgeving en reglementering.

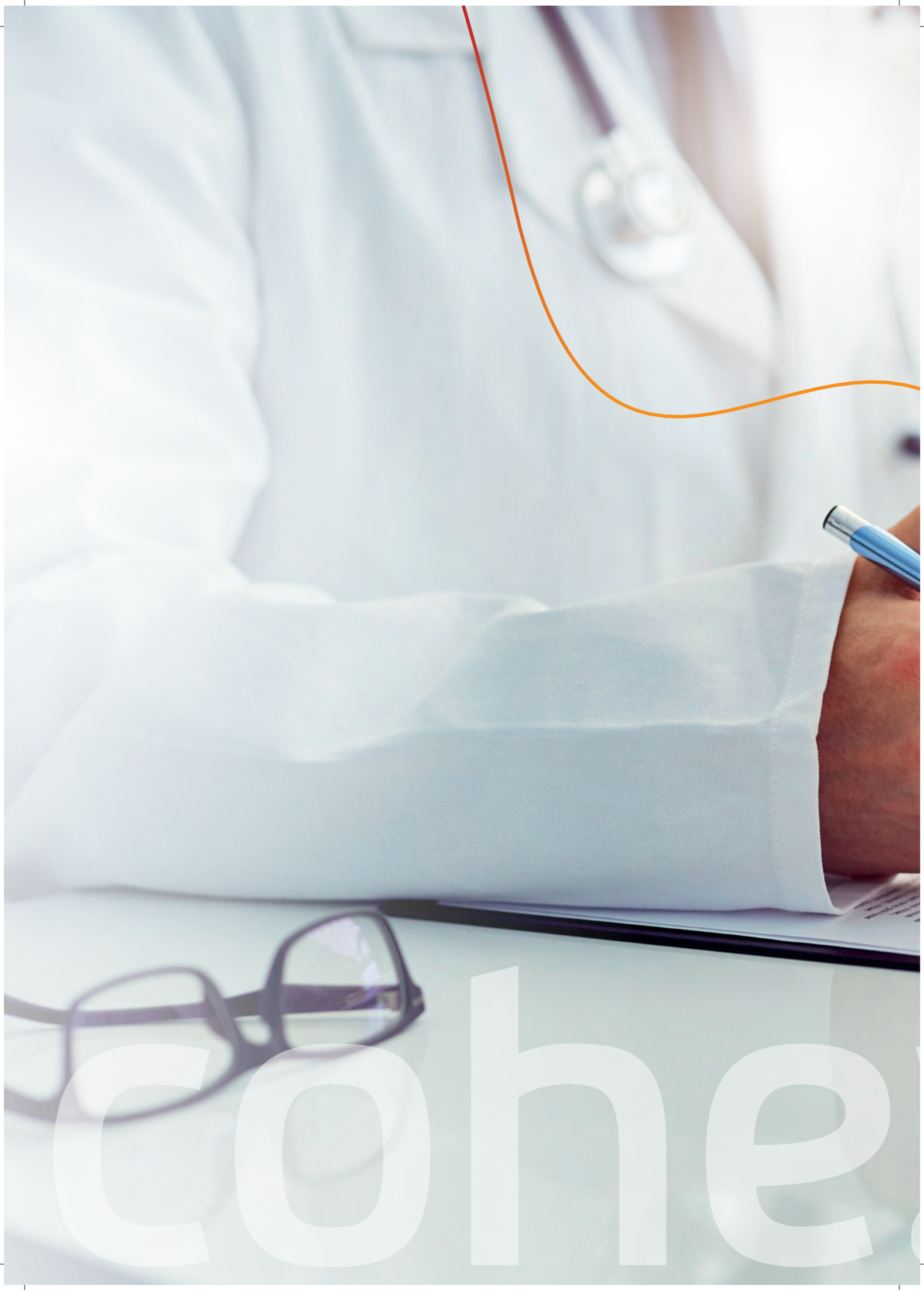
Priodrive

Priodrive is gespecialiseerd in het opleiden van professionele chauffeurs in het algemeen, maar meer specifiek chauffeurs van prioritaire voertuigen.

XL Training

XL training is een opleidingscentrum dat zich richt op twee kernactiviteiten: dienstencheques en risicovolle taken. **XL Training** wenst u graag bij te staan om de veiligheidscultuur in uw bedrijf te verhogen. Van brandopleidingen tot logistieke opleidingen tot sensibiliseringsopleidingen, ze hebben een brede waaier aan kennis in huis en zullen u steeds trachten van dienst te zijn.





2. Gezondheid



Dienst

Medisch onderzoek



Het gezondheidstoezicht op werknemers is verplicht. Doel is het bevorderen en beschermen van de gezondheid van de werknemers door de preventie van risico's verbonden aan het werk. Het gezondheidstoezicht wordt uitgevoerd door de arbeidsarts. De wettelijke basis ervoor is het Koninklijk besluit van 28 mei 2003 (Titel 4 van boek I van de codex over het welzijn op het werk), dat alle algemene principes bevat die van toepassing zijn op werknemers op wie het gezondheidstoezicht betrekking heeft.

Doelstellingen

Zorgen voor het welzijn en de gezondheid van de werknemers is de voornaamste doelstelling van het gezondheidstoezicht. In het bijzonder zijn de Doelstellingen:

- **de tewerkstelling bevorderen voor iedereen, met name door het voorstellen van aangepast werk;**
- **opsporen van (risicofactoren voor) beroepsziekten, arbeidsgebonden aandoeningen alsook problemen op het werk;**
- **werknemers informeren en adviseren over de aandoeningen en problemen op het werk waarmee zij eventueel zijn geconfronteerd.**

Tijdens het medisch onderzoek (ook vaak gezondheidsbeoordeling genoemd) bepaalt de arbeidsarts ook of een persoon geschikt is om zijn/haar werk uit te voeren. De rol van arbeidsarts is preventief en niet behandelend.

Inhoud

Afhankelijk van de risicoanalyse worden verschillende soorten onderzoeken uitgevoerd, die plaatsvinden op verschillende tijdstippen doorheen de loopbaan van de werknemer:

- voorafgaande gezondheidsbeoordelingen bij aanwerving, bij een nieuwe functie of bij verandering van functie;
- periodiek medisch onderzoek voor werknemers die blootgesteld zijn aan risico's. De periodiciteit hangt af van het risico waaraan ze worden blootgesteld;
- bij blootstelling aan risico's tijdens zwangerschap of borstvoeding;
- re-integratiebeoordelingen van (langdurig) zieke werknemers die definitief of tijdelijk hun overeengekomen werk niet kunnen uitvoeren;
- bij werkhervatting na een afwezigheid van meer dan vier weken;
- op vraag van de werknemer: de zogenaamde spontane raadpleging (tijdens de werkuitoefening) of het zogenaamde onderzoek voorafgaand aan de werkhervatting (bij ziekte). Iedere werknemer heeft het recht om de arbeidsarts rechtstreeks en eventueel anoniem te contacteren voor een medisch onderzoek;
- onderzoek op vraag van de werkgever;
- na blootstelling aan bepaalde stoffen of agentia (bijvoorbeeld asbest) die pas na lange tijd gezondheidseffecten hebben (voortgezet gezondheidstoezicht).

Voor wie?

Het gezondheidstoezicht is van toepassing op alle werknemers alsook aan alle aan werknemer gelijkgestelde personen (stagiairs, cursisten, leerovereenkomsten, jobstudenten, vrijwilligers, enz.). De types onderzoeken voor werknemers zijn afhankelijk van de risico's al dan niet aanwezig.

Dienstverlener

De preventieadviseur-arbeidsarts van **Cohezio**.

Praktische informatie

De risicoanalyse, uitgevoerd door de werkgever in samenspraak met de arbeidsarts, bepaalt aan welk type medisch onderzoek de werknemer onderworpen moet worden. Periodieke onderzoeken, voorafgaande gezondheidsbeoordelingen, en onderzoeken bij werkhervatting vinden in principe enkel plaats wanneer de risicoanalyse op risico's wijst.

Voor meer informatie betreffende deze dienst mag u steeds contact opnemen met uw contactpersoon binnen Cohezio. U kan ons ook steeds contacteren op ons algemeen nummer 02 533 74 11 of via info@cohezio.be.

REF. med_20/D/021 — **Prijs op aanvraag**

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 14 26/03/24 14:18

Dienst

Medisch onderzoek – Periodieke gezondheidsbeoordelingen



Het werk, en de omstandigheden waarin gewerkt moet worden houden soms risico's in voor de gezondheid, zoals het gebruik van schadelijke producten, het bedienen van gevaarlijke machines, het heffen van lasten, enz.
Het gezondheidstoezicht van de werknemers heeft tot doel het welzijn en de gezondheid van de werknemers te bevorderen en te behouden door deze risico's te voorkomen.

Doelstellingen

> **De tewerkstellingskansen bevorderen voor iedereen, met name door het voorstellen aan de werkgever van aangepast werk.**
> **Zo vroeg mogelijk beroepsziekten, arbeidsgebonden aandoeningen en problemen op het werk opsporen.**
> **De werknemers informeren en adviseren over de aandoeningen en gebreken waardoor zij eventueel zijn getroffen (gezondheidsadvies).**
> **Meewerken aan het opsporen en het onderzoeken van de risicofactoren voor beroepsziekten en arbeidsgebonden aandoeningen.**
> **Vermijden dat werknemers worden blootgesteld aan taken waarvan zij om medische redenen de risico's niet kunnen dragen.**
> **Vermijden dat personen tot het werk worden toegelaten die getroffen zijn door ernstige besmettelijke aandoeningen of die een gevaar betekenen voor de veiligheid van de andere werknemers.**
> **De beslissing inzake de arbeidsgeschiktheid van een werknemer op het ogenblik van het medisch onderzoek staven.**

Dit alles moet in een versterkende combinatie met de werkplaatsbezoeken en deelname aan comités voor preventie en bescherming op het werk bijdragen tot de risicoanalyse, tot een gezondheidsbeleid en tot verhoogd welzijn op het werk.
Sommige van uw werknemers moeten periodiek onderzocht worden door de preventieadviseur-arbeidsarts. De periodiciteit van dit onderzoek wordt bepaald op basis van de risico's die verbonden zijn aan hun functie.
(Art.I.4-2 van de codex over het welzijn op het werk op het werk)

Inhoud

> Het uitvoeren en optekenen van een beroepsanamnese en de medische voorgeschiedenis van de werknemer.
> Een klinisch onderzoek van de algemene gezondheidstoestand en relevante biometrische onderzoeken.
> Gerichte onderzoeken of gerichte functionele tests.
> Biologische onderzoeken.
> Het toedienen van de verplichte vaccinaties en het uitvoeren van tuberculinetests.
> Het laten uitvoeren van een radiologisch onderzoek indien gerechtvaardigd.
> De werknemers informeren en adviseren over de aandoeningen en gebreken waardoor zij eventueel zijn getroffen (gezondheidsadvies).

De gezondheidsbeoordeling neemt per werknemer gemiddeld 30 minuten in beslag. Via ons cohezio4u kan u op elk moment de planning raadplegen, zodat u steeds op de hoogte bent van de geplande onderzoeken.

Dienstverlener

De preventieadviseur-arbeidsarts van **Cohezio**.

Praktische informatie

Deze dienst kan in één van onze vele centra doorgaan.
Indien u een geschikt lokaal ter beschikking heeft, kunnen deze onderzoeken ook in één van uw lokalen georganiseerd worden.
Wij beschikken ook over een medische car, die een oplossing kan bieden in sommige zeer specifieke gevallen.

Voor meer informatie betreffende deze dienst mag u steeds contact opnemen met uw contactpersoon binnen Cohezio. U kan ons ook steeds contacteren op ons algemeen nummer 02 533 74 11 of via info@cohezio.be.

REF. med_20/D/022

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 15 26/03/24 14:18

Dienst

Medisch onderzoek – Niet-periodieke gezondheidsbeoordelingen



Sommige niet-periodieke onderzoeken worden gepland naar aanleiding van welbepaalde situaties en wettelijke voorwaarden.
Net als de periodieke gezondheidsbeoordelingen hebben ook deze niet-periodieke onderzoeken als doel de gezondheid van de werknemers te bevorderen en te behouden door risico's te voorkomen.

Doelstellingen

Per soort gezondheidsbeoordeling zijn er nog specifieke doelstellingen waarvan we de belangrijkste hieronder vermelden:

Voorafgaande gezondheidsbeoordeling

De geschiktheid beoordelen in geval van aanwerving of wijziging van functie.

Onderzoek bij de werkhervatting

De geschiktheid beoordelen binnen de eerste 10 werkdagen van de werkhervatting. In geval van ongeschiktheid worden ofwel preventiemaatregelen voorgesteld op het formulier voor gezondheidsbeoordeling, ofwel wordt een verlenging van het ziekteverlof aanbevolen.

Bezoek voorafgaand aan de werkhervatting

De toekomstige effectieve werkhervatting van al dan niet aan het gezondheidstoezicht onderworpen werknemers voorbereiden door eventuele voorstellen te doen omtrent een aangepaste werkpost (bijvoorbeeld een zit-statafel, enz.) of omtrent aangepast werk (bijvoorbeeld aangepast werkvolume, deeltijds werk, minder heffen en tillen, enz.).

Spontane raadpleging

Iedere werknemer, al dan niet onderworpen aan periodiek gezondheidstoezicht, de mogelijkheid bieden om naar aanleiding van arbeidsgerelateerde gezondheidsklachten contact op te nemen met de arbeidsarts.

Re-integratiebeoordeling van zieke werknemers

De re-integratie bevorderen van de werknemer die het overeengekomen werk niet meer kan uitoefenen, door deze werknemer:
- **ofwel tijdelijk een aangepast of een ander werk te geven, in afwachting van het opnieuw uitoefenen van zijn overeengekomen werk,**
- **ofwel definitief een aangepast of een ander werk te geven indien de werknemer definitief ongeschikt is voor het uitoefenen van zijn overeengekomen werk.**

Onderzoek op aanvraag van de werkgever

De gezondheidsbeoordeling op aanvraag van de werkgever mogelijk maken wanneer:
- **een werknemer klaagt over ongemakken of tekenen van een aandoening vertoont die kunnen worden toegeschreven aan zijn arbeidsomstandigheden;**
- **of wanneer de werkgever vaststelt dat de lichamelijke of geestelijke toestand van een werknemer de risico's verbonden aan de werkpost onmiskenbaar verhoogt.**

Opgelet: de preventieadviseur-arbeidsarts beoordeelt onafhankelijk of deze werknemer aan een gezondheidsbeoordeling moet worden onderworpen.

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 16 26/03/24 14:18

Onderzoek in het kader van moederschapsbescherming of borstvoeding

Tijdens dit onderzoek stelt de arbeidsarts de arbeids(on)geschiktheid van de werkneemster vast of doet voorstellen betreffende de aanpassing van de arbeidsomstandigheden, en bepaalt hij of zij de te nemen preventiemaatregelen. Indien aanpassingen aan de werkpost of andere activiteiten niet mogelijk zijn, is een verwijdering uit de functie noodzakelijk voor de duur van de zwangerschap en/of borstvoeding.

Onderzoek om de definitieve ongeschiktheid te onderzoeken

In toepassing van artikel 34 van de wet van 3 juli 1978 betreffende de arbeidsovereenkomsten, gaat de preventieadviseur-arbeidsarts op vraag van de werkgever of van de werknemer na of het voor de werknemer die sinds minstens 9 maanden ononderbroken arbeidsongeschikt is zoals bedoeld in artikel 34, definitief onmogelijk is om het overeengekomen werk te verrichten.

Inhoud

Elk van de niet-periodieke onderzoeken evalueert de geschiktheid van de werknemer op basis van zijn gezondheidstoestand (medische bevraging en klinisch onderzoek) en op basis van de risico's die aanwezig zijn op de werkvloer. Elk van deze onderzoeken heeft specifieke doelstellingen en eigen regels die moeten worden nageleefd. Die regels hebben betrekking op de aanvrager, de termijn binnen dewelke een medisch onderzoek moet plaatsvinden alsook het type werknemer (onderworpen of niet-onderworpen aan periodiek gezondheidstoezicht).

Deze toe te passen wettelijke regels zijn in grote lijnen:

> **Onderzoek bij de werkhervatting**
Verplicht voor iedere onderworpen werknemer na minstens 4 weken ononderbroken afwezigheid door een ziekte, ongeval, of bevalling.

> **Spontane raadpleging**
Voor werknemers, al dan niet onderworpen aan het periodiek gezondheidstoezicht, die klachten hebben met betrekking tot hun veiligheid en gezondheid op het werk. De aanvrager is de werknemer zelf ofwel diens behandelend arts. Het onderzoek kan anoniem zijn (de werkgever mag niet op de hoogte gesteld worden, tenzij de werknemer zijn akkoord geeft). Bij dit onderzoek is het opstellen van het formulier voor gezondheidsbeoordeling door de arbeidsarts niet steeds verplicht.

> **Bezoek voorafgaand aan de werkhervatting**
De aanvrager is steeds de al dan niet onderworpen werknemer. De werknemer bezoekt de arbeidsarts binnen de 10 werkdagen na de aanvraag. De arbeidsarts onderzoekt de werkpost van de werknemer zo spoedig mogelijk en formuleert, op basis van de gezondheidstoestand van de werknemer en het onderzoek van de werkpost, in veld F van het formulier voor gezondheidsbeoordeling de eventuele preventiemaatregelen die aangewezen zijn zodat de werkgever een aangepast werk kan geven aan de werknemer vanaf de werkhervatting.

Dienstverlener

De preventieadviseur-arbeidsarts van **Cohezio**.

Praktische informatie

De niet-periodieke gezondheidsbeoordelingen kunnen niet vooraf door **Cohezio** gepland worden. Indien een niet-periodieke gezondheidsbeoordeling nodig blijkt, kunt u zelf contact opnemen met **Cohezio** om het onderzoek in te plannen. Ook kan elke werknemer wettelijk gezien rechtstreeks en al dan niet anoniem contact opnemen met (de arbeidsarts van) **Cohezio**, met het oog op het maken van een afspraak.

Voor meer informatie betreffende deze dienst mag u steeds contact opnemen met uw contactpersoon binnen Cohezio. U kan ons ook steeds contacteren op ons algemeen nummer 02 533 74 11 of via info@cohezio.be.

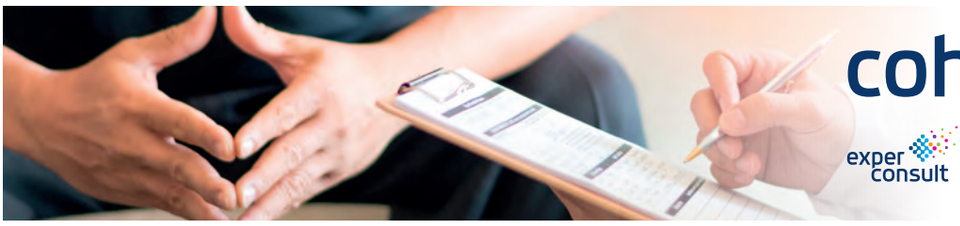
REF. med_20/D/023

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 17 26/03/24 14:18

Dienst

Medisch onderzoek – Beroepsziekten



Onder een beroepsziekte wordt verstaan: iedere aandoening waarbij er een duidelijke oorzakelijke link kan gelegd worden met het uitoefenen van een bepaalde professionele activiteit. (Artikel 30 van de gecoördineerde wetten betreffende de preventie van beroepsziekten).

Arbeidsgerelateerde ziekten (wet van 13 juli 2006 (BS van 1 september 2006)) worden gedefinieerd als ziekten die, volgens algemeen aanvaarde medische inzichten, mede kunnen veroorzaakt worden door een blootstelling aan een schadelijke invloed die inherent is aan de beroepsuitoefening en die groter is dan de blootstelling van de bevolking in het algemeen, zonder dat deze blootstelling in groepen van blootgestelde personen de overwegende oorzaak van de ziekte vormt.

Doelstellingen

> **Het uitgangspunt van de gezondheidsbeoordeling is de risicoanalyse. Deze heeft onder meer tot doel beroepsziekten en arbeidsgerelateerde ziektes te voorkomen.**

> **De gezondheidsbeoordeling wordt uitgevoerd door de preventieadviseur-arbeidsarts en zal erop gericht zijn deze ziektes op te sporen in het prille begin en zo de schade te beperken door gepaste maatregelen te nemen.**

Inhoud

De arbeidsarts moet een aangifte doen bij vaststelling:

> de gevallen van beroepsziekten, voorkomend op de lijst van de in België erkende en vergoedbare beroepsziekten;
> de gevallen die niet op de eerder vermelde lijst voorkomen, maar wel op de Europese lijst van beroepsziekten;
> de gevallen van andere ziekten waarvan vaststaat dat ze hun oorsprong in het beroep vinden of waarvoor de arts die ze heeft vastgesteld een dergelijke oorsprong bevestigt of vermoedt;
> de gevallen van voorbeschiktheid voor een van de hierboven vermelde beroepsziekten of van de eerste symptomen hiervan als deze vaststelling de vastheid van betrekking of het loon van de betrokken werknemer kan beïnvloeden.

Naast het formele karakter dat voor deze procedure door de wet is opgelegd, zal de preventieadviseur-arbeidsarts uiteraard, wanneer hij een beroepsziekte vaststelt, alle maatregelen nemen om het verder oplopen van schade te vermijden.
Dit kan bv. gaan om collectieve of persoonlijke beschermingsmiddelen, wijzigingen in het arbeidsproces of aan de werkpost, of een verwijdering uit de functie, enz.

Dienstverlener

De preventieadviseur-arbeidsarts van **Cohezio**.

Praktische informatie

Het opsporen en aangeven van beroepsziekten gebeurt tijdens de gezondheidsbeoordelingen. We verwijzen naar de website van Fedris www.fedris.be en naar uw arbeidsarts voor meer informatie.

Voor meer informatie betreffende deze dienst mag u steeds contact opnemen met uw contactpersoon binnen Cohezio. U kan ons ook steeds contacteren op ons algemeen nummer 02 533 74 11 of via info@cohezio.be.

REF. med_20/D/024

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 18 26/03/24 14:18

Dienst - Medisch onderzoek

Onderzoek i.v.m. definitieve ongeschiktheid



In toepassing van artikel 34 van de wet van 3 juli 1978 betreffende de arbeidsovereenkomsten, gaat de preventieadviseur-arbeidsarts op vraag van de werkgever of van de werknemer na of het voor de werknemer die sinds minstens 9 maanden ononderbroken arbeidsongeschikt is zoals bedoeld in voornoemd artikel 34, definitief onmogelijk is om het overeengekomen werk te verrichten.

Doelstellingen

> De definitieve ongeschiktheid nagaan van een werknemer met een arbeidsovereenkomst die meer dan 9 maanden ononderbroken arbeidsongeschikt is.

Inhoud

Wie kan dit onderzoek aanvragen?

> de werkgever
> de werknemer

Voorwaarden?

> minstens 9 maanden ononderbroken arbeidsongeschikt zonder onderbrekingen (onderbrekingen < 14 dagen tellen niet mee)
> EN geen re-integratietraject lopend

Tijdens dit onderzoek wordt de werknemer:

> ofwel niet definitief ongeschikt verklaard: de procedure eindigt zonder gevolg;
> ofwel definitief ongeschikt verklaard: zie hieronder.

De definitief ongeschikte werknemer kan tijdens dit onderzoek vragen om de mogelijkheden omtrent aangepast/ander werk te onderzoeken.

> vraagt de werknemer GEEN onderzoek naar aangepast/ander werk, dan formuleert de preventieadviseur-arbeidsarts (PA-AA) geen aanbevelingen ➔ medische overmacht:
  > Binnen een periode van 7 kalenderdagen na ontvangst van deze beslissing "definitief ongeschikt" kan de werknemer zich bedenken en toch nog naar aangepast/ander werk vragen; binnen de 30 kalenderdagen formuleert de PA-AA de aanbevelingen omtrent dit aangepast/ander werk: zie hieronder.
  > Vraagt de werknemer WEL een onderzoek naar aangepast/ander werk, dan formuleert de PA-AA wel aanbevelingen ➔ enkel medische overmacht indien de werkgever:
    > een gemotiveerd verslag bezorgt aan de werknemer en aan de PA-AA,
    > het door de werknemer geweigerd re-integratieplan bezorgt aan de PA-AA.

Indien de werknemer niet definitief ongeschikt is (eventueel na een beroepsprocedure)

> De meest gerede partij (werknemer of werkgever) kan de procedure slechts opnieuw opstarten wanneer de werknemer opnieuw gedurende een termijn van ten minste 9 maanden ononderbroken arbeidsongeschikt is.

Dienstverlener

De arbeidsarts van **Cohezio**.

Praktische informatie

www.cohezio.be

Voor meer informatie betreffende deze dienst mag u steeds contact opnemen met uw contactpersoon binnen Cohezio. U kan ons ook steeds contacteren op ons algemeen nummer 02 533 74 11 of via info@cohezio.be.

REF. med_23/D/215

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 19 26/03/24 14:18

Dienst

Medisch onderzoek – Inentingen



Indien uit de risicoanalyse blijkt dat er werknemers worden of kunnen worden blootgesteld aan biologische agentia waarvoor een doeltreffend vaccin beschikbaar is, moet de werkgever die werknemers de mogelijkheid bieden zich te laten inenten indien zij hiervoor nog niet immuun zijn.

Doelstellingen

> **De doelstelling van de vaccinaties is om de werknemer te beschermen tegen de biologische agentia (risico's) waaraan hij wordt blootgesteld.**

> **De wet bevat een lijst van ondernemingen en werknemerscategorieën waarvoor bepaalde inentingen verplicht zijn. Het gaat hier om de inenting tegen tetanus (o.a. voor werknemers in landbouwbedrijven), de inenting tegen hepatitis B (bv. voor medisch personeel) en de tuberculinehuidtest (o.a. voor werknemers in ziekenhuizen). Bijlage VI van boek VII, titel I van de codex over het welzijn op het werk op het werk.**

> **Daarnaast zijn er aanbevolen vaccinaties (bijvoorbeeld hondsdolheid- en griepvaccinatie, enz.) die aangewezen kunnen zijn. De werkgever licht de betrokken werknemers bij de indiensttreding en vóór de blootstelling aan de biologische agentia in over het bestaan van een doeltreffend vaccin. Zij worden eveneens op de hoogte gebracht van de voor- en nadelen van zowel inenting als de afwezigheid van inenting.**

Inhoud

Verplichte inentingen

De werknemers die tot groepen behoren die aan specifieke risico's blootgesteld worden, krijgen tijdens hun gezondheidsbeoordeling hun verplichte vaccinatie(s).

Inentingscampagnes

Voor de jaarlijkse inentingscampagnes tegen o.a. griep stelt **Cohezio** tegen een vooraf overeengekomen prijs de toe te dienen vaccins ter beschikking.

Cohezio zal, op basis van de lijst van de werknemers die een vaccin wensen, zorgen voor de bestelling en de toediening van vaccins.

Meer informatie over de griepcampagne kan u terugvinden op fiche «med_20/D/026 Griepcampagne – Antigriepvaccinatie» in deze catalogus.

Dienstverlener

De preventieadviseur-arbeidsarts van **Cohezio**.

Praktische informatie

Cohezio zorgt voor de bestelling van vaccins en de organisatie van inentingen van uw werknemers.

Voor meer informatie betreffende deze dienst mag u steeds contact opnemen met uw contactpersoon binnen Cohezio. U kan ons ook steeds contacteren op ons algemeen nummer 02 533 74 11 of via info@cohezio.be.

REF. med_20/D/025

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 20 26/03/24 14:18

Dienst

Griepcampagne – Antigriepvaccinatie



In bedrijven kan het griepvirus zich snel verspreiden. Zelfs al kunnen antivirale geneesmiddelen helpen wanneer je ziek bent, ze kunnen niet vermijden dat je griep krijgt. Griep houdt je minstens één week in bed. Het kan soms een paar weken duren voor je helemaal hersteld bent. Voorkomen is dus de boodschap, in de vorm van vaccinatie.

Cohezio kan een jaarlijkse inentingscampagne tegen de griep organiseren in jouw onderneming.

Doelstellingen

Met deze antigriepvaccinatie bescherm je je medewerkers. Bovendien zal het je helpen het ziekteverzuim in de winterperiode binnen de perken te houden, want door vaccinatie wordt de kans op griep kleiner.
Indien je toch griep zou krijgen, zal het vaccin ervoor zorgen dat je minder ernstig ziek wordt.

> De griep zal milder verlopen.

> De kans op complicaties (zoals een longontsteking of hartproblemen) wordt kleiner.

> De kans is kleiner dat een reeds bestaande aandoening erger wordt door de griep.

Inhoud

Cohezio organiseert de antigriepvaccinatie van A tot Z, op basis van de lijst van je werknemers die hiervoor interesse hebben.

Voor wie?

Alle werknemers die hiervoor interesse hebben.

Dienstverlener

De preventieadviseur-arbeidsarts van **Cohezio** en verpleegkundige van **Cohezio**.

Praktische informatie

Ieder jaar wordt het vaccin aangepast omdat het virus telkens verandert. Daarom moet de inenting elk jaar herhaald worden. Je laat je best inenten tijdens de herfstmaanden. De bescherming tegen griep duurt minimaal 6 maanden, te rekenen vanaf 2 weken na toediening van het vaccin.

Voor meer informatie betreffende deze dienst mag u steeds contact opnemen met uw contactpersoon binnen Cohezio. U kan ons ook steeds contacteren op ons algemeen nummer 02 533 74 11 of via info@cohezio.be.

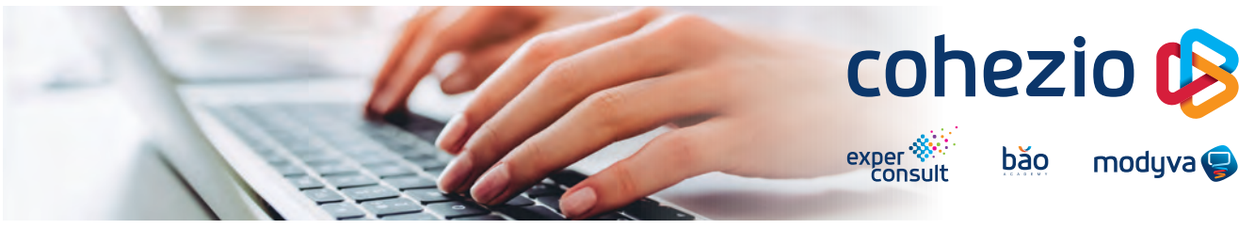
REF. med_20/D/026

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 21 26/03/24 14:18

Dienst

Medische risicoanalyse



De medische risicoanalyse, ook wel de risicoanalyse gezondheidstoezicht genoemd, vormt de basis voor het gezondheidstoezicht en voor het gezondheidsbeleid voor de werknemers. Het is de basis voor de opdracht van de arbeidsarts: zorgen voor het welzijn en de gezondheid van de werknemers.

Doelstellingen

De doelstelling is de analyse van de gezondheidsrisico's op het werk, met als doel het optimaliseren van het gezondheidstoezicht en van het gezondheidsbeleid voor de werknemers.

De risicoanalyse dient naast het bepalen van alle gezondheidsrisico's op het werk voor alle werknemers, als uitgangspunt om te bepalen wie al dan niet onderworpen is aan het periodiek gezondheidstoezicht.

De risicoanalyse gezondheidstoezicht is net zoals de andere risicoanalyses op het gebied van welzijn een permanent, dynamisch proces.

Inhoud

Op basis van de resultaten van de permanente risicoanalyse maakt de werkgever volgende lijsten op:

> een lijst met de veiligheidsfuncties, functies met verhoogde waakzaamheid, activiteiten met welbepaald risico en activiteiten verbonden aan voedingswaren;
> een nominatieve lijst met de werknemers die verplicht aan het gezondheidstoezicht onderworpen zijn;
> een nominatieve lijst met de werknemers die onderworpen zijn aan de verplichte inentingen of tuberculinetests;
> een nominatieve lijst van de werknemers die van het gezondheidstoezicht wensen gebruik te maken.

Deze lijsten bepalen de periodiciteit van de onderzoeken en worden, op basis van de permanente risicoanalyse, jaarlijks bij het jaaractieplan gevoegd. De werkgever mag geen enkele werknemer schrappen die op de nominatieve lijst van het gezondheidstoezicht is ingeschreven, noch enige wijziging aan deze lijst aanbrengen, behalve als hij het akkoord bekomen heeft van de preventieadviseur-arbeidsarts en van het Comité voor Preventie en Bescherming.

Dienstverlener

De preventieadviseur-arbeidsarts van **Cohezio**.

Praktische informatie

Omwille van organisatorische redenen vraagt **Cohezio** de nominatieve lijst van de werknemers van uw onderneming op om deze in te brengen in haar databank. Vertrekkend van deze lijst stelt **Cohezio** nominatieve lijsten op voor het gezondheidstoezicht. Die lijsten bevatten al de onderworpen werknemers met de risico's waaraan ze blootgesteld zijn en daaruit volgend de onderzoeken en testen die ze moeten ondergaan.

Deze nominatieve lijsten worden opgesteld aan de hand van de resultaten van de risicoanalyse, in samenwerking met de werkgever, de Interne Dienst voor Preventie en Bescherming van de werkgever, de preventieadviseur-arbeidsarts van **Cohezio** en eventueel de preventieadviseur van de afdeling risicobeheer van **Cohezio**.

Voor meer informatie betreffende deze dienst mag u steeds contact opnemen met uw contactpersoon binnen Cohezio. U kan ons ook steeds contacteren op ons algemeen nummer 02 533 74 11 of via info@cohezio.be.

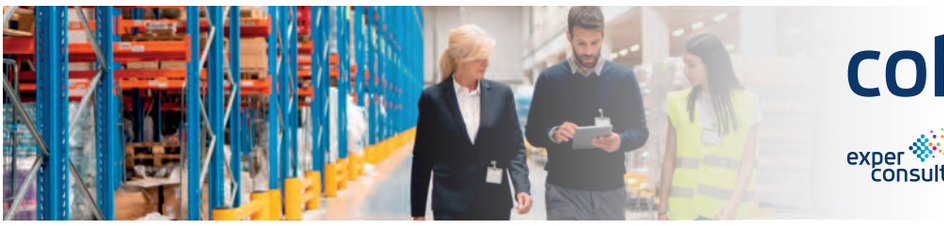
REF. med_20/D/027

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 22 26/03/24 14:18

Dienst – Bedrijfsbezoek

Systematisch en periodiek bezoek van de werkplaatsen



Naast de gezondheidsbeoordeling voert de preventieadviseur-arbeidsarts ook bezoeken aan de werkplaats uit, de zogenaamde bedrijfsbezoeken. Dankzij die bewustwording van de arbeidsomgeving en van de individuele werkpost, brengt de arbeidsarts een passend advies uit wat betreft de geschiktheid van de werknemer en de eventuele aanpassing van het werk aan deze geschiktheid.
Dit onderscheidt de preventieadviseur-arbeidsarts van alle andere artsen (behandelende artsen, adviserende artsen van de ziekenfondsen, enz.). Enkel de arbeidsarts beschikt immers over de meest objectieve informatie over het werk. De arbeidsarts kan daardoor de eventuele gezondheidsklachten en de geschiktheid van een werknemer uitermate correct inschatten.

Doelstellingen

Bijdragen tot de permanente risicoanalyse met betrekking tot het gezondheidstoezicht alsook de andere domeinen van de Welzijnswet (veiligheid, ergonomie, arbeidshygiëne, enz.), op het niveau van het geheel van de werkposten en op het niveau van de individuele werkpost.

De werkplaatsbezoeken dragen bij tot het optimaliseren van het gezondheidstoezicht, alsook van het gezondheids- en re-integratiebeleid.

Inhoud

Onze preventieadviseur-arbeidsarts of andere (adjunct-)preventieadviseur voert de bedrijfsbezoeken uit samen met de interne preventieadviseur en eventueel een werknemers- en werkgeversafvaardiging. Met behulp van een checklist worden al de onderwerpen m.b.t. het welzijn overlopen.

Tijdens het bedrijfsbezoek zal de preventieadviseur in kwestie, indien nodig, eenvoudige analyses en metingen uitvoeren. Hij onderzoekt ook arbeidsongevallen zodat er, in overleg met de interne preventieadviseur, onmiddellijke en passende maatregelen kunnen genomen worden wanneer ernstige gevaren en risico's op gezondheidsschade worden vastgesteld.

Indien verdere analyse nodig is, zal de arbeidsarts, in samenspraak met de interne preventieadviseur, een aanvraag tot bijkomende interventie doen bij de afdeling risicobeheer van **Cohezio**.

Dienstverlener

De preventieadviseur-arbeidsarts van **Cohezio** of een andere (adjunct) preventieadviseur van **Cohezio**

Praktische informatie

In samenwerking met de IDPB wordt jaarlijks een agenda opgesteld van de uit te voeren bedrijfsbezoeken.

Voor meer informatie betreffende deze dienst mag u steeds contact opnemen met uw contactpersoon binnen Cohezio. U kan ons ook steeds contacteren op ons algemeen nummer 02 533 74 11 of via info@cohezio.be.

REF. med_20/D/028

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 23 26/03/24 14:18

Dienst

Organisatie van de eerste hulp bij ongevallen



De werkgever dient een specifieke risicoanalyse uit te voeren met betrekking tot eerste hulp. De werkgever dient op basis van die risicoanalyse te zorgen voor een adequate organisatie van de maatregelen voor eerste hulp, dat is een wettelijke verplichting. Hij vraagt daarbij advies aan de arbeidsarts die toezicht houdt op de organisatie van de eerste hulp.

Doelstellingen

De werkgever dient de nodige maatregelen te treffen om de werknemers die slachtoffer zijn van een ongeval of die onwel geworden zijn, zo spoedig mogelijk eerste hulp te verlenen. De werkgever dient er ook voor te zorgen dat de betrokken werknemers vervoerd worden, naargelang het geval hetzij naar het verzorgingslokaal, hetzij naar hun woning, of naar een verzorgingsinstelling.

Indien nodig dient de werkgever de nodige contacten te leggen met de diensten gespecialiseerd in medische noodhulp.

De eerste hulp moet kunnen verleend worden gedurende de ganse duur van de arbeid alsook kunnen toegepast worden op aannemers, onderaannemers en andere personen die aanwezig zijn op de arbeidsplaats.

Inhoud

Deze opdracht wordt voornamelijk tijdens het bedrijfsbezoek uitgevoerd, namelijk:

> de inventaris van de industriële hulpverleners en het telefoonnummer van de spoeddiensten controleren;

> de informatie en de juistheid van de instructies aan de hulpverleners/verpleegkundigen definiëren en controleren;

> waken over de kwaliteit van de middelen (lokalen, materiaal, verbanddozen, enz.);

> de tekorten van producten melden tijdens het jaarlijks bezoek (deze lijst wordt jaarlijks gecontroleerd).

Dienstverlener

De preventieadviseur-arbeidsarts van **Cohezio** of andere preventieadviseur van **Cohezio**.

Praktische informatie

Doorgedreven, meer gespecialiseerde adviezen kunnen worden aangevraagd bij de arbeidsarts of de afdeling risicobeheer.

Voor meer informatie betreffende deze dienst mag u steeds contact opnemen met uw contactpersoon binnen Cohezio. U kan ons ook steeds contacteren op ons algemeen nummer 02 533 74 11 of via info@cohezio.be.

REF. med_20/D/029

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 24 26/03/24 14:18

Dienst

Actieve rol van de arbeidsarts in het welzijns- en gezondheidsbeleid



De preventieadviseurs-arbeidsartsen zijn zeer gespecialiseerde dienstverleners die gezien hun opleiding alle welzijnsdomeinen kunnen beheersen (gezondheid, ergonomie, psychosociale risico's, toxicologie en arbeidshygiëne, enz.). Daardoor kunnen zij in overleg met de werkgever en de verschillende preventieadviseurs actief het welzijnsbeleid van de onderneming mee vorm geven.

Doelstellingen

Door het aansturen van en samenwerken met de verschillende preventie-adviseurs (ergonomie, psychosociale risico's, arbeidshygiëne, enz.) en op basis van de behoeften van de werkgever en werknemers bijdragen tot:

> een welzijnsbeleid;

> een gezondheidsbeleid;

> een afwezigheids- e n re-integratiebeleid.

Inhoud

Op basis van de medische onderzoeken, werkplaatsbezoeken, deelname aan Comités voor Preventie en Bescherming op het Werk en samenwerking met de andere preventieadviseurs wordt in overleg met de werkgever een permanente behoeften- en risicoanalyse gemaakt. De preventieadviseur-arbeidsarts kan op basis daarvan actief het welzijnsbeleid van de onderneming mee vorm geven en aansturen op bijvoorbeeld:
> werkpostbezoeken beeldschermen
> HACCP audits;
> opleiding beeldschermergonomie;
> opleiding manueel hanteren van lasten;
> psychosociale risicoanalyse;
> opleiding veerkracht;
> opleiding coaching voor leidinggevenden;
> opleiding gezond leven;
> enz.

De arbeidsarts wordt de manager van een multidisciplinair preventiebeleid.
Voorts kan de arbeidsarts aansturen op adviezen omtrent:
> de organisatie van de werkposten;
> de omgevingsfactoren;
> de fysische agentia;
> gevaarlijke producten en kankerverwekkende agentia;
> collectieve en persoonlijke beschermingsmiddelen;
> moederschapsbescherming;
> de organisatie van de eerste hulp;
> enz.

Dienstverlener

De preventieadviseur-arbeidsarts van **Cohezio**.

Praktische informatie

Indien nodig bezorgt de arbeidsarts uw vragen aan onze experten van de afdeling risicobeheer teneinde u de beste oplossing voor te kunnen stellen.

Voor meer informatie betreffende deze dienst mag u steeds contact opnemen met uw contactpersoon binnen Cohezio. U kan ons ook steeds contacteren op ons algemeen nummer 02 533 74 11 of via info@cohezio.be.

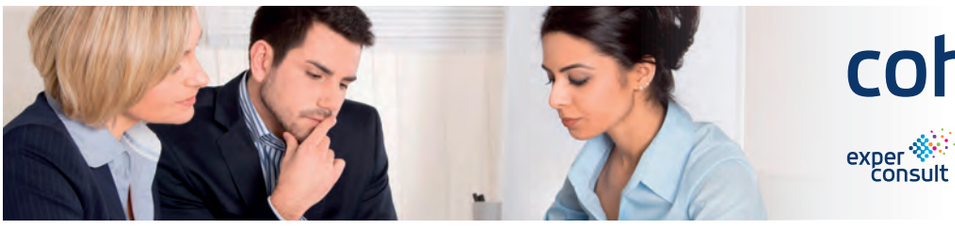
REF. med_20/D/210

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 25 26/03/24 14:18

Dienst

Deelname aan het Comité voor Preventie en Bescherming op het Werk (CPBW)



De preventieadviseur-arbeidsarts (en/of een preventieadviseur-expert van de afdeling risicobeheer) zal op uw vraag deelnemen aan de vergaderingen van het Comité voor Preventie en Bescherming op het Werk.

Doelstellingen

Door deelname aan het Comité voor Preventie en Bescherming zal de arbeidsarts beter op de hoogte zijn van de behoeften van de werkgever en werknemers en op die manier kunnen bijdragen tot een dynamisch welzijns- en gezondheidsbeleid.

Inhoud

De deelname van **Cohezio** aan het CPBW heeft enerzijds als doel om alle vragen van werknemers- en werkgeversafvaardiging te beantwoorden en anderzijds het Comité te informeren en adviseren over:

> het jaarverslag van **Cohezio** met o.a. de collectieve resultaten van de gezondheidsbeoordeling;

> re-integratiebeleid;

> de verslagen van de bedrijfsbezoeken;

> de resultaten van de analyses en metingen;

> jaaractieplan en globaal preventieplan;

> alle andere relevante inlichtingen met betrekking tot het welzijn van de werknemers, onder meer aangaande wetswijzigingen, nieuwe risico's, nieuwe werkmethodes, persoonlijke beschermingsmiddelen, organisatie van de eerste hulp, gevaarlijke producten en kankerverwekkende agentia, moederschapsbescherming, enz;

> ...

Op verzoek van de werkgever zal er, naargelang de agenda van het Comité, een preventieadviseur-arbeidsarts en/of een preventieadviseur-expert van de afdeling risicobeheer van **Cohezio** deelnemen aan het CPBW.

Dienstverlener

De preventieadviseur-arbeidsarts van **Cohezio**.

Praktische informatie

De preventieadviseur-arbeidsarts en/of een preventieadviseur-expert van de afdeling risicobeheer van **Cohezio** neemt steeds deel aan het Comité bij voorstellen van het jaarverslag van **Cohezio**.

Voor meer informatie betreffende deze dienst mag u steeds contact opnemen met uw contactpersoon binnen Cohezio. U kan ons ook steeds contacteren op ons algemeen nummer 02 533 74 11 of via info@cohezio.be.

REF. med_20/D/211

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 26 26/03/24 14:18

Dienst

Risicoanalyse: eerste hulp in het bedrijf



De risicoanalyse eerste hulp biedt u de mogelijkheid om de eerste hulp in uw bedrijf optimaal te organiseren. Ze werd ontwikkeld als papieren versie en als elektronische versie, voor een maximaal gebruiksgemak.

Doelstellingen

> **De rol van de werkgever kennen.**

> **De Eerste hulp-risicoanalyse in het bedrijf opstellen.**

> **De procedures opstellen voor het evacueren van een gekwetst slachtoffer.**

> **Het voldoende aantal hulpverleners, aangeduide personen of verpleegkundigen kennen.**

> **Het basismateriaal van de verbanddoos kennen.**

> **Het nut kennen van de aanwezigheid van een automatische externe defibrillator in een bedrijf, van een Eerste hulp-lokaal, van aanvullend materiaal.**

> **Informatie geven over het register voor eerste hulp.**

> **De middelen herhalen om op een efficiënte manier de hulpdiensten te verwittigen.**

Inhoud

> Herhaling van de wetgeving van titel 5 van boek I betreffende de eerste hulp.

> De Eerste hulp-risicoanalyse in het bedrijf opstellen.

> Het aantal, de inhoud, de plaats van het eerste hulp-materiaal bepalen (verbanddoos, AED, eerste hulp-lokaal, douche, specifiek materiaal van het bedrijf, enz.).

> Functieomschrijvingen van de hulpverleners, van de aangeduide personen.

> De Automatische Externe Defibrillator (A.E.D).

> Het register voor eerste hulp.

> De middelen om de hulpdiensten te verwittigen.

Dienstverlener

De preventieadviseur-arbeidsarts van **Cohezio**.

Praktische informatie

Voor de interventie wordt een forfaitaire prijsofferte opgesteld op basis van de grootte van het bedrijf en de specifieke behoeften.

Voor meer informatie betreffende deze dienst mag u steeds contact opnemen met uw contactpersoon binnen Cohezio. U kan ons ook steeds contacteren op ons algemeen nummer 02 533 74 11 of via info@cohezio.be.

REF. med_20/D/212

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 27 26/03/24 14:18

Dienst

Medical Check up



We willen het gezondheidskapitaal van uw werknemers optimaliseren. Wanneer gezondheidsproblemen vroegtijdig worden opgespoord, kan de duur en de ernst ervan immers behoorlijk worden beperkt. Zorgen voor het welzijn en de fysieke en mentale gezondheid van de werknemers is vandaag noodzakelijk.
Experconsult benadert de gezondheid van de werknemers op 2 manieren:
> via individuele, modulaire medische opsporingsonderzoeken;
> door het bedrijf de nodige informatie te leveren voor de invoering van een «geïntegreerd gezondheids- en welzijnsbeleid».

Experconsult beschikt over een groot netwerk van artsen met de nodige ervaring en expertise voor de uitvoering van medische check-ups.
Onze artsen maken een individueel verslag voor elke onderzochte werknemer. Tegelijkertijd stellen ze ook een collectief verslag op voor uw bedrijf, om de «collectieve» gezondheid van de onderzochte werknemers te beoordelen. Dat verslag omvat cijfergegevens met betrekking tot de opgemerkte risicofactoren en het bezorgt uw bedrijf de nodige informatie voor het ontwikkelen van een beleid gericht op het behoud en de verbetering van het «menselijk gezondheidskapitaal». De nadruk wordt gelegd op het feit dat een werknemer in goede gezondheid gelijkstaat aan een bedrijf in goede gezondheid, wat het welzijn op het werk verbetert.

Op basis van het resultaat van die analyse kan uw bedrijf, indien nodig, maatregelen nemen om de gezondheid en het welzijn van het personeel te bevorderen. **Experconsult** kan u helpen bij het invoeren van die maatregelen, met de hulp van onze specialisten.

Doelstellingen

De gezondheid en het welzijn van de werknemers promoten, op individueel en collectief niveau:
> **de risicofactoren en de individuele gezondheidsproblemen opsporen;**
> **de collectieve gezondheidstoestand van het bedrijf beoordelen.**

Inhoud

> Opsporing van de risicofactoren voor de gezondheid, met behulp van een medische vragenlijst en een medische voorgeschiedenis.
> Opsporing van medische aandoeningen of afwijkingen, met behulp van een klinisch onderzoek en biologische onderzoeken.
> Aanvullende onderzoeken (ECG, enz.).
> Individueel verslag voor elke onderzochte persoon.
> Collectief verslag voor het bedrijf.

Dienstverlener

Artsen, verpleegkundigen.

Praktische informatie

U kan een keuze maken uit 3 verschillende formules:
> “The Basics”
> “The Advantage”
> “The Expert”

Niet gevonden wat u zocht in deze selectie van ons aanbod?
Wij helpen u graag verder. Experconsult • 02 542 10 30 • experconsult@experconsult.be

REF. exp_20/D/214

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 28 26/03/24 14:18

Dienst

Nutri-check



Wij willen het gezondheidskapitaal van uw werknemers optimaliseren. Voeding speelt een belangrijke rol in het behoud van een goede gezondheid. Een holistische benadering van de gezondheid van de werknemers is tegenwoordig vanzelfsprekend.
Experconsult organiseert de Nutri-check. Dat is een stand van zaken op het vlak van voeding die wordt aangeboden aan de werknemers van een bedrijf. De bedoeling van die stand van zaken is de werknemers te helpen om hun voeding te verbeteren, door hen persoonlijk advies te geven op basis van de officiële aanbevelingen.

Deze stand van zaken bestaat uit een vragenlijst over voeding, de overhandiging van een gepersonaliseerd voedingsplan en een opvolging door een diëtist.
De vragenlijst over voeding wordt uitgevoerd door een diëtist, met behulp van een voorafgaande vragenlijst en een gesprek in verband met de voorgeschiedenis.
Op basis van de informatie die werd verzameld tijdens die voedingsvragenlijst, bezorgt de diëtist de patiënt een gepersonaliseerd voedingsplan. Een voedingsplan is een eenvoudig hulpmiddel om concreet aan de patiënt uit te leggen hoe hij structuur kan brengen in zijn menu's, om zo een evenwichtige voeding te garanderen.
De opvolgingsconsultaties dienen om de resultaten van de toepassing van het voedingsplan te evalueren, de patiënt te motiveren en indien nodig het voedingsplan aan te passen.

Experconsult gaat uit van de vaststelling dat werknemers in goede gezondheid gelijkstaan aan een bedrijf in goede gezondheid.

Doelstellingen

Gezonde voeding van de werknemers op individueel niveau promoten:
> **misvattingen in verband met voeding opsporen;**
> **advies geven op basis van de aanbevelingen rond voeding;**
> **begeleiden bij het veranderen van de voeding.**

Inhoud

> Voedingsenquête via een vragenlijst en een voorgeschiedenis over de voeding.
> Gepersonaliseerd voedingsplan voor de werknemer.
> Opvolging van de voeding.

Dienstverlener

Diëtisten.

Praktische informatie

De basismodule omvat de voedingsenquête, het bezorgen van een voedingsplan en de eerste opvolging. Verdere opvolgingsmomenten kunnen worden aangevraagd.

Duur:
Voorgeschiedenis: 1 uur.
Overhandiging van het voedingsplan en opvolgingsmoment(en): 30 minuten.

Niet gevonden wat u zocht in deze selectie van ons aanbod?
Wij helpen u graag verder. Experconsult • 02 542 10 30 • experconsult@experconsult.be

REF. exp_20/D/220

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 29 26/03/24 14:18

Dienst

BeFit Move



Sedentair gedrag en langdurig zittend werk kunnen negatieve gevolgen hebben voor onze gezondheid.

Talrijke studies bewijzen vandaag dat de invoering van een echt beleid ter preventie van sedentarisme in de onderneming het volgende effect heeft: het vermindert stress en het risico op het ontwikkelen van bepaalde ziektes: musculoskeletale aandoeningen, diabetes, hoge bloeddruk, obesitas, kanker, enz. In de geest van BeFit Move verbetert u zo de levenskwaliteit en het algemeen welzijn van uw werknemers. Het effect daarvan zal voelbaar zijn als een verbetering van de concentratie, de spijsvertering, het geheugen en een betere slaapkwaliteit.

Ons belangrijkste doel is u te helpen bij het invoeren van een coherent en doeltreffend beleid ter preventie van sedentarisme en om lichaamsbeweging binnen uw bedrijf aan te moedigen.

Aan de hand van een audit uitgevoerd samen met één van uw verantwoordelijken, evalueren we de vordering van de ontwikkeling van dit nieuwe beleid in uw bedrijf. Op basis van de resultaten zullen we u een geheel aan oplossingen voorstellen als specifiek antwoord op uw behoeften en vragen (consultancy, informatiesessie, coaching, bezoek van ergonomen, specifieke tools, enz.).

Doelstellingen

> **Een beleid voor de strijd tegen het sedentarisme opstellen en lichaamsbeweging op het werk promoten.**

Inhoud

> Evaluatie van het beleid om de nadelige gevolgen van zittend werk in het bedrijf tegen te gaan, met behulp van een audit.

> Begeleiding van het bedrijf bij het opstellen van een beleid om sedentarisme tegen te gaan en lichaamsbeweging te promoten.

Dienstverlener

Ergonomen, kinesitherapeuten, trainers lichamelijke opvoeding, medewerkers **Experconsult**.

Praktische informatie

Prijsraming op maat, op basis van de vraag.

Niet gevonden wat u zocht in deze selectie van ons aanbod?
Wij helpen u graag verder. Experconsult • 02 542 10 30 • experconsult@experconsult.be

REF. exp_20/D/218

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 30 26/03/24 14:18

Dienst

BeFit Food – Teamwork



Experconsult stelt u culinaire workshops voor, aangeboden in de vorm van een teambuilding of een teamwork, meer gericht op de versterking van de groepsdynamiek en het beheer van kleine conflicten.

De activiteit start rond een «black box» met een eerste uitdaging: een recept uitwerken in groep. Samen met de psycholoog ontdekken de deelnemers ook welke rol ze gewoonlijk aannemen in de groep en ze worden tijdens de workshop uitgenodigd om een andere rol te spelen. In deze nieuwe configuratie wordt de taakverdeling en de samenwerking tussen de deelnemers geobserveerd door de psycholoog. Die kan zo de groepsdynamiek en de mogelijke conflicten analyseren en beheren. Het is de bedoeling de groepscohesie te verbeteren aan de hand van een creatieve activiteit die de mensen opnieuw dichter bij elkaar brengt.

Vanuit een voedingsstandpunt bekeken, biedt dit soort workshop de deelnemers ook de mogelijkheid om hun culinaire vaardigheden te ontdekken of te verdiepen, om inventief te zijn en eventueel nieuwe voedingsmiddelen of nieuwe smaken te ontdekken. Doordat dit in groep gebeurt, kunnen culinaire kennis en vaardigheden worden gedeeld tussen de deelnemers onderling en met de diëtist die ter plaatse aanwezig is.

Doelstellingen

> **Mogelijke groepsconflicten oplossen, leren om goed samen te werken en de groepsdynamiek verbeteren.**

> **Sociale cohesie creëren rond het bereiden en delen van een maaltijd.**

> **Het doorgeven van kennis en vaardigheden tussen de deelnemers aanmoedigen.**

> **Culinaire vaardigheden verwerven of ontwikkelen.**

Inhoud

> Analyse van de rollen in de groep.

> Versterking van de teamgeest rond het creëren of bereiden van een recept in groep.

> Toepassing van culinaire vaardigheden en verbetering van de kennis over gezonde voeding.

> Feedback van de psycholoog.

Dienstverlener

Diëtisten, psychologen, medewerkers van **Experconsult**.

Praktische informatie

Max. 12 deelnemers.
De workshop omvat de huur van het gepaste lokaal met keuken, de huur van het materiaal en de voedselbevoorrading.

Niet gevonden wat u zocht in deze selectie van ons aanbod?
Wij helpen u graag verder. Experconsult • 02 542 10 30 • experconsult@experconsult.be

REF. exp_20/D/217

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 31 26/03/24 14:18

Dienst

BeFit Food – Workshop – Etiketten lezen



Tegenwoordig is het idee dat we gezond moeten eten om gezonder te zijn, goed ingeburgerd. Maar we mogen dan al van goede wil zijn, dan nog moeten we in staat zijn om het jargon op de etiketten te ontcijferen. Door de ingrediëntenlijst, soms met wetenschappelijke nomenclatuur, de labels en de slogans die de mooiste dingen beloven, is het soms moeilijk om er je weg in te vinden en je voedingsmiddelen goed te kiezen.

Deze interactieve workshop zal je helpen om klaarheid te scheppen wanneer het gaat over de etiketten op voedingsmiddelen. Elke workshop is uniek, want het zijn de deelnemers die het tempo bepalen, afhankelijk van hun kennis.

Concreet wordt de informatie die op de etiketten staat, overlopen, uitgelegd en geanalyseerd: tabellen met de samenstelling, labels, de ingrediëntenlijst, enz. Al die elementen worden kritisch bekeken door diëtisten. Bepaalde thema's kunnen worden uitgediept, al naargelang de vragen van de deelnemers. De bedoeling is om hen te helpen betere keuzes te maken en hun kritische geest aan te scherpen, zonder de zaken te dramatiseren.

Goede keuzes maken op het vlak van voeding, dat is een uitstekend uitgangspunt om tot een gezonde en kwaliteitsvolle voeding te komen.

Doelstellingen

> **De deelnemers helpen om betere keuzes te maken op het vlak van voeding.**

> **De kennis verbeteren en de middelen geven om actie te ondernemen.**

> **De kritische geest versterken wat betreft de gangbare consumptie.**

Inhoud

> Groepsdiscussie over de analyse van de etiketten die aan de deelnemers worden uitgedeeld.

> Het delen van kennis tussen de deelnemers.

> Oriëntatie en verdieping van bepaalde thema's, afhankelijk van de onderwerpen die interessant zijn voor de groep.

> Theoretische ondersteuning, indien nodig, afhankelijk van de basiskennis van de deelnemers.

Dienstverlener

Diëtisten.

Praktische informatie

Duur: 1 halve dag.

Niet gevonden wat u zocht in deze selectie van ons aanbod?
Wij helpen u graag verder. Experconsult • 02 542 10 30 • experconsult@experconsult.be

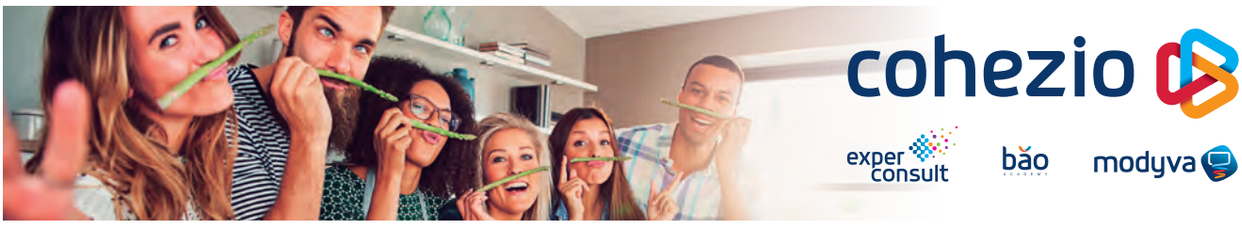
REF. exp_20/D/241

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 32 26/03/24 14:18

Dienst

BeFit Food – Lunch and learn



Onze workshop «Lunch and Learn», bestaande uit een maaltijd en een sensibilisatie rond gezonde voeding, is één van de mogelijke oplossingen om uw werknemers dagelijks te helpen om beter te eten. Weten jullie waar de verborgen suiker zit? Hebben jullie bepaalde vooroordelen over voeding? Hoe kan je goed eten op het werk? Wat is de werkelijke impact van voeding op cardiovasculaire aandoeningen? Allemaal vragen die onze voedingsspecialisten zullen bespreken met uw werknemers.

Het is mogelijk de inhoud van de presentatie aan te passen aan het profiel van het doelpubliek, gaande van basisinformatie, bestemd voor mensen voor wie dit onderwerp nog nieuw is, tot een meer diepgaande inhoud voor wie al beter op de hoogte is.

Deze workshops zijn zowel informatief als ludiek en praktisch van aard. Er worden verschillende media gebruikt om de deelnemers langs de verschillende thema's te gidsen die aan bod komen.

Doelstellingen

> **De kennis over voeding verbeteren.**

> **Helpen om betere keuzes te maken op het vlak van voeding.**

> **Een kritische geest ontwikkelen ten opzichte van voeding.**

> **Tips geven die de werknemers in hun dagelijks leven kunnen toepassen.**

Inhoud

> Sensibilisatie in verband met gezonde voeding.

> Vragen/antwoorden.

> Proeven van een evenwichtige maaltijd.

Dienstverlener

Diëtisten.

Praktische informatie

Duur: 1 halve dag.

Niet gevonden wat u zocht in deze selectie van ons aanbod?
Wij helpen u graag verder. Experconsult • 02 542 10 30 • experconsult@experconsult.be

REF. exp_20/D/240

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 33 26/03/24 14:18

Opleiding

BeFit Food – Opleiding evenwichtige voeding



Voeding is een fundamentele bouwsteen voor een goede gezondheid. Zoals nu wel bekend is, leidt een slechte voeding tot talrijke chronische gezondheidsproblemen, zoals diabetes, cardiovasculaire aandoeningen en zelfs bepaalde soorten kankers. Wanneer het gaat over preventie op het vlak van gezondheid, is voeding een thema waar we niet omheen kunnen. Zeker op de werkplek, waar we toch veel tijd doorbrengen. Actie ondernemen in verband met voeding op het werk is ook de beste manier om de energie van de werknemers te verbeteren, want een gezonde voeding heeft een invloed op het moreel en op de gezondheid.
Beschikken uw werknemers over onvoldoende houvast en informatie over de samenstelling van een gezonde voeding, aangepast aan hun voedingsbehoeften?

Experconsult organiseert interactieve informatiesessies over de basis van een gezonde voeding. De deelnemers krijgen uitleg over de verschillende voedingsgroepen, over het voedingsritme en voorbeelden om een evenwichtige voeding in de praktijk te brengen.

De deelnemers worden uitgenodigd om interactief mee te doen en vragen te stellen tijdens en na de presentatie. De sessie kan worden gevolgd door een gezonde en lekkere maaltijd.

Doelstellingen

> **De kennis over voeding verbeteren.**

> **Helpen om betere keuzes te maken op het vlak van voeding.**

> **Tips geven die de werknemers in hun dagelijkse leven kunnen toepassen.**

Inhoud

> Sensibilisatie in verband met gezonde en evenwichtige voeding, op basis van de voedingsdriehoek.

> Een moment voor vragen/antwoorden.

> Optioneel: proeven van een evenwichtige maaltijd.

Dienstverlener

Diëtisten.

Praktische informatie

Duur: 2 uur.

Niet gevonden wat u zocht in deze selectie van ons aanbod?
Wij helpen u graag verder. Băo academy • 02 289 68 25 • info@baoacademy.be

REF. exp_20/O/242

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 34 26/03/24 14:18

Basisopleiding

EHBO



Hoe moet je reageren wanneer een werknemer onwel wordt? Wat doe je wanneer een bediende zich verwond heeft? De hulp die tijdens die eerste minuten in afwachting van de komst van de hulpdiensten aan de medewerkers wordt verstrekt, is van zeer groot belang. Eerste hulp bieden is geen kwestie van improviseren en de aanpak is meestal erg indrukwekkend. Deze opleiding leert de werknemers de gepaste reflexen bij een noodgeval. De hulpverleners zullen zo over de gepaste basiskennis en vaardigheden beschikken om de eerste hulp toe te passen op basis van Art.I.5-8 van de codex over het welzijn op het werk op het werk. Het aantal hulpverleners varieert, afhankelijk van het aantal werknemers dat is tewerkgesteld in de onderneming en van de risico's die verband houden met de activiteiten van die onderneming. Als werkgever vindt u die informatie in de resultaten van de risicoanalyse die u ontvangt van uw preventieadviseur. Raadpleeg hiervoor gerust uw preventieadviseur of de arbeidsarts van **Cohezio**.

Doelstellingen

Via praktische oefeningen en theorie leren de hulpverleners de basistechnieken aan om:

- **de juiste handelingen te kunnen uitvoeren en de gepaste reflexen te hebben bij een noodgeval;**
- **snel en op de gepaste manier te kunnen optreden in noodsituaties;**
- **hun verantwoordelijkheden als hulpverlener te kennen en ze ook te kunnen dragen;**
- **hun beperkingen bij een interventie als hulpverlener te kennen.**

Inhoud

- Wettelijk kader.
- Rol van de hulpverlener.
- Hulpdiensten verwittigen.
- Ondersteuning van een bewusteloos slachtoffer.
- Veiligheid, evacuatie en verplaatsing.
- Problemen met de bloedsomloop.
- Ademhalingsproblemen.
- Letsels van het bewegingsapparaat en specifieke letsels.
- Problemen gelinkt aan de omgeving.
- Specifieke problemen en ongemakken.
- Technieken van de hulpverlener (zijdelingse veiligheidshouding, verbanden, enz.).

Voor wie?

De opleiding is bestemd voor iedere werknemer. Eén van de slaagcriteria voor het verkrijgen van het diploma van hulpverlener is echter om een cardiopulmonale reanimatie te kunnen uitvoeren. Dat wil zeggen dat de deelnemers op hun knieën moeten kunnen zitten om voldoende kracht te kunnen uitoefenen met de armen. Deelname in geval van zwangerschap in een gevorderd stadium wordt daarom afgeraden.

Trainer

Onze lesgevers zijn ervaren en hebben een medische opleiding gekregen.

Gebruikte methode

Via een interactieve manier (praktische oefeningen, ongevallensimulaties, rollenspelen) worden uw medewerkers opgeleid tot gediplomeerde hulpverleners.

Praktische informatie

Duur: 3 volledige dagen met verplichte aanwezigheid gedurende de 3 dagen. Max. 12 personen.
Getuigschrift: de deelnemer die volledig slaagt voor deze opleiding, zal een diploma van bedrijfshulpverlener ontvangen. **Plaats**: de sessie kan zowel plaatsvinden in uw bedrijf als in ons opleidingscentrum.
Cohezio is erkend door de FOD Werkgelegenheid, Arbeid en Sociaal Overleg voor de cursussen eerste hulp.

Niet gevonden wat u zocht in deze selectie van ons aanbod?
Wij helpen u graag verder. Băo academy • 02 289 68 25 • info@baoacademy.be

REF. med_20/O/219

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 35 26/03/24 14:19

Bijscholing

EHBO



Hebt u al een eerste hulp-opleiding gevolgd, maar herinnert u zich niet goed meer wat de juiste handelingen zijn in noodsituaties en hoe u de situatie onder controle kunt houden? Met deze jaarlijkse opleiding kunnen de kennis, de praktische vaardigheden en de attitude van de hulpverleners op een optimaal niveau worden gehouden.

Deze bijscholing is verplicht op basis van de codex artikel I.5-8 en biedt de werkgever de mogelijkheid ervoor te zorgen dat hij beantwoordt aan de eventuele wettelijke vereisten met betrekking tot de hulpverlening in de onderneming.

Doelstellingen

> **Opfrissing van kennis en praktijk inzake hulpverlening.**

> **Reanimatietechnieken, zijdelingse veiligheidshouding, wonden, hartaanval, epilepsie, bloedingen, breuken en andere gevaarlijke situaties.**

> **Uitwisseling van ervaringen wat betreft noodsituaties die men heeft meegemaakt.**

> **Bijwerking van de kennis.**

> **Discussie over nieuwe benaderingen, zoals de reanimatie volgens de laatste richtlijnen van het ERC.**

Voor wie?

Voor hulpverleners die hun diploma wensen te behouden. De werknemer moet altijd in staat zijn op de knieën te zitten, om voldoende kracht te kunnen uitoefenen om een cardiopulmonale reanimatie uit te voeren. Deelname in geval van zwangerschap in een gevorderd stadium wordt daarom afgeraden.

Trainer

Onze lesgevers zijn ervaren en hebben een medische opleiding gekregen.

Gebruikte methode

Het theoretisch gedeelte wordt aangevuld met een uitgebreide training van de praktijk. Tijdens de opleiding wisselen rollenspelen, ongevallensimulaties en praktische oefeningen elkaar af.
De opleiding houdt rekening met de ervaring die de hulpverleners in hun onderneming hebben opgedaan.

Praktische informatie

Duur: 1 halve dag of 1 dag.
Max. 12 personen.

Plaats: de sessie kan zowel plaatsvinden in uw bedrijf als in ons opleidingscentrum.

Cohezio is erkend door de FOD Werkgelegenheid, Arbeid en Sociaal Overleg voor de cursussen eerste hulp.

Niet gevonden wat u zocht in deze selectie van ons aanbod?
Wij helpen u graag verder. Băo academy • 02 289 68 25 • info@baoacademy.be

REF. med_20/O/220

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 36 26/03/24 14:19

Opleiding

EHBO bij kinderen (0-12 jaar)



Werkt u in een instelling belast met de zorg voor zuigelingen of kinderen van 0 tot 12 jaar? Dan is het noodzakelijk om de eerste levensreddende handelingen te kennen en die te kunnen uitvoeren. Deze opleiding is bedoeld voor u en voor uw medewerkers. Ze biedt u de mogelijkheid om de basisprincipes van eerste hulp, en meer specifiek van eerste hulp bij kinderen, onder de knie te krijgen.

Doelstellingen

Tijdens deze opleiding komen vooral de volgende zaken aan bod:

> **de basisprincipes van eerste hulp;**

> **reanimatie bij zuigelingen en kinderen;**

> **het gebruik van de automatische externe defibrillator en het toepassen van zijdelingse veiligheidshouding;**

> **praktische reanimatieoefeningen op een pop van een zuigeling of kind.**

Inhoud

> De typische gevaren die kinderen lopen en de basisprincipes van eerste hulp.

> Oefeningen op het reanimeren van kinderen, gebruik makend van poppen volgens de geldende richtlijnen van het ERC en het bewustzijn.

> Handelingen in geval van verslikking.

> Stabiele zijligging.

Voor wie?

Alle geïnteresseerde werknemers. We vragen echter dat de deelnemers op hun knieën kunnen zitten en dat ze in staat zijn met de armen voldoende spierkracht uit te oefenen om een correcte cardiopulmonale reanimatie te kunnen uitvoeren. Deelname bij zwangerschap in een gevorderd stadium wordt daarom afgeraden.

Trainer

Onze lesgevers zijn ervaren en hebben een medische opleiding gekregen.

Praktische informatie

Duur: 1 dag. Max. 12 personen.

Plaats: de sessie kan zowel plaatsvinden in uw bedrijf als in ons opleidingscentrum.

Cohezio is erkend door de FOD Werkgelegenheid, Arbeid en Sociaal Overleg voor de cursussen eerste hulp.

Niet gevonden wat u zocht in deze selectie van ons aanbod?
Wij helpen u graag verder. Academy • 02 289 68 25 • academy@cohezio.be

REF. med_20/O/221

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 37 26/03/24 14:19

Opleiding

EHBO voor onthaalouders



Sinds 1 september 2009 moeten onthaalouders en personeel in kinderopvangvoorzieningen beschikken over een attest van de basisopleiding levensreddend handelen (Vlaams ministerieel besluit van 26/02/2009) om te mogen werken in een organisatie die erkend is door Kind en Gezin. Dat attest is 3 jaar geldig.

Doelstellingen

Tijdens deze opleiding komen vooral de volgende zaken aan bod:

> **de basisprincipes van eerste hulp;**
> **reanimatie bij zuigelingen en kinderen;**
> **het gebruik van de automatische externe defibrillator en het toepassen van stabiele zijligging;**
> **praktische reanimatieoefeningen op een pop van een zuigeling of kind.**

Inhoud

> De typische gevaren die kinderen lopen en de basisprincipes van eerste hulp.
> Het stappenplan van de reanimatie volgens de geldende richtlijnen van het ERC en het bewustzijn.
> De ademhaling.
> Oefeningen op het reanimeren van kinderen, gebruik makend van poppen.
> Handelingen in geval van verstikking en verslikking.
> Stabiele zijligging.

De opleiding is op maat en aangepast voor eerste hulp op kinderen van 0 tot 3 jaar en op kinderen van 2,5 jaar tot 12 jaar.

Voor wie?

Onthaalouders en personeel in kinderopvangvoorzieningen van de Vlaamse Gemeenschap.
Alle geïnteresseerde werknemers.

Trainer

Onze medische geschoolde en ervaren lesgevers beschikken over praktijkervaring in eerste zorgen en het geven van opleidingen.

Gebruikte methode

Opleiding gevolgd door interactieve vraagstelling.

Praktische informatie

Duur: 1 halve dag. Max. 20 personen.

Iedere deelnemer ontvangt een Interventieregister inzake eerste Hulp.

Plaats: de sessie kan zowel plaatsvinden in uw bedrijf als in ons opleidingscentrum.

Niet gevonden wat u zocht in deze selectie van ons aanbod?
Wij helpen u graag verder. Academy • 02 289 68 25 • academy@cohezio.be

REF. med_20/O/222

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 38 26/03/24 14:19

Opleiding

Reanimatie bij kinderen (0-12 jaar)



Werkt u in een instelling belast met de zorg voor zuigelingen of kinderen van 0 tot 12 jaar? Dan is het noodzakelijk om de eerste levensreddende handelingen te kennen en die te kunnen uitvoeren. Deze opleiding is bedoeld voor u en voor uw medewerkers. Ze biedt u de mogelijkheid om de basisprincipes van eerste hulp, en meer specifiek van reanimatie bij kinderen, onder de knie te krijgen.

Doelstellingen

Tijdens deze opleiding komen vooral de volgende zaken aan bod:

> **de basisprincipes van eerste hulp;**

> **reanimatie bij zuigelingen en kinderen;**

> **het gebruik van de automatische externe defibrillator en het toepassen van zijdelingse veiligheidshouding;**

> **praktische reanimatieoefeningen op een pop van een zuigeling of kind.**

Inhoud

> De verschillende stappen van reanimatie volgens de geldende richtlijnen van het ERC.

> Oefeningen op het reanimeren van kinderen en zuigelingen, gebruik makend van poppen.

> Handelingen in geval van verstikking.

> Zijdelingse veiligheidshouding.

Voor wie?

Alle geïnteresseerde werknemers. We vragen echter dat de deelnemers op hun knieën kunnen zitten en dat ze in staat zijn met de armen voldoende spierkracht uit te oefenen om een correcte cardiopulmonale reanimatie te kunnen uitvoeren. Deelname bij zwangerschap in een gevorderd stadium wordt daarom afgeraden.

Trainer

Onze lesgevers zijn ervaren en hebben een medische opleiding gekregen.

Praktische informatie

Duur: 1 halve dag. Deze opleiding kan ook worden gegeven op een volledige dag, met een aangepaste inhoud. Max. 12 personen.

Plaats: de sessie kan zowel plaatsvinden in uw bedrijf als in ons opleidingscentrum.

Niet gevonden wat u zocht in deze selectie van ons aanbod?
Wij helpen u graag verder. Băo academy • 02 289 68 25 • info@baoacademy.be

REF. med_20/O/243

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 39 26/03/24 14:19

Opleiding

Automatische Externe Defibrilator - AED



Er werd een automatische externe defibrillator geïnstalleerd in uw bedrijf, maar weet u hoe u die correct moet gebruiken wanneer dat nodig is? Om de juiste handelingen en reflexen te kennen in geval van nood, kunt u in deze opleiding leren hoe u de AED op een juiste manier moet gebruiken en leert u ook de eerste hulp te bieden.

Doelstellingen

> **Een AED kunnen gebruiken en het belang van cardiopulmonale reanimatie (CPR) begrijpen.**

> **In staat zijn de bewustzijnstoestand van een slachtoffer in te schatten en zijn vitale functies te evalueren.**

> **Externe hartmassage kunnen uitvoeren.**

> **Kunstmatige ademhaling kunnen toedienen.**

> **Een nog ademend slachtoffer in een zijdelingse veiligheidshouding kunnen leggen.**

Inhoud

> Demonstratie van het gebruik van de AED bij een cardiopulmonaire reanimatie.
> Theoretische noties: statistieken, de overlevingsketen, wettelijk kader, de juiste locatie, de fibrillatie, uitleg van de verschillende stappen van een reanimatie met de AED.
> Opleiding basisreanimatie.
> Opleiding reanimatie met een AED.
> Gebruiksvoorzorgen AED.
> Praktische toepassingen.
> Zijdelingse veiligheidshouding.
> Techniek voor het vrijmaken van de luchtwegen bij een volwassene en bij een kind ouder dan 1 jaar.
> Reanimatie bij een kind ouder dan 1 jaar met behulp van de AED.
> Techniek voor het vrijmaken van de luchtwegen bij een baby.
> Reanimatie bij een baby.

Voor wie?

Elke werknemer die in staat is om op de knieën te gaan zitten, om voldoende kracht te kunnen uitoefenen met de armen. Deelname in geval van zwangerschap in een gevorderd stadium wordt daarom afgeraden.

Trainer

Onze medisch geschoolde en ervaren lesgevers beschikken over praktijkervaring in eerste zorgen en het geven van opleidingen.

Gebruikte methode

De opleiding vertrekt vanuit de concrete ervaring van de personen en bouwt hierop voort vanuit een interactief werkmodel, wat een actieve participatie van de personen met zich meebrengt. Tijdens de opleiding wisselen theorie, praktijk en denkoefeningen elkaar af.

Praktische informatie

Duur: 1 dag. Deze opleiding kan ook worden gegeven op een halve dag, met een aangepaste inhoud. Max. 12 personen.

Plaats: de sessie kan zowel plaatsvinden in uw bedrijf als in ons opleidingscentrum.

Cohezio is erkend door de FOD Werkgelegenheid, Arbeid en Sociaal Overleg voor de cursussen eerste hulp.

Niet gevonden wat u zocht in deze selectie van ons aanbod?
Wij helpen u graag verder. Băo academy • 02 289 68 25 • info@baoacademy.be

REF. med_20/O/223

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 40 26/03/24 14:19

Opleiding

Inleiding tot de eerstehulpverlening en het oproepen van de hulpdiensten



De eerste minuten na een incident zijn cruciaal, zowel om eerste hulp te verlenen als om op een goede manier de hulpdiensten te bellen. Het is belangrijk dat er binnen uw onderneming personeel wordt opgeleid om gewonden te verzorgen, voor elke werkplaats.

Doelstellingen

Deze opleiding biedt elke werknemer de mogelijkheid om de correcte handelingen te leren voor het verlenen van gepaste hulp en om indien nodig op een goede manier de hulpdiensten te bellen.

Inhoud

> Essentiële regels van eerstehulpinterventies.
> Contacteren van de hulpdiensten.
> Handelingen en reflexen: wat te doen in geval van bloedingen, brandwonden, letsels aan het bewegingsapparaat, aanleren van de techniek voor het vrijmaken van de luchtwegen bij een slachtoffer dat aan het stikken is.
> Demonstratie van cardiopulmonale reanimatie met een AED.

Voor wie?

Alle werknemers. Geen voorkennis vereist.

Trainer

Onze lesgevers zijn ervaren en hebben een medische opleiding gekregen.

Gebruikte methode

De opleiding vertrekt vanuit de theoretische ervaring van de personen en bouwt hier op voort vanuit een interactief werkmodel, wat een actieve participatie van de personen met zich meebrengt. Tijdens de opleiding wisselen theorie en praktijk elkaar af.

Praktische informatie

Duur: 1 halve dag. Deze opleiding kan ook worden gegeven op een volledige dag, met een inhoud die wordt aangepast aan de vraag. Max. 12 personen.

Plaats: de sessie kan zowel plaatsvinden in uw bedrijf als in ons opleidingscentrum.

Cohezio is erkend door de FOD Werkgelegenheid, Arbeid en Sociaal Overleg voor de cursussen eerste hulp.

Niet gevonden wat u zocht in deze selectie van ons aanbod?
Wij helpen u graag verder. Băo academy • 02 289 68 25 • info@baoacademy.be

REF. med_20/O/224

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 41 26/03/24 14:19

Opleiding

E-learning: Eerstehulpverlening en het oproepen van de hulpdiensten



cohezio

exper consult · bão · modyva

De eerste minuten na een incident zijn cruciaal, zowel om eerste hulp te verlenen als om op een goede manier de hulpdiensten te bellen. Het is belangrijk dat er binnen uw onderneming personeel wordt opgeleid om gewonden te verzorgen op elke werkplaats.

Via deze e-learning kan de eerste hulp bij een noodsituatie worden aangeleerd, op uw eigen tempo en op de momenten die voor u het best passen.

Doelstellingen

Op een ludieke manier leren:

> **wat de correcte handelingen zijn voor het verlenen van gepaste hulp;**

> **wat de goede manier is om de hulpdiensten te bellen.**

Inhoud

> Wettelijk kader.

> Wie moet worden gewaarschuwd?

> Inleiding tot eerste hulp en noodoproepen.

> Algemene interventieregels.

> De hulpdiensten bellen.

> Handelingen en reflexen: wat te doen in geval van bloedingen, brandwonden, letsels aan het bewegingsapparaat, aanleren van de techniek voor het vrijmaken van de luchtwegen bij een slachtoffer dat aan het stikken is.

> Cardiopulmonale reanimatie met het gebruik van de AED.

Voor wie?

Alle werknemers. Geen voorkennis vereist.

Gebruikte methode

Online opleiding: er zal een link worden doorgestuurd die toegang geeft tot de opleiding.

Die link zal 3 maanden geldig zijn. Gedurende die tijd kunnen de deelnemers de opleiding volgen en herhalen zo vaak als ze willen (oefeningen, filmpjes, enz.).

Praktische informatie

Duur: deze opleiding duurt naar schatting 4 uur, maar kan op eigen tempo worden gevolgd.

De opleiding kan zo vaak als gewenst worden gevolgd, in de voorgestelde volgorde of door rechtstreeks op zoek te gaan naar de gewenste informatie.

Deze opleiding kan zowel worden gevolgd op de smartphone als op de computer, de tablet of op om het even welk ander toestel.

De deelnemer zal door middel van spelletjes, quizzen en interactieve filmpjes de correcte handelingen leren en memoriseren welke nummers moeten worden gebeld in noodgevallen, of het nu om een levensbedreigende noodsituatie gaat of niet.

Elke deelnemer zal de cursus ontvangen in pdf-formaat om te downloaden.

Cohezio is erkend door de FOD Werkgelegenheid, Arbeid en Sociaal Overleg voor de cursussen eerste hulp.

Niet gevonden wat u zocht in deze selectie van ons aanbod?
Wij helpen u graag verder. Băo academy • 02 289 68 25 • info@baoacademy.be

REF. med_21/O/247

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 42 26/03/24 14:19

Opleiding

Moederschapsbescherming



Tijdens deze informatiesessie worden de regels herhaald die gelden wanneer een werkneemster zwanger is. De verschillende wettelijke aspecten komen aan bod alsook de praktische gevolgen ervan voor de organisatie.

Doelstellingen

> **De grote lijnen herhalen van het uitvoeren van een risicobeoordeling.**

> **De verplichtingen van de hiërarchische lijn.**

> **De verplichtingen van de werknemers.**

> **De vergoeding bij verwijdering.**

> **Het beantwoorden van vragen.**

Inhoud

Deze sessie start met een kadering van de maatregelen in verband met het gezondheidstoezicht op de werknemers zoals opgenomen in de codex en de wettelijke verplichtingen bij zwangere werkneemsters en werkneemsters die borstvoeding geven.

De sessie geeft praktische richtlijnen voor een concreet intern beleid.

Voor wie?

De sessie kan worden gegeven voor de hiërarchische lijn en voor een groep van werknemers.
Geen voorkennis vereist.

Trainer

De preventieadviseur-arbeidsarts van **Cohezio**.

Gebruikte methode

PowerPoint-presentatie en interactieve bespreking van praktijksituaties in het bedrijf.

Praktische informatie

Duur: 1 halve dag. Max. 15 personen.

Plaats: de sessie kan zowel plaatsvinden in uw bedrijf als in ons opleidingscentrum.

Niet gevonden wat u zocht in deze selectie van ons aanbod?
Wij helpen u graag verder. Academy • 02 289 68 25 • academy@cohezio.be

REF. med_20/O/225

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 43 26/03/24 14:19

Opleiding – Informatiesessie

Jaarlijkse informatie over stralingsbescherming (radioprotectie)



cohezio
exper consult bão modyva

Volgens het Koninklijk Besluit van 20 juli 2001 rond ioniserende stralingen, zorgt de exploitant, en bij ontstentenis het ondernemingshoofd, voor het informeren van de werknemers die kunnen blootgesteld worden aan ioniserende stralingen, en dit vóór hun tewerkstelling op de werkpost.

Doelstellingen

Beantwoorden aan de wettelijke jaarlijkse informatieverplichting zoals voorzien in artikel 25 van het K.B. van 20 juli 2001 betreffende:

- **de arbeidsrisico's op het vlak van de gezondheid en de eventuele eerste hulp**
- **de basisnormen in verband met de bescherming tegen de blootstelling aan ioniserende stralingen**
- **de regels van goede praktijk**
- **de onderrichtingen in noodgeval**
- **enz.**

Inhoud

- De arbeidsrisico's op vlak van de gezondheid en de eventuele eerste hulp.
- De basisnormen in verband met de bescherming tegen de blootstelling aan ioniserende stralingen.
- De regels van goede praktijk die een doeltreffende bescherming waarborgen en de te nemen collectieve en individuele voorzorgen.
- De betekenis van waarschuwingstekens, symbolen en vermeldingen waarvan het gebruik door dit reglement is opgelegd.
- De onderrichtingen in noodgeval op het niveau van de werkpost en de noodplannen van de onderneming.
- Het belang van de naleving van de technische en medische voorschriften.
- Het veilig beheer van hoogactieve ingekapselde bronnen en mogelijke risico's van hoogactieve ingekapselde bronnen waarop een passende controle wegvalt.

Daarenboven zal een bijzondere aandacht besteed worden aan het informeren van de betrokken vrouwen. De aandacht van deze vrouwen zal gevestigd worden op het risico van ioniserende stralingen voor het embryo en de foetus en dus op de noodzaak en de plicht van een zo vroeg als mogelijke aangifte van de zwangerschap. Ze zullen eveneens geïnformeerd worden over het risico om de zuigeling bij de borstvoeding te besmetten in geval van radioactieve besmetting van het lichaam.

Trainer

De preventieadviseur-arbeidsarts van **Cohezio**, erkend voor het gezondheidstoezicht van werknemers die worden blootgesteld aan straling.

Gebruikte methode

Powerpoint-presentatie en interactieve bespreking van praktijksituaties in het bedrijf. Verschillende informatiesessies zijn mogelijk, afhankelijk van de bijzonderheden van het bedrijf of de sector (bv.: interventieradiologie, nucleaire geneeskunde, gebruik van radio-isotopen in de onderzoekssector, enz.).

Praktische informatie

Duur: 1 halve dag. Max. 15 personen.

Plaats: de sessie kan zowel plaatsvinden in uw bedrijf als in ons opleidingscentrum.

Optioneel op aanvraag zijn er extra opleidingen mogelijk over biologische risico's van straling en risico's ioniserende straling in ziekenhuizen.

Niet gevonden wat u zocht in deze selectie van ons aanbod?
Wij helpen u graag verder. Academy • 02 289 68 25 • academy@cohezio.be

REF. med_20/O/226

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 44 26/03/24 14:19

Opleiding – Sensibilisatie

Diabetes



Diabetes is dé ziekte van de 21e eeuw. Naar schatting lijdt reeds één op de tien volwassenen in België aan diabetes en er wordt verwacht dat het aantal gevallen de komende jaren nog fors zal toenemen. Bovendien lijden meer en meer personen aan prediabetes, het voorstadium van diabetes.
Diabetes en prediabetes hebben onvermijdelijk een weerslag op welzijn, productiviteit en absenteïsme in ondernemingen. Met name beeldschermwerkers kunnen het risico op diabetes verminderen door regelmatig te bewegen.
Een regelmatig bezoek aan huisarts en specialist wordt noodzakelijk.

Doelstellingen

> **Sensibilisering en preventie van diabetes.**

Deze sessie sluit naadloos aan op de opleidingen rond beeldschermergonomie en rond het belang van fysieke activiteit.

Inhoud

Aspecten die aan bod komen:
> aantal gevallen;
> complicaties;
> prediabetes;
> preventie.

Op het einde van de opleiding kan iedere werknemer zijn risico op diabetes bepalen.

Voor wie?

Voor alle werknemers en vooral voor werknemers die langdurig beeldschermwerk verrichten.

Trainer

De preventieadviseur-arbeidsarts van **Cohezio**.

Gebruikte methode

Powerpoint-presentatie en interactieve bespreking.

Praktische informatie

Duur: 1 halve dag. Max. 15 personen.

Plaats: de sessie kan zowel plaatsvinden in uw bedrijf als in ons opleidingscentrum.

Niet gevonden wat u zocht in deze selectie van ons aanbod?
Wij helpen u graag verder. Academy • 02 289 68 25 • academy@cohezio.be

REF. med_20/O/227

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 45 26/03/24 14:19

Opleiding

Sedentariteit en het belang van fysieke activiteit



"Sitting disease is the new smoking".

In de Angelsaksische wereld worden de nadelige gezondheidseffecten van langdurig zitten reeds geruime tijd vergeleken met de effecten van tabaksrook. De effecten van langdurig zitten zijn inderdaad niet mals: meer hart- en vaatziekten, meer metabole aandoeningen zoals diabetes en osteoporose, meer psychosociale aandoeningen (stress, burn-out, enz.) en zelfs meer kanker! Onder andere ten gevolge van sedentariteit zijn er ook meer slaapstoornissen.

Doelstellingen

Bewegen op het werk heeft tal van voordelen op het vlak van beeldschermergonomie, zo reduceert u het absenteïsme door MSA (musculoskeletale aandoeningen).

Fysieke activiteit promoten in uw onderneming: het leidt tot gezondere en gelukkigere werknemers.

De opleiding sluit naadloos aan bij de opleidingen rond beeldschermergonomie, diabetes, slaapstoornissen, en psychosociale aandoeningen (burn-out).

Inhoud

> Wat doet fysieke (in)activiteit met uw lichaam?

> Waarom is bewegen, ook tijdens de werkuren, zo belangrijk?

> Beschrijving van gezondheidseffecten van bewegen.

> Internationale richtlijnen.

> Tips om meer te bewegen en tips voor beeldschermwerk.

> Praktische oefeningen die op kantoor kunnen uitgevoerd worden.

Voor wie?

Alle werknemers.

Trainer

De preventieadviseur-arbeidsarts van **Cohezio** of een preventieadviseur-ergonoom van **Cohezio**.

Gebruikte methode

Powerpoint-presentatie en interactieve bespreking.

Praktische informatie

Duur: 1 halve dag. Max. 15 personen.

Plaats: de sessie kan zowel plaatsvinden in uw bedrijf als in ons opleidingscentrum.

Niet gevonden wat u zocht in deze selectie van ons aanbod?
Wij helpen u graag verder. Academy • 02 289 68 25 • academy@cohezio.be

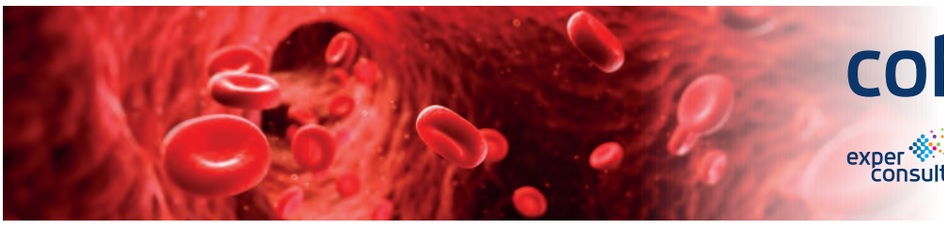
REF. med_20/O/228

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 46 26/03/24 14:19

Opleiding – Informatiesessie

Infectieziekten – Het bloedoverdraagbare trio: hepatitis B en C en HIV



Hepatitis B en C en HIV zijn drie infectieziekten die vooral overdraagbaar zijn via het bloed. Via bewustmaking kunnen uw werknemers zich beter beschermen tegen deze infectieziekten. Anderzijds leren zij ook beter omgaan met de personen waarmee zij beroepsmatig in aanraking komen, en die drager zijn van deze infectieziekten.

Doelstellingen

Bewustmaking van de belangrijkste bloedoverdraagbare infectieziekten.

Inhoud

Per infectieziekte:

> voorkomen (frequentie);

> verantwoordelijk micro-organisme;

> besmettingsweg;

> symptomen;

> verwikkelingen;

> preventie.

Voor wie?

Vooral werknemers in de gezondheids- en sociale sector, die mogelijk in aanraking komen met deze infectieziekten.

Trainer

De preventieadviseur-arbeidsarts van **Cohezio** of een preventieadviseur-ergonoom van **Cohezio**.

Gebruikte methode

Powerpoint-presentatie en interactieve bespreking.

Praktische informatie

Duur: 1 halve dag. Max. 15 personen.

Plaats: de sessie kan zowel plaatsvinden in uw bedrijf als in ons opleidingscentrum.

Niet gevonden wat u zocht in deze selectie van ons aanbod?
Wij helpen u graag verder. Academy • 02 289 68 25 • academy@cohezio.be

REF. med_20/O/229

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 47 26/03/24 14:19

Opleiding

De belangrijkste infectieziekten en hoe ze te voorkomen



Deze opleiding geeft informatie over de belangrijkste infectieziekten en hoe ze te voorkomen.

Doelstellingen

Correcte informatie geven over de belangrijkste infectieziekten en hoe ze te voorkomen met als doel het personeel te beschermen en gerust te stellen. Werknemers voelen zich sinds COVID-19 meer bedreigd door infectieziekten en willen ze vermijden.

Dit kan ten onrechte tot afwezigheden leiden.

Vele werknemers worden geconfronteerd met een klant of collega met een bepaalde infectieziekte en stellen zich vragen waarop deze cursus een antwoord wil bieden.

Per infectieziekte wordt volgende info gegeven: algemene beschrijving van de ziekte, symptomen, overdracht, preventiemaatregelen... met steeds als afsluiter een rubriek “geen paniek”. Het laatste wat we willen, is uw werknemers opzadelen met angst en smetvrees.

Inhoud

> Overdrachtswegen
> Handhygiëne
> HIV
> Hepatitis C, B
> Hepatitis A
> Kinkhoest
> Bof
> Mazelen
> Zona en windpokken
> Klierkoorts
> Bacteriële en virale meningitis (hersenvliesontsteking)
> MRSA
> Tuberculose
> Schurft
> Covid-19
> Apenpokken

Voor wie?

Voor alle personeelsleden. Werknemers voelen zich sinds COVID-19 meer bedreigd door infectieziekten en willen ze alleszins vermijden. De opleiding is een basiscursus over infectieziekten en is dus zeker ook geschikt voor alle essentiële beroepen en gezondheidsmedewerkers.

Trainer

De arbeidsarts van **Cohezio.**

Praktische informatie

Een offerte op maat is mogelijk. Combinaties met preventie van prikongevallen is mogelijk.

Niet gevonden wat u zocht in deze selectie van ons aanbod?
Wij helpen u graag verder. Academy • 02 289 68 25 • academy@cohezio.be

REF. med_21/O/244

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 48 26/03/24 14:19

Opleiding

Preventie van infectieziekten (algemeen)



Deze opleiding gaat over preventie van infectieziekten in het algemeen. De basisbegrippen (infectieketen) en belangrijkste overdrachtswegen worden besproken. Vervolgens wordt ingegaan op preventie van infectieziekten in het algemeen: algemene en bijzondere maatregelen, hoe een perfecte handhygiëne na te streven, wanneer handen wassen en/of ontsmetten,… Er wordt ook besproken welke maskers moeten worden gedragen en wanneer. Er wordt ten slotte ook kort ingegaan op de preventie van prikongevallen en op de belangrijkste vaccinaties.

Doelstellingen

Het personeel de basis aanleren van een goede preventie van infectieziekten. Op die manier wordt afwezigheid van personeel voorkomen én voelt het personeel zich veilig.

Inhoud

> Basisbegrippen
> Overdrachtswegen
> Preventie
> Algemene en bijzondere preventiemaatregelen
> Handhygiëne
> Maskers
> Handschoenen
> Preventie van prikongevallen
> Vaccinaties

Voor wie?

Voor alle personeelsleden. Werknemers voelen zich sinds COVID-19 meer bedreigd door infectieziekten en willen ze alleszins vermijden. De opleiding is in feite een basiscursus over preventie van infectieziekten en is dus zeker ook geschikt voor alle essentiële beroepen en gezondheidsmedewerkers.

Trainer

De arbeidsarts van **Cohezio**.

Praktische informatie

Een offerte op maat is mogelijk. Deze opleiding beschrijft niet de infectieziekten. Combinaties met beschrijving van de belangrijkste infectieziekten alsook preventie van prikongevallen is mogelijk.

Niet gevonden wat u zocht in deze selectie van ons aanbod?
Wij helpen u graag verder. Academy • 02 289 68 25 • academy@cohezio.be

REF. med_21/O/245

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 49 26/03/24 14:19

Opleiding – Informatiesessie

Gezond leven en een gezonde veerkracht



Hoe blijf je gezond? Zowel je fysieke als je geestelijke gezondheid heb je deels zelf in de hand. Voldoende bewegen, een evenwichtige voeding, voldoende slaap, tijd maken voor ontspanning en niet roken zetten je op het goede spoor.

Doelstellingen

Nuttige tips voor een goede gezondheid op het werk en daarbuiten.

Inhoud

> Het belang van voeding en beweging.

> Ziektes en primaire/secundaire/tertiaire preventie ervan.

Voor wie?

Voor alle werknemers.

Trainer

De preventieadviseur-arbeidsarts van **Cohezio**.

Praktische informatie

Duur: 1 halve dag. Max. 15 personen.

Plaats: de sessie kan zowel plaatsvinden in uw bedrijf als in ons opleidingscentrum.

Gebruikte methode

Powerpoint-presentatie en interactieve bespreking.

Niet gevonden wat u zocht in deze selectie van ons aanbod?
Wij helpen u graag verder. Băo academy • 02 289 68 25 • info@baoacademy.be

REF. med_20/O/230

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 50 26/03/24 14:19

Opleiding

Re-integratietrajecten van arbeidsongeschikte werknemers



Tijdens deze informatiesessie gaan we in op de belangrijkste wettelijke aspecten die van kracht zijn ingevolge de wetgeving in verband met re-integratie binnen de codex over het welzijn op het werk (Artikel 1.4-72 t.e.m. I.4-82).

We gaan ook kort in op de belangrijkste aspecten die tot absenteïsme kunnen leiden en die daardoor ook bepalend zijn voor het re-integratiebeleid.

Doelstellingen

> **Volledige informatie geven over het begrip "re-integratietraject", over de Doelstellingen, het verloop en de mogelijke gevolgen ervan.**

> **De rol van de arbeidsarts en die van de andere betrokken partijen uitleggen.**

> **Advies geven in verband met zowel primaire als secundaire preventie van absenteïsme.**

Inhoud

> Overlopen van de wettelijke bepalingen.

> Uitleg over het re-integratietraject: wie kan het aanvragen, wanneer en met welk doel?

> De rol van respectievelijk de adviserend arts an het ziekenfonds en de arbeidsarts.

> Wat zijn de mogelijke beslissingen aan het eind van een re-integratietraject?

> Wat is een re-integratieplan? Wie stelt het op? Wat moet erin staan? Is het verplicht?

> Kennismaking met primaire en secundaire preventie van absenteïsme.

Voor wie?

De sessie is gericht op alle personen die betrokken zijn bij het re-integratieproces van een werknemer die langdurig afwezig was wegens ziekte (werkgevers, vakbonden, hr-verantwoordelijken, preventieadviseurs van alle domeinen, enz.). Voorkennis is niet nodig.

Trainer

De preventieadviseur-arbeidsarts van **Cohezio**.

Gebruikte methode

PowerPoint-presentatie en interactieve bespreking van praktijksituaties van het bedrijf.

Praktische informatie

Duur: 1 halve dag. Max. 15 personen.

Plaats: de sessie kan zowel plaatsvinden in uw bedrijf als in ons opleidingscentrum.

Niet gevonden wat u zocht in deze selectie van ons aanbod?
Wij helpen u graag verder. Academy • 02 289 68 25 • academy@cohezio.be

REF. med_20/O/231

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 51 26/03/24 14:19

Opleiding

Cytostatica buiten de apotheek en in de thuiszorg



De behandelingen met cytostatica verschuiven van de kliniek naar de polikliniek en dagbehandelingscentra. Ook de zorg voor deze patiënten verschuift van het ziekenhuis naar de thuiszorg.

Deze opleiding geeft een concreet overzicht van de verplichtingen en aandachtspunten.

Doelstellingen

Inzicht in de arbeidsrisico's van werknemers in de thuiszorg wat betreft blootstelling aan cytostatica, en in de te nemen maatregelen om blootstelling te vermijden.

Inhoud

Deze presentatie start met een korte uitleg over het begrip cytostatica. Hierna beschrijft de spreker het risico van blootstelling bij gebruik in de thuiszorg. Hij illustreert welke beschermingsmiddelen zijn aangewezen en hoe men veilig omgaat met uitscheidingsproducten. Hij geeft praktische richtlijnen voor de interne preventieadviseur, voor het opstellen van een intern beleid. Er is ook tijd voorzien voor vraag en antwoord.

Voor wie?

De hiërarchische lijn en werknemers in de thuiszorg.

Trainer

De preventieadviseur-arbeidsarts van **Cohezio**.

Gebruikte methode

Powerpoint-presentatie en interactieve bespreking.

Praktische informatie

Duur: 1 halve dag. Max. 15 personen.

Plaats: de sessie kan zowel plaatsvinden in uw bedrijf als in ons opleidingscentrum.

Niet gevonden wat u zocht in deze selectie van ons aanbod?
Wij helpen u graag verder. Academy • 02 289 68 25 • academy@cohezio.be

REF. med_20/O/233

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 52 26/03/24 14:19

Opleiding

Griepvaccinatie voor gezondheidsmedewerkers en contactberoepen



Elk jaar opnieuw staat de griep weer voor de deur. De griep staat steeds weer voor de deur. Zorgverleners en personeelsleden in de zorgsector lopen niet alleen een groot risico om zelf griep te krijgen, zij kunnen de patiënten of bewoners rondom hen ook heel snel besmetten.

Doelstellingen

Werknemers informeren over de griepvaccinatie.

Inhoud

Informatie.

Voor wie?

Voor iedere werknemer. Voor leidinggevenden. Voor leden van het CPBW.

Trainer

De preventieadviseur-arbeidsarts van **Cohezio**.

Gebruikte methode

Opleiding gevolgd door interactieve vraagstelling.

Praktische informatie

Duur: 30-45 minuten.

Plaats: de sessie kan zowel plaatsvinden in uw bedrijf als in ons opleidingscentrum.

Niet gevonden wat u zocht in deze selectie van ons aanbod?
Wij helpen u graag verder. Academy • 02 289 68 25 • academy@cohezio.be

REF. med_20/O/236

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 53 26/03/24 14:19

Opleiding

De rol van de arbeidsarts in alcohol- en drugsbeleid



cohezio

exper consult bão modyva

Doelstellingen

Informeren over de gevaren van alcohol en drugs alsook over de relevante wettelijke bepalingen (cao 100, enz.) inzake alcohol en drugs op het werk.

Beschrijving van de rol van de collega's en van de leidinggevende.

Uitvoerige beschrijving van de rol van de arbeidsarts.

Inhoud

> Probleemstelling.

> Informatie over de gevaren van alcohol en drugs.

> Gezondheidseffecten van alcohol.

> Gezondheidseffecten van medicatie.

> Gezondheidseffecten van drugs.

> Effecten voor de organisatie.

> Wettelijk kader (cao 100 e.a.).

> De pijlers van een efficiënt alcohol- en drugsbeleid.

> Rol van de collega's.

> Rol van de leidinggevende.

> Rol van de arbeidsarts (wettelijke en ethische principes, mogelijke onderzoeken en testen, voorbeelden, enz.).

> Vraagstelling.

Voor wie?

Voor leidinggevenden. Voor leden van het CPBW.

Trainer

De preventieadviseur-arbeidsarts van **Cohezio**.

Gebruikte methode

Opleiding gevolgd door interactieve vraagstelling.

Praktische informatie

Duur: 1 halve dag. Max. 15 personen.

De arbeidsarts kan gezien de gegeven info daarna deelnemen aan de logische volgende stap, namelijk de opmaak van een alcohol- en drugsbeleid.

Plaats: de sessie kan zowel plaatsvinden in uw bedrijf als in ons opleidingscentrum.

Niet gevonden wat u zocht in deze selectie van ons aanbod?
Wij helpen u graag verder. Academy • 02 289 68 25 • academy@cohezio.be

REF. med_20/O/237

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 54 26/03/24 14:19

Opleiding

Preventie van prikongevallen



Voornamelijk voor verpleegkundigen die door vaccinaties, bloedafnames en andere handelingen prikongevallen kunnen oplopen.

Doelstellingen

De opleiding kan perfect aansluiten bij de opleiding omtrent de bloedoverdraagbare aandoeningen en bij de opleiding omtrent vaccinatietechnieken.

Inhoud

> Voorbereiding van een vaccinatie.

> Vaccinatietechniek.

> Prikongevallen.

> De bloedoverdraagbare aandoeningen: Welke micro-organismen kunnen worden overgedragen bij prikongevallen?

> Preventie van prikongevallen.

> Post-expositie profylaxie na prikongeval.

> Procedures.

> Andere problemen bij vaccinatie.

> Conclusie.

Voor wie?

Voornamelijk voor verpleegkundigen die door vaccinaties, bloedafnames en andere handelingen prikongevallen kunnen oplopen.
Ook voor andere werknemers die accidenteel in contact kunnen komen met bloed of bloedspatten.
Voor alle leden van het CPBW.

Trainer

De preventieadviseur-arbeidsarts van **Cohezio**.

Gebruikte methode

Opleiding gevolgd door interactieve vraagstelling.

Praktische informatie

Duur: 1 halve dag. Max. 15 personen.

Plaats: de sessie kan zowel plaatsvinden in uw bedrijf als in ons opleidingscentrum.

Niet gevonden wat u zocht in deze selectie van ons aanbod?
Wij helpen u graag verder. Academy • 02 289 68 25 • academy@cohezio.be

REF. med_20/O/238

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 55 26/03/24 14:19

Opleiding

Nacht- en ploegenarbeid



Dat nacht- en ploegenarbeid belastend is voor de gezondheid van de werknemers is inmiddels algemeen bekend.
Hoe kan u waken over het welzijn van uw werknemers die in dit werkregime tewerkgesteld zijn? Wat is nu die fameuze 'interne biologische klok' en welke preventiemaatregelen kan u als werkgever treffen voor deze mensen.

Doelstellingen

Opleiding over de soorten nacht- en ploegenarbeid alsook de wettelijke bepalingen.

Beschrijving van de interne biologische klok, van de normale dag- en nachtritmes alsook van de gezondheidseffecten bij verstoring ervan door nacht- en ploegenarbeid.

Beschrijving van de individuele en collectieve preventiemaatregelen.

Inhoud

> Ploegenarbeid – inleiding: soorten, wettelijke bepalingen, mogelijke schema's.
> Dag-nacht ritme.
> Gezondheidseffecten van nacht- en ploegenarbeid.
> Preventiemaatregelen
- organisatorisch
  - tips voor de werkgevers
  - engineering
- individueel
  - tips voor de werknemers
  - belang van gezond slapen, gezond bewegen, gezond eten en gezonde levensstijl.

Voor wie?

Inhoud kan licht worden aangepast in functie van doelpubliek: voor werknemers met nacht- en ploegenarbeid, voor alle leidinggevenden, voor leden van het CPBW.

Trainer

De preventieadviseur-arbeidsarts van **Cohezio**.

Gebruikte methode

Opleiding gevolgd door interactieve vraagstelling.

Praktische informatie

Duur: 1 halve dag. Max. 15 personen.

Zeer belangrijk: het belang van gezond slapen, gezond bewegen, gezond eten, en gezonde levensstijl kan nog in aparte opleidingen gegeven worden aan de werknemers.

Plaats: de sessie kan zowel plaatsvinden in uw bedrijf als in ons opleidingscentrum.

Niet gevonden wat u zocht in deze selectie van ons aanbod?
Wij helpen u graag verder. Academy • 02 289 68 25 • academy@cohezio.be

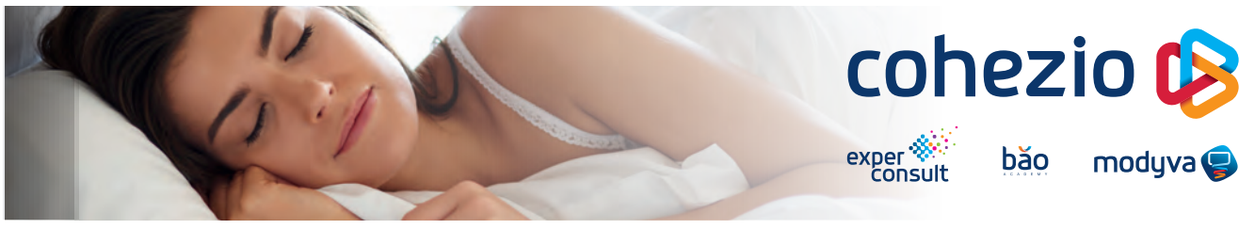
REF. med_20/O/239

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 56 26/03/24 14:19

Opleiding

Een goede nachtrust



Deze opleiding geeft info over het meest voorkomende maar toch minst goed gekende gezondheidsprobleem van werknemers: slaapproblemen. Slaapklachten zijn héél frequent maar zeer zelden goed behandeld. Nochtans is een gezonde nachtrust een absolute must voor de productiviteit en het welzijn van uw werknemers! De voordelen (onder andere een verbeterde immuniteit, grotere veerkracht en minder afwezigheden) zijn talrijk. Als werkgever kan u dus best investeren in deze opleiding waarin we uw werknemers alle nodige info en tips geven om tot een betere slaap te komen.

Doelstellingen

Dankzij een verbeterde nachtrust zorgen voor gelukkige en productieve werknemers, verhoogde veerkracht en meer welzijn op het werk.

Inhoud

> Slapen, essentieel voor je gezondheid en veerkracht
> Waarom is slapen zo belangrijk?
> Quiz: test je kennis
> Hoe verloopt je slaap?
> Hoeveel slaap heb je nodig?
> Waarom val je in slaap?
> Slaapstoornissen: oorzaken
> Diagnose - polysomnografie
> Behandeling van slaapstoornissen
> De gouden tips
> Vraagstelling én antwoord op uw vragen

Voor wie?

Voor alle personeelsleden in alle sectoren.

Trainer

De arbeidsarts van **Cohezio**.

Praktische informatie

Een offerte op maat is mogelijk. Combinaties met de opleidingen over gezond leven, belang van fysieke activiteit, gezonde voeding, ergonomie, en gezonde veerkracht zijn mogelijk.

Niet gevonden wat u zocht in deze selectie van ons aanbod?
Wij helpen u graag verder. Băo academy • 02 289 68 25 • info@baoacademy.be

REF. med_20/O/246

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 57 26/03/24 14:19





3. Psychosociale aspecten

Dienst – Begeleiding

van de organisatie bij absenteïsmebeheer en technieken voor beroepsherinschakeling



De kans op een werkhervatting is omgekeerd evenredig met de duur van de arbeidsongeschiktheid. Het opnemen van contact tijdens de afwezigheid van een collega en bij zijn werkhervatting is dan ook van groot belang.
Die gesprekken zijn ook de gelegenheid om met de werknemer te praten over de voorwaarden van zijn re-integratie in de organisatie. Het is de bedoeling de redenen van zijn afwezigheid goed te begrijpen, om herhaling in de toekomst te vermijden.
Bij het voeren van deze 2 soorten gesprekken (tijdens en na de afwezigheid) wordt er niet snel even geïmproviseerd. Het is essentieel de managers een opleiding te geven hierover en ook over de algemene problematiek van het absenteïsme. Het ideale scenario is uiteraard om te zorgen dat het niet tot afwezigheden komt, en de psychosociale risico's te verminderen voordat er gevolgen zijn voor de werknemer.

Doelstellingen

Het bedrijf begeleiden bij het opstellen van een intern beleid voor preventie en beheer van het absenteïsme.

Managers sensibiliseren om de tekenen van een gebrek aan welzijn binnen hun teams te herkennen, tools aanreiken om absenteïsme te helpen voorkomen de afwezigheid te beheren op verschillende niveaus (contact houden, management van de rest van het team).

Managers opleiden in technieken voor re-integratie (voorbereiding van de terugkeer naar het werk, begeleiding bij die terugkeer).

Inhoud

> Advies over het interne beleid van de organisatie
> Werkgroepen – opstelling van een beleid
> Opleiding van de managers

Trainer

De preventieadviseur-psychosociale aspecten van **Cohezio**.

Praktische informatie

Voor de interventie wordt een forfaitaire offerte opgesteld, bepaald op basis van de specifieke behoeften op het vlak van begeleiding.

Niet gevonden wat u zocht in deze selectie van ons aanbod?
Wij helpen u graag verder. Băo academy • 02 289 68 25 • info@baoacademy.be

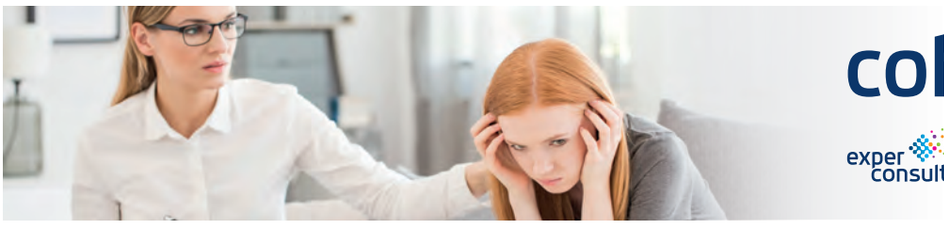
REF. psy_20/D/312

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 60 26/03/24 14:19

Dienst

Psychosociale risicoanalyse via individuele gesprekken



Conform de wetgeving dient de werkgever de nodige maatregelen te nemen om:

> psychosociale risico's op het werk te voorkomen,
> de schade die uit die risico's voortvloeit, te voorkomen,
> de schade binnen zijn organisatie te beperken.

Daarvoor baseert de werkgever zich op de resultaten van de psychosociale risicoanalyse.

Cohezio biedt een methode aan die gebruikmaakt van individuele gesprekken. Die methode dient de voorkeur te krijgen wanneer de onderzochte groep klein is of in geval van conflicten. Ze geeft werknemers de kans om zich mondeling vrij uit te drukken.

Doelstellingen

> **Een momentopname verkrijgen van de psychosociale situatie van een bedrijf of een onderzochte groep, om aanwijzingen te hebben over de manier om het welzijn van de werknemers te verbeteren.**

> **De werkgever aanbevelingen geven zodat hij de nodige maatregelen kan nemen met het oog op het opstellen van een actieplan en het ontwikkelen en/of aanpassen van preventiestrategieën.**

Inhoud

Het semi-directieve individuele gesprek:

> behandelt de 5 elementen van de psychosociale risico's (arbeidsorganisatie, arbeidsinhoud, arbeidsvoorwaarden, arbeidsomstandigheden en interpersoonlijke relaties op het werk) en nodigt de deelnemers uit om te bepalen welke aspecten volgens hen prioritair zijn,

> biedt de deelnemers de mogelijkheid om hun bronnen van tevredenheid op het werk te bepalen,

> beoordeelt het welzijn van de deelnemers aan de hand van een schaal voor welzijn op het werk,

> reikt mogelijke oplossingen aan.

Dienstverlener

De preventieadviseur-psychosociale aspecten van **Cohezio**.

Praktische informatie

Voor de interventie wordt een forfaitaire offerte opgesteld, bepaald op basis van de grootte van de onderneming en de specifieke behoeften, die zullen worden beoordeeld tijdens een voorafgaand analysegesprek van de aanvraag.

Voor meer informatie betreffende deze dienst mag u steeds contact opnemen met uw contactpersoon binnen Cohezio. U kan ons ook steeds contacteren op ons algemeen nummer 02 533 74 11 of via info@cohezio.be.

REF. psy_20/D/033

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 61 26/03/24 14:19

Dienst

Psychosociale risicoanalyse via kwalitatieve vragenlijsten



Conform de wetgeving dient de werkgever de nodige maatregelen te nemen om:

> psychosociale risico's op het werk te voorkomen,
> de schade die uit die risico's voortvloeit, te voorkomen,
> de schade binnen zijn organisatie te beperken.

Daarvoor baseert de werkgever zich op de resultaten van de psychosociale risicoanalyse.

Cohezio biedt een methode aan die gebruikmaakt van kwalitatieve vragenlijsten. Die methode dient de voorkeur te krijgen wanneer de onderzochte groep klein is of in geval van conflicten. Ze geeft werknemers de mogelijkheid om zich vrij uit te drukken op papier. Beschikbaar in het Nederlands, Frans en Duits.

Doelstellingen

> **Een momentopname verkrijgen van de psychosociale situatie van een bedrijf of een onderzochte groep, om aanwijzingen te hebben over de manier om het welzijn van de werknemers te verbeteren.**

> **De werkgever aanbevelingen geven zodat hij de nodige maatregelen kan nemen met het oog op het opstellen van een actieplan en het ontwikkelen en/of aanpassen van preventiestrategieën.**

Inhoud

De vragenlijst:

> behandelt de 5 elementen van de psychosociale risico's (arbeidsorganisatie, arbeidsinhoud, arbeidsvoorwaarden, arbeidsomstandigheden en interpersoonlijke relaties op het werk) en nodigt de deelnemers uit om te bepalen welke aspecten volgens hen prioritair zijn,

> biedt de deelnemers de mogelijkheid om hun bronnen van tevredenheid op het werk te bepalen,

> beoordeelt het welzijn van de deelnemers aan de hand van een welzijnsschaal,

> reikt mogelijke oplossingen aan.

Dienstverlener

De preventieadviseur-psychosociale aspecten van **Cohezio**.

Praktische informatie

Voor de interventie wordt een forfaitaire offerte opgesteld, bepaald op basis van de grootte van de onderneming en de specifieke behoeften, die zullen worden beoordeeld tijdens een voorafgaand analysegesprek van de aanvraag.

Voor meer informatie betreffende deze dienst mag u steeds contact opnemen met uw contactpersoon binnen Cohezio. U kan ons ook steeds contacteren op ons algemeen nummer 02 533 74 11 of via info@cohezio.be.

REF. psy_20/D/034

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 62 26/03/24 14:19

Dienst

Psychosociale risicoanalyse via kwantitatieve vragenlijsten (ARIPSO)



Conform de wetgeving dient de werkgever de nodige maatregelen te nemen om:
> psychosociale risico's op het werk te voorkomen,
> de schade die uit die risico's voortvloeit, te voorkomen,
> de schade binnen zijn organisatie te beperken.
Daarvoor baseert de werkgever zich op de resultaten van de psychosociale risicoanalyse.

Cohezio heeft zijn eigen wetenschappelijk gevalideerde tool ontwikkeld, ARIPSO genaamd, voor het uitvoeren van een psychosociale risicoanalyse.

ARIPSO is een kwantitatieve vragenlijst met 129 vragen die beschikbaar is in de 3 landstalen en waarbij de vertrouwelijkheid van de individuele gegevens tijdens de verwerking gegarandeerd kan worden.

Doelstellingen

> **Een momentopname verkrijgen van de psychosociale situatie van een bedrijf of een onderzochte groep, om aanwijzingen te hebben over de manier om het welzijn van de werknemers te verbeteren.**

> **De werkgever aanbevelingen geven zodat hij de nodige maatregelen kan nemen met het oog op het opstellen van een actieplan en het ontwikkelen en/of aanpassen van preventiestrategieën.**

Inhoud

De ARIPSO-vragenlijst:

> behandelt de 5 elementen van de psychosociale risico's: arbeidsorganisatie, arbeidsinhoud, arbeidsvoorwaarden, arbeidsomstandigheden en interpersoonlijke relaties op het werk,

> analyseert de gevolgen van de psychosociale risico's: stress, verkeerd gedrag van derden, conflict en verkeerd gedrag tussen medewerkers (geweld, pesterijen en ongewenst seksueel gedrag), betrokkenheid bij het bedrijf, motivatie,

> biedt een schaal voor de beoordeling van het welzijn op het werk,

> stelt een beroepsprofiel op (optioneel).

Dienstverlener

De preventieadviseur-psychosociale aspecten van **Cohezio**.

Praktische informatie

De vragenlijst kan online worden ingevuld of als brief op papier, of er kunnen plenaire sessies worden georganiseerd voor het afnemen van de vragenlijst. Voor de interventie wordt een forfaitaire offerte opgesteld, bepaald op basis van de grootte van de onderneming en de specifieke behoeften, die zullen worden beoordeeld tijdens een voorafgaand analysegesprek van de aanvraag.

Voor meer informatie betreffende deze dienst mag u steeds contact opnemen met uw contactpersoon binnen Cohezio. U kan ons ook steeds contacteren op ons algemeen nummer 02 533 74 11 of via info@cohezio.be.

REF. psy_20/D/035

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 63 26/03/24 14:19

Dienst

Coheziometer: een eenvoudige en snelle analyse van de psychosociale risico's



Conform de wetgeving dient de werkgever de nodige maatregelen te nemen om psychosociale risico's op het werk te voorkomen of te beperken. Daarvoor baseert hij zich op de resultaten van een psychosociale risicoanalyse.

Cohezio heeft een eigen tool ontwikkeld voor het analyseren van de psychosociale risico's: de Coheziometer. Die biedt een betaalbare en pragmatische oplossing die beantwoordt aan de wettelijke vereisten en maakt een kwantitatieve analyse van de psychosociale risico's mogelijk. De tool bestaat uit ongeveer 40 vragen (het invullen ervan duurt 10 minuten) en is beschikbaar in het Nederlands, Frans en Engels. De vragen worden geformuleerd op een duidelijke manier, in eenvoudige en voor iedereen toegankelijke taal. De Coheziometer is geschikt voor kleine en grote bedrijven en kan worden gebruikt op een geautomatiseerde manier, ongeacht het gebruikte middel: smartphone, tablet of computer.

Doelstellingen

> **Een momentopname verkrijgen van de psychosociale situatie van een bedrijf of een onderzochte groep, om aanwijzingen te hebben over de manier om het welzijn van de werknemers te verbeteren.**

> **De werkgever aanbevelingen geven zodat hij de nodige maatregelen kan nemen met het oog op het opstellen van een actieplan en het ontwikkelen en/of aanpassen van preventiestrategieën.**

Inhoud

De Coheziometer-vragenlijst:

> behandelt de 5 elementen van de psychosociale risico's: arbeidsorganisatie, arbeidsInhoud, arbeidsvoorwaarden, arbeidsomstandigheden en interpersoonlijke relaties op het werk,
> onderzoekt de gevolgen van de psychosociale risico's: ongepast gedrag op het werk (intern of extern) en interne conflicten,
> meet het stressniveau op het werk en de mate van tevredenheid op het werk aan de hand van een beoordelingsschaal,
> bepaalt welke preventiemaatregelen kunnen worden genomen om de situatie te verbeteren,
> bepaalt de bronnen van tevredenheid op het werk

Dienstverlener

De preventieadviseur-psychosociale aspecten van **Cohezio**.

Praktische informatie

Een online vragenlijst (via computer, smartphone of tablet).

Beschikbaar in het Nederlands, Frans en Engels.

Voor deze interventie wordt een forfaitaire prijsofferte opgesteld, afhankelijk van de grootte van het bedrijf en de specifieke behoeften.

Voor meer informatie betreffende deze dienst mag u steeds contact opnemen met uw contactpersoon binnen Cohezio. U kan ons ook steeds contacteren op ons algemeen nummer 02 533 74 11 of via info@cohezio.be.

REF. psy_21/D/339

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 64 26/03/24 14:19

Dienst

Psychosociale risicoanalyse via groepsgesprekken (focusgroep)



Conform de wetgeving dient de werkgever de nodige maatregelen te nemen om:
> psychosociale risico's op het werk te voorkomen,
> de schade die uit die risico's voortvloeit, te voorkomen,
> de schade binnen zijn organisatie te beperken.

Daarvoor baseert de werkgever zich op de resultaten van de psychosociale risicoanalyse.

De bedoeling van die analyse is een stand van zaken op te maken van de psychosociale situatie van een bedrijf of van een doelgroep en de werkgever aanbevelingen te geven zodat hij de nodige maatregelen kan treffen.

Cohezio biedt een methode aan die gebruikmaakt van groepsgesprekken. Zo kunnen kwalitatieve gegevens worden verzameld tijdens discussiegroepen.

Doelstellingen

> **Een momentopname verkrijgen van de psychosociale situatie van een bedrijf of een onderzochte groep, om aanwijzingen te hebben over de manier om het welzijn van de werknemers te verbeteren.**

> **De werkgever aanbevelingen geven zodat hij de nodige maatregelen kan nemen met het oog op het opstellen van een actieplan en het ontwikkelen en/of aanpassen van preventiestrategieën.**

Inhoud

Focusgroepen maken het mogelijk om met de groep te discussiëren over psychosociale risico's op het werk (arbeidsorganisatie, arbeidsinhoud, arbeidsvoorwaarden, arbeidsomstandigheden en interpersoonlijke relaties op het werk). Zo kunnen de prioritaire aspecten en de bronnen van tevredenheid op het werk worden bepaald en kunnen mogelijke oplossingen worden ontdekt.

Dienstverlener

De preventieadviseur-psychosociale aspecten van **Cohezio**.

Praktische informatie

Elke groep bestaat uit max. 12 personen.

Voor de interventie wordt een forfaitaire offerte opgesteld, bepaald op basis van de grootte van de onderneming en de specifieke behoeften, die zullen worden beoordeeld tijdens een voorafgaand analysegesprek van de aanvraag.

Voor meer informatie betreffende deze dienst mag u steeds contact opnemen met uw contactpersoon binnen Cohezio. U kan ons ook steeds contacteren op ons algemeen nummer 02 533 74 11 of via info@cohezio.be.

REF. psy_20/D/036

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 65 26/03/24 14:19

Dienst

Begeleiding bij het uitwerken en het uitvoeren van een beleid rond de aanpak van verslavingen



De problematiek rond verslaving op het werk, of het nu gaat om het gebruik van alcohol, drugs, medicijnen of andere middelen, is vaak nog steeds een taboe binnen een bedrijf of instelling.
Toch kan eender welke vorm van verslaving het werk en de werkrelaties negatief beïnvloeden.
Om dergelijke situaties zo goed mogelijk te voorkomen en aan te pakken is het belangrijk om binnen de organisatie een intern beleid uit te werken rond deze thematiek.

Doelstellingen

Na afloop van deze begeleiding zal het bedrijf beschikken over een intern beleid rond preventie en aanpak van verslaving, waarmee elke medewerker de gepaste tools in handen krijgt en zich de interne regels in geval van probleemsituaties eigen kan maken.

Inhoud

Stuurgroep:

Onze preventieadviseurs helpen u bij het opstellen en uitvoeren van een dergelijk beleid door een stuurgroep te organiseren die bestaat uit sleutelfiguren van het bedrijf en vertegenwoordigers van **Cohezio** (preventieadviseur - psychosociale aspecten, ergonoom). Als u rond deze problematiek al een intern beleid op dit gebied hebt opgesteld, kunnen onze preventieadviseurs u advies geven over de inhoud en tips geven voor de uitvoering ervan.

Sensibilisering van het personeel:

Eens het beleid uitgewerkt en goedgekeurd is, kunnen sensibiliseringssessies voor het personeel georganiseerd worden om:

> het personeel informatie te geven over de inhoud van het beleid;
> informatie te verschaffen over de verschillende types verslavingen, rond afhankelijkheid, gewenning en codependentie;
> het verschil toe te lichten tussen occasioneel en gevaarlijk gebruik;
> te sensibiliseren rond de gevolgen op professioneel, fysiek, sociaal en gedagsniveau.

Sensibilisering van de hiërarchische lijn:

Er kunnen ook sessies rond sensibilisering voor leden van de hiërarchische lijn worden georganiseerd. Die beogen hetzelfde als de sessies voor het personeel, maar zijn meer gericht op de rol van de manager: hoe kunnen zij preventief handelen, hoe kunnen zij ingrijpen (persoonlijk gesprek met de werknemer die moeilijkheden ondervindt) en hoe kunnen zij ondersteuning bieden?

Dienstverlener

De preventieadviseur-psychosociale aspecten van **Cohezio**.

Praktische informatie

Voor de interventie wordt een forfaitaire prijs berekend naargelang de specifieke noden op het vlak van begeleiding.

Voor meer informatie betreffende deze dienst mag u steeds contact opnemen met uw contactpersoon binnen Cohezio. U kan ons ook steeds contacteren op ons algemeen nummer 02 533 74 11 of via info@cohezio.be.

REF. psy_20/D/032

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 66 26/03/24 14:19

Dienst

Begeleiding bij het uitwerken en het uitvoeren van een beleid rond de aanpak van agressie



Spanning, frustratie, woede,… het behoort steeds vaker tot de realiteit van sommige functies. Dit soort gevoelens kunnen de aanleiding vormen voor agressief gedrag door derden, van psychologische en/of fysieke aard. We hebben het dan over verbale en/of fysieke agressie. Om dergelijke situaties zo goed mogelijk te voorkomen en aan te pakken is het belangrijk om binnen de organisatie een specifiek intern beleid uit te werken rond preventie van en omgaan met agressie op het werk.

Doelstellingen

Na afloop van deze begeleiding zal het bedrijf beschikken over een intern beleid rond preventie en aanpak van agressie, waarmee elke medewerker de gepaste tools in handen krijgt en zich de interne regels in geval van agressie eigen kan maken.

Inhoud

> **Stuurgroep:** Onze preventieadviseurs helpen u bij het opstellen en uitvoeren van een dergelijk beleid door een stuurgroep te organiseren die bestaat uit sleutelfiguren van het bedrijf en vertegenwoordigers van **Cohezio** (preventieadviseur - psychosociale aspecten, ergonoom). Naast de vergaderingen van de stuurgroep kunnen ook observatieperiodes van de werkomgeving door onze gespecialiseerde preventieadviseurs worden georganiseerd, om het beleid zo goed mogelijk te kunnen afstemmen op de realiteit van het terrein. Als u rond deze problematiek al een intern beleid hebt opgesteld, kunnen onze preventieadviseurs u advies en aanbevelingen geven voor de uitvoering ervan.

> **Sensibilisering van het personeel:** Eens het beleid uitgewerkt is, kunnen sensibiliseringssessies voor het personeel worden georganiseerd om:
  > het personeel informatie te geven over de inhoud van het beleid;
  > informatie te verschaffen over de oorzaken en gevolgen van de agressie;
  > medewerkers te sensibiliseren rond de communicatietechnieken die helpen agressie te voorkomen of agressief gedrag te neutraliseren;
  > mensen bewust te maken van hun eigen reacties tegenover agressie, via praktijkoefeningen.

> **Sensibilisering van de hiërarchische lijn:** Er kunnen ook sensibiliseringssessies voor leden van de hiërarchische lijn worden georganiseerd. Die beogen hetzelfde doel als de sessies voor het personeel, maar zijn meer gericht op de rol van de manager: hoe kan die preventief handelen, ingrijpen en ondersteuning bieden?

Dienstverlener

De preventieadviseur-psychosociale aspecten van **Cohezio**.

Praktische informatie

Voor de interventie wordt een forfaitaire prijs berekend naargelang de specifieke noden op het vlak van begeleiding.

Voor meer informatie betreffende deze dienst mag u steeds contact opnemen met uw contactpersoon binnen Cohezio. U kan ons ook steeds contacteren op ons algemeen nummer 02 533 74 11 of via info@cohezio.be.

REF. psy_23/D/322

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 67 26/03/24 14:19

Dienst

Begeleiding van bedrijven bij een mogelijk traumatiserende gebeurtenis



Waren uw medewerkers getuige van een schokkende - mogelijk traumatiserende - gebeurtenis op de werkplaats (een overlijden, een arbeidsongeval, intern of extern geweld, enz.)?

Cohezio is er om u te helpen de risico's op negatieve gevolgen voor de werknemers en voor de organisatie te voorkomen en de schade die eruit kan voortvloeien, te beperken.

Doelstellingen

> **Begeleiding bij de opstelling van een intern beleid voor het omgaan met mogelijk traumatiserende gebeurtenissen (primaire preventie)**
> **Advies aan het management over de manier om met dit soort situaties om te gaan**
> **Individuele en/of collectieve begeleiding van werknemers in een situatie van lijden na de blootstelling aan een dergelijke gebeurtenis**

Inhoud

Preventief, dus vóór elke mogelijk traumatiserende gebeurtenis, kunnen er preventiemaatregelen worden genomen met de hulp van de experten van **Cohezio**.

> Sensibilisering van de hiërarchische lijn, de werkgever en de aanspreekpunten over de mogelijk traumatiserende gebeurtenissen, de gevolgen ervan voor de individuen en de organisatie, de manier van reageren ten opzichte van de betrokken werknemers (rechtstreeks of onrechtstreeks betrokken) en heel de organisatie.

> Opstelling van een interventieplan waarin de rollen van iedereen vooraf worden bepaald.

Indien er reeds een mogelijk traumatiserende gebeurtenis heeft plaatsgevonden, staan de experten van **Cohezio** voor u klaar.

> Op het ogenblik van de gebeurtenis bieden onze experten advies aan de werkgever/de hiërarchische lijn i.v.m. het intern beheer van de gebeurtenis.

> Kort na de gebeurtenis (verwerkingsperiode) voeren onze experten gepaste collectieve en/of individuele interventies uit met de werknemers die rechtstreeks of onrechtstreeks betrokken waren.

Dienstverlener

De preventieadviseur-psychosociale aspecten van **Cohezio**.

Praktische informatie

Psychosociaal secretariaat:
NL 02 533 74 44
FR 02 533 74 88
DE 02 533 98 77

Voor meer informatie betreffende deze dienst mag u steeds contact opnemen met uw contactpersoon binnen Cohezio. U kan ons ook steeds contacteren op ons algemeen nummer 02 533 74 11 of via info@cohezio.be.

REF. psy_20/D/037

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 68 26/03/24 14:19

Dienst

Psychosociaal probleem op het werk: individuele psychosociale interventie



Overbelasting, pesterijen en ongewenst gedrag, geweld, stress, conflicten, burn-out, enz.: de gevallen van psychosociale problemen op het werk zijn steeds talrijker in België. De oorzaken variëren en stapelen zich over het algemeen op tot complexe individuele problematieken. In de Belgische wetgeving worden al die problemen "psychosociale risico's" genoemd.
De preventieadviseurs-psychosociale aspecten van **Cohezio** zijn er om werknemers in een situatie van lijden op het werk te begeleiden.

Doelstellingen

Elke werknemer die meent te worden blootgesteld aan psychosociale risico's, kan een afspraak vragen met een preventieadviseur-psychosociale aspecten.

Die persoon:
- **vangt de werknemer op in alle vertrouwelijkheid;**
- **biedt de werknemer een luisterend oor en een veilige omgeving om over zijn situatie te praten;**
- **geeft de werknemer raad;**
- **overweegt samen met de werknemer de verschillende actiemogelijkheden om zijn problematische situatie op te lossen;**
- **behandelt het verzoek van de werknemer geheel onpartijdig.**

Het is de bedoeling de werknemer te helpen een duidelijker beeld te krijgen van zijn arbeidssituatie en oplossingen te bedenken.

Inhoud

De behandeling van een verzoek tot individuele psychosociale interventie verloopt in drie stappen.

- De werknemer die meent te maken te hebben met psychosociale risico's, neemt contact op met **Cohezio**.
- Een eerste gesprek met de preventieadviseur-psychosociale aspecten wordt georganiseerd. Voelt de werknemer naar aanleiding daarvan de behoefte om verder te gaan, dan heeft hij of zij de mogelijkheid tot het opstarten van:
  - **ofwel een verzoek tot informele psychosociale interventie,**
  - **ofwel een verzoek tot formele psychosociale interventie.**

Dienstverlener

De preventieadviseur-psychosociale aspecten van **Cohezio**.

Praktische informatie

Psychosociaal secretariaat:
NL 02 533 74 44
FR 02 533 74 88
DE 02 533 98 77

Voor meer informatie betreffende deze dienst mag u steeds contact opnemen met uw contactpersoon binnen Cohezio. U kan ons ook steeds contacteren op ons algemeen nummer 02 533 74 11 of via info@cohezio.be.

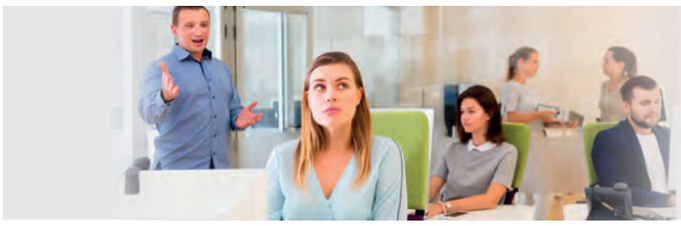
REF. psy_20/D/038

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 69 26/03/24 14:19

Dienst

Begeleiding van de manager van een team in moeilijkheden



Elk team kan op een dag te maken krijgen met een crisissituatie, die verschillende oorzaken en gevolgen kan hebben: reorganisatie, conflict, personeelsverloop en/of een hoge mate van absenteïsme, enz. De manager zal dan een cruciale rol hebben in het omgaan met die situatie. Om dat met succes te doen, bieden we u een begeleiding op maat en reiken we u nieuwe tools aan.

Doelstellingen

Die begeleiding biedt de verantwoordelijke van een team in crisis ondersteuning, advies en tools.

De bedoeling is om die persoon te helpen de situatie te analyseren, de crisis te beheren en die te overwinnen.

Het verwerven van nieuwe vaardigheden zal de manager bovendien helpen om in de toekomst gelijkaardige problemen te vermijden.

Inhoud

> Vergadering voor een analyse van de situatie en opstelling van een begeleidingsplan (geval per geval, afhankelijk van de complexiteit van de situatie).

> Tijdens persoonlijke gesprekken zal de preventieadviseur-psychosociale aspecten de persoon van de hiërarchische lijn helpen de elementen te begrijpen die tot deze situatie hebben geleid en zich bewust te worden van zijn eigen reacties ten opzichte van de moeilijkheden waarmee hij wordt geconfronteerd. Er zal ook worden nagedacht over de beste manier om de situatie aan te pakken en te overwinnen. De manager zal een aantal tools krijgen die hem zullen helpen zo goed mogelijk om te gaan met de situatie en te vermijden dat die situatie zich opnieuw voordoet.

> In de loop van het proces kunnen tussentijdse vergaderingen worden gehouden om, indien nodig, het begeleidingsplan te evalueren.

> Op het einde van de begeleidingsopdracht van de preventieadviseur-psychosociale aspecten zal een afsluitende vergadering plaatsvinden.

Voor wie?

Iedereen met een leidinggevende functie, die een team of een project leidt.

Dienstverlener

De preventieadviseur-psychosociale aspecten van **Cohezio**.

Praktische informatie

Duur: af te spreken, afhankelijk van de complexiteit van de situatie.

Contact - Psychosociaal secretariaat:
NL 02 533 74 44
FR 02 533 74 88
DE 02 533 98 77

Voor meer informatie betreffende deze dienst mag u steeds contact opnemen met uw contactpersoon binnen Cohezio. U kan ons ook steeds contacteren op ons algemeen nummer 02 533 74 11 of via info@cohezio.be.

REF. psy_20/D/335

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 70 26/03/24 14:19

Dienst

Begeleiding van een team in crisis



Elk team kan op een dag te maken krijgen met een crisissituatie, die verschillende oorzaken en gevolgen kan hebben: reorganisatie, conflict, personeelsverloop en/of een hoge mate van absenteïsme, enz. Een begeleiding van heel het team kan dan noodzakelijk zijn om zich opnieuw goed te voelen op het werk.

Doelstellingen

Door middel van een aantal (individuele en/of collectieve) contactmomenten zal de preventieadviseur-psychosociale aspecten het team begeleiden om te begrijpen welke elementen tot de crisissituatie of de situatie van lijden hebben geleid, en welke de onderliggende mechanismen zijn.

De bedoeling is om te komen tot concrete acties die het mogelijk maken om samen een uitweg uit de crisis te vinden.

Inhoud

> Vergadering voor een analyse van de situatie, in aanwezigheid van een vertegenwoordiger van de werkgever en de manager van het team in kwestie. Het doel van die vergadering wordt het identificeren van de huidige situatie en de doelstellingen van het management en het opstellen van een begeleidingsplan.

> Er zullen verschillende collectieve en/of individuele contactmomenten worden georganiseerd (de hoeveelheid en regelmaat van die vergaderingen zal afhangen van de complexiteit van de situatie). Er zullen probleemoplossende tools worden gebruikt om de communicatie te vergemakkelijken, de creativiteit bij het zoeken naar oplossingen te bevorderen en te komen tot concrete acties om een uitweg te vinden uit de moeilijke situatie.

> Halverwege zal er een vergadering worden georganiseerd tussen de preventieadviseur-psychosociale aspecten en de personen die aanwezig waren tijdens de eerste vergadering, om het proces te evalueren.

> Op het einde van de begeleidingsopdracht van de preventieadviseur-psychosociale aspecten zal een afsluitende vergadering plaatsvinden met alle betrokkenen.

Voor wie?

Voor elk team in een situatie van lijden.

Dienstverlener

De preventieadviseur-psychosociale aspecten van **Cohezio**.

Praktische informatie

Duur: af te spreken, afhankelijk van de complexiteit van de situatie (gemiddeld 5 tot 6 contactmomenten/vergaderingen).
Contact - Psychosociaal secretariaat:
NL 02 533 74 44
FR 02 533 74 88
DE 02 533 98 77

Voor meer informatie betreffende deze dienst mag u steeds contact opnemen met uw contactpersoon binnen Cohezio. U kan ons ook steeds contacteren op ons algemeen nummer 02 533 74 11 of via info@cohezio.be.

REF. psy_20/D/336

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 71 26/03/24 14:19

Dienst

Sensibilisering van het management op het vlak van crisisbeheer



Elk bedrijf kan op een dag te maken krijgen met een ongeziene crisissituatie. Dat kan gevolgen hebben voor de personen die ermee worden geconfronteerd, zowel op persoonlijk als op professioneel vlak.
De crisis kan zich afspelen buiten het bedrijf of de instelling, maar kan er wel een effect op hebben (bv. covid, overstroming, brand, aanslagen, treinongeval, enz.). Of het kan gaan om een interne crisis (fusie, herstructurering, ernstig ongeval, enz.).
De ondersteunende en begeleidende rol van de manager is dan belangrijker dan ooit. Om de leden van de hiërarchische lijn daartoe zo goed mogelijk uit te rusten, bieden we een specifieke sensibilisatiesessie aan over de rol van het management in tijden van crisis.

Doelstellingen

Die sensibilisatie zal de managers in staat stellen om de specifieke psychosociale risico's in de context van een crisis beter te begrijpen, zodat ze over de tools beschikken om die risico's te voorkomen, op te sporen en te beheersen.

We bieden praktische hulpmiddelen om de teamgeest te behouden, bij te dragen tot het welzijn van de medewerkers en te reageren op angstige reacties.

Inhoud

> De specifieke psychosociale risico's van een bepaalde crisisperiode.

> De rol van het management tijdens een crisisperiode.

> Het belang van de communicatie in een crisisperiode.

> Hoe kan ik bijdragen tot het welzijn van mijn medewerkers tijdens een crisisperiode?

> Hoe kan ik mijn medewerkers begeleiden in een nieuwe context?

Voor wie?

Iedereen met een leidinggevende functie, die een team of een project leidt.

Dienstverlener

De preventieadviseur-psychosociale aspecten van **Cohezio**.

Praktische informatie

Duur: 2 uur.
Plaats: als webinar of als fysiek contactmoment

Contact - Psychosociaal secretariaat:
FR 02 533 74 88
NL 02 533 74 44
DE 02 533 98 77

Voor meer informatie betreffende deze dienst mag u steeds contact opnemen met uw contactpersoon binnen Cohezio. U kan ons ook steeds contacteren op ons algemeen nummer 02 533 74 11 of via info@cohezio.be.

REF. psy_20/D/337

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 72 26/03/24 14:19

Dienst

Begeleiding bij de invoering van een leeftijdsbewust beleid in de onderneming (CAO 104)



Elke onderneming met meer dan 20 werknemers is verplicht om een werkgelegenheidsplan op te stellen met betrekking tot de tewerkstelling van werknemers van 45 jaar en ouder (CAO 104 van 27 juni 2012). Dat plan moet elk jaar geëvalueerd worden.
Cohezio biedt begeleiding bij het opstellen en/of jaarlijks evalueren van dit interne beleid.

Doelstellingen

De bedoeling van deze begeleiding is om de werkgever (stuurcomité) te helpen rekening te houden met alle elementen die in zo'n beleid moeten worden opgenomen en expertise te bieden bij alle vragen die kunnen ontstaan tijdens de opstelling en/of evaluatie van het plan.

Het uiteindelijke doel van zo'n beleid is het uitwerken van ondernemingsspecifieke maatregelen om het aantal werknemers van 45 jaar of ouder te behouden of te verhogen.

Inhoud

> Wettelijke bepalingen.

> Inhoud van een werkgelegenheidsplan.

> Mogelijke preventiemaatregelen op het vlak van human resources, ergonomie, psychosociale aspecten, rekening houdend met de (individuele) mogelijkheden van de werknemer.

> Voorbeelden van goede praktijken.

Voor wie?

Iedereen die betrokken is bij de uitwerking van een werkgelegenheidsplan (werkgever, hr-dienst, preventieadviseurs in de verschillende domeinen, vakbondsafvaardiging, enz.).

Dienstverlener

Een preventieadviseur-psychosociale aspecten van **Cohezio**.
Er kan ook een beroep worden gedaan op een ergonoom van **Cohezio**.

Praktische informatie

Duur: Af te spreken, afhankelijk van de behoeften van de onderneming of instelling.

Plaats: De sessie kan zowel plaatsvinden in uw bedrijf als in ons opleidingscentrum.

Niet gevonden wat u zocht in deze selectie van ons aanbod?
Wij helpen u graag verder. Academy • 02 289 68 25 • academy@cohezio.be

REF. psy_23/D/321

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 73 26/03/24 14:19

Dienst

Begeleiding bij het uitwerken en het invoeren van een deconnectiebeleid



Met de komst van digitale communicatiemiddelen en hybride werken is het nu mogelijk om overal en altijd te werken. De grens tussen werk en privé is vervaagd. Toch is een zekere begrenzing noodzakelijk voor het mentale welzijn en de productiviteit van de werknemers.
Deconnectie is vandaag de dag een zeer actueel thema geworden en een duidelijk en efficiënt deconnectiebeleid is dan ook meer dan ooit noodzakelijk. Sinds 1 april 2023 moeten alle organisaties met ten minste 20 werknemers de modaliteiten van dit recht op deconnectie vastleggen.

Doelstellingen

> **Na afloop van deze begeleiding zal de onderneming beschikken over een intern deconnectiebeleid, waarmee elke medewerker weet wat hij of zij kan toepassen en waarmee ook duidelijk is welke interne regels rond deze thematiek gelden.**

Inhoud

Stuurgroep:

> Onze preventieadviseurs helpen u bij het opstellen en uitvoeren van een dergelijk beleid door een stuurgroep te organiseren die bestaat uit sleutelfiguren van het bedrijf en vertegenwoordigers van Cohezio (preventieadviseur - psychosociale aspecten, ergonoom).
> Als u hiervoor al een intern beleid hebt opgesteld, kunnen onze preventieadviseurs u advies geven over de inhoud en aanbevelingen doen voor de uitvoering ervan.

Sensibilisering van het personeel:

Eens het beleid uitgewerkt en goedgekeurd is, kunnen sensibiliseringssessies voor het personeel georganiseerd worden om:

> de personeelsleden te informeren over de inhoud en de context van het deconnectiebeleid;
> informatie te verschaffen over de uitdagingen en de risico's;
> tips aan te reiken over wat concreet kan ingevoerd worden.

Dienstverlener

Een preventieadviseur-psychosociale aspecten van **Cohezio.**

Praktische informatie

Voor de interventie wordt een forfaitaire prijs berekend naargelang de specifieke noden op het vlak van begeleiding.

Niet gevonden wat u zocht in deze selectie van ons aanbod?
Wij helpen u graag verder. Academy • 02 289 68 25 • academy@cohezio.be

REF. psy_23/D/323

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 74 26/03/24 14:19

Dienst

Psychosociale check-up



Wij willen het gezondheidskapitaal van uw werknemers optimaliseren. Wanneer gezondheidsproblemen vroegtijdig worden opgespoord, kan de duur en de ernst ervan immers behoorlijk worden beperkt. Zorgen voor het welzijn en de fysieke en mentale gezondheid van de werknemers is vandaag noodzakelijk.
De psychosociale check-up is een unieke dienst, aangeboden door **Experconsult**. Welk bedrijf wordt tegenwoordig niet geconfronteerd met stress, burn-out en andere problemen van die aard? Het bedrijf heeft er alle belang bij om werkonderbrekingen die te wijten zijn aan stress of psychosociale problemen, van een groep of zelfs van een individu, zoveel mogelijk te vermijden.

De psychosociale check-up wordt georganiseerd in VOLLEDIGE vertrouwelijkheid met de medewerker. Er zal een gesprek van een uur worden georganiseerd met een van onze psychologen.

Met de psychosociale check-up innoveert **Experconsult** ten dienste van de personen en van het bedrijf. Hoe sneller de problemen bekend zijn, hoe sneller het mogelijk wordt voor de medewerker om er zelf wat aan te doen.

De psychosociale check-up dient niet ter vervanging van het interne beleid voor de preventie van psychosociale risico's, dat nog steeds verplicht blijft voor elk bedrijf dat actief is in België. Wél is het een mooie manier om de medewerkers af en toe bewust te maken van hun grenzen, en heeft het enkel als doel hen te helpen om duidelijkheid te krijgen en om indien nodig de gepaste maatregelen te nemen.

Doelstellingen

> **De gezondheid en het welzijn van de werknemers promoten, op individueel en collectief niveau.**

> **De risicofactoren en de individuele gezondheidsproblemen opsporen.**

> **Het risico op burn-out vermijden.**

Inhoud

> Opsporing van de risicofactoren met behulp van een psychologische vragenlijst.

> Opsporing van de psychosociale problemen met behulp van een gesprek met een psycholoog.

> Individueel verslag voor elke onderzochte persoon.

Dienstverlener

Psychologen.

Praktische informatie

Duur van het gesprek: 1 uur.

De psychosociale check-up kan worden gekozen als aanvulling op de medische check-up. Hij maakt integraal deel uit van de check-up EXPERT.

Niet gevonden wat u zocht in deze selectie van ons aanbod?
Wij helpen u graag verder. Experconsult • 02 542 10 30 • experconsult@experconsult.be

REF. exp_20/D/219

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 75 26/03/24 14:19

Dienst

Selectie van de vertrouwenspersonen



Elk bedrijf heeft de mogelijkheid om één of meer vertrouwenspersonen aan te duiden. De vertrouwenspersoon heeft als opdracht bij te dragen tot de preventie van psychosociale risico's op het werk, door op verzoek werknemers op te vangen en hen een luisterend oor en ondersteuning te bieden.

De preventieadviseurs-psychosociale aspecten van **Cohezio** zijn er om u te begeleiden bij de verschillende stappen van de selectie, opleiding en de supervisie van vertrouwenspersonen, zodat uw onderneming de wettelijke verplichting voor de aanuiding van een vertrouwenspersoon naleeft.

Doelstellingen

De preventieadviseurs-psychosociale aspecten begeleiden het bedrijf of de instelling bij alle stappen op het vlak van de selectie en de aanduiding van vertrouwenspersonen.

Inhoud

De selectie van één of meer vertrouwenspersonen is een weloverwogen beslissing en de aanduiding van de vertrouwenspersoon dient in de best mogelijke omstandigheden te gebeuren. Daarom moet er rekening worden gehouden met verschillende stappen:

> de oprichting van een stuurcomité,

> de oproep tot kandidaatstelling,

> de screening van de kandidaturen,

> de selectieproef,

> de afronding van de selectie in het stuurcomité,

> de voorstelling in het preventiecomité,

> de afsluitende vergadering van het stuurcomité.

Dienstverlener

De preventieadviseur-psychosociale aspecten van **Cohezio**.

Praktische informatie

Voor de interventie wordt een forfaitaire offerte opgesteld, bepaald op basis van de specifieke behoeften op het vlak van begeleiding.

Voor meer informatie betreffende deze dienst mag u steeds contact opnemen met uw contactpersoon binnen Cohezio. U kan ons ook steeds contacteren op ons algemeen nummer 02 533 74 11 of via info@cohezio.be.

REF. psy_20/D/031

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 76 26/03/24 14:19

Basisopleiding

Vertrouwenspersoon



In het kader van het interne beleid inzake welzijn op het werk heeft elke werkgever de mogelijkheid om één of meer vertrouwenspersonen aan te duiden die zullen fungeren als eerste aanspreekpunt in het kader van preventie en beheer van de psychosociale risico's op het werk.
Wanneer er vertrouwenspersonen worden aangeduid, dient de werkgever erop toe te zien dat zij binnen de twee jaar na hun aanstelling beschikken over de vereiste vaardigheden en kennis voor het uitvoeren van hun opdrachten.
De opleiding die **Cohezio** verstrekt, laat de vertrouwenspersonen toe om te voldoen aan de wettelijke voorschriften, zo goed mogelijk het kader van hun opdrachten te begrijpen en vaardigheden te ontwikkelen om gepast te reageren op moeilijke situaties op het werk.

Doelstellingen

Deze opleiding heeft tot doel deelnemers de nodige kennis en vaardigheden bij te brengen om iemand van hun bedrijf op te vangen wanneer die te maken krijgt met moeilijkheden op het werk (conflict, pesterijen of ongewenst seksueel gedrag, stress, enz.). Ze leren hoe ze die persoon een luisterend oor kunnen bieden en hem of haar kunnen begeleiden. Dankzij deze opleiding zullen deelnemers in staat zijn om ondersteunende gesprekken en verzoeningsgesprekken te voeren.

Inhoud

> **Module 1**: Wettelijk kader van de rol en het statuut van de vertrouwenspersoon (actoren op het vlak van preventie, informele en formele wettelijke procedures/ interne en externe procedures, deontologie, enz.).
> **Module 2**: Psychosociale risico's op het werk: stress, burn-out, conflicten, kritische incidenten, verslavingen, de arbeidsorganisatie, de arbeidsinhoud, de arbeidsvoorwaarden, de arbeidsomstandigheden, de interpersoonlijke relaties op het werk, geweld, pesterijen en ongewenst seksueel gedrag op het werk, enz.).
> **Module 3**: Psychosociale interventies: gesprekstechnieken (technieken voor opvang, voor het bieden van een luisterend oor, voor efficiënte communicatie, strategieën voor het oplossen van probleemsituaties, bijsturing, enz.).
> **Module 4**: Psychosociale interventies: omgaan met probleemsituaties (technieken voor conflictbeheersing, interventie bij een derde, verzoening, enz.).

Na afloop van de opleiding worden de opgeleide vertrouwenspersonen die dit wensen, opgenomen in het opvolgingsnetwerk van bijscholing van **Cohezio** (supervisie).

Voor wie?

Vertrouwenspersonen zoals bedoeld in de codex over welzijn op het werk.
Vertrouwenspersonen zoals bedoeld in vorige wetgevingen en die nog geen opleiding gevolgd hebben om deze functie te kunnen uitoefenen.

Trainer

De preventieadviseur-psychosociale aspecten van **Cohezio**.

Gebruikte methode

Tijdens de opleiding wisselen theorie, praktijk, denkoefeningen, werkgroepen en rollenspelen elkaar af. De opleiding vertrekt vanuit de concrete ervaring van de deelnemers en is rond deze thema's opgebouwd volgens een interactief werkmodel, wat een actieve medewerking van de deelnemers met zich meebrengt.

Praktische informatie

Duur: 5 dagen.
Van 8 maximaal 12 personen.

Verplichte deelname aan alle dagen, tijdens eenzelfde sessie.

Plaats: de sessie kan zowel plaatsvinden in uw bedrijf als in ons opleidingscentrum.

Niet gevonden wat u zocht in deze selectie van ons aanbod?
Wij helpen u graag verder. Băo academy • 02 289 68 25 • info@baoacademy.be

REF. psy_20/O/310

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 77 26/03/24 14:19

Bijscholing / Supervisie

Vertrouwenspersoon



De permanente vorming van een vertrouwenspersoon vormt een belangrijke schakel bij het voorkomen en aanpakken van psychosociale belasting in uw onderneming of instelling. Deze bijscholing wordt georganiseerd na de basisopleiding voor vertrouwenspersonen en biedt deelnemers de mogelijkheid om stil te staan bij het eigen handelen in de praktijk en na te denken over de situaties die ze mogelijk hebben meegemaakt.

Doelstellingen

De bijscholing heeft als doel een verdieping van de kennis en een optimalisatie van de vaardigheden van de vertrouwenspersonen.

Het uitwisselen van ervaringen krijgt ook een plaats in een sfeer van vertrouwelijkheid. Dat biedt de vertrouwenspersonen ook de mogelijkheid om te netwerken.

Inhoud

De dagorde ligt op voorhand vast maar kan aangepast worden op basis van de verwachtingen van de deelnemers.

In het algemeen verloopt de opleiding als volgt:

> uitwisselen van ervaringen;

> uitdiepen van bepaalde thema's;

> bespreken van gevalstudies (per twee);

> verder inoefenen van gespreksvaardigheden;

> netwerken.

Voor wie?

Vertrouwenspersonen die een basisopleiding hebben gevolgd.

Trainer

De preventieadviseur-psychosociale aspecten van **Cohezio**.

Gebruikte methode

Tijdens de opleiding wisselen theorie, praktijk, denkoefeningen, werkgroepen en rollenspelen elkaar af. De opleiding vertrekt vanuit de concrete ervaring van de deelnemers en is rond deze thema's opgebouwd volgens een interactief werkmodel, wat een actieve medewerking van de deelnemers met zich meebrengt.

Praktische informatie

Duur: 1 halve dag tot 1 dag.
Max. 12 personen.

Plaats: de sessie kan zowel plaatsvinden in uw bedrijf als in ons opleidingscentrum.

Niet gevonden wat u zocht in deze selectie van ons aanbod?
Wij helpen u graag verder. Băo academy • 02 289 68 25 • info@baoacademy.be

REF. psy_20/O/311

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 78 26/03/24 14:19

Opleiding – Sensibilisering van de hiërarchische lijn

Preventie van psychosociale risico's op het werk



Elke werkgever is wettelijk verplicht om alle leden van de hiërarchische lijn te informeren over de interne procedures die in het kader van de preventie van psychosociale risico's werden ingevoerd binnen het bedrijf of de instelling.
Door de organisatie van sensibilisatiesessies kunnen de deelnemers niet alleen vertrouwd raken met de wetgeving over psychosociale risico's, maar ook hun verantwoordelijkheden als lid van de hiërarchie leren kennen en leren hoe ze het preventiebeleid van hun werkgever mee kunnen ondersteunen.

Doelstellingen

> **De bedoeling van de sensibilisatiesessies is om de deelnemers de nodige kennis aan te reiken over de wetgeving rond preventie van psychosociale risico's (waaronder geweld, pesterijen, ongewenst seksueel gedrag en conflicten).**

> **De leden van de hiërarchie zullen ook kennis verwerven over hun wettelijke verplichtingen op het vlak van preventie van psychosociale risico's.**

Inhoud

> Uitleg over psychosociale risico's en aanverwante fenomenen en over de gevolgen ervan voor de betrokkenen en voor de organisatie.

> Beschrijving van de actoren op het vlak van preventie.

> Verduidelijking van ieders wettelijke verplichtingen, met de nadruk op de verplichtingen van de leden van de hiërarchische lijn.

> Uitleg over de procedures die kunnen worden overwogen om te proberen een probleemsituatie op te lossen: interne procedure (informeel en formeel) en externe procedure.

Voor wie?

> Werkgevers.
> Leden van de hiërarchische lijn.

Trainer

De preventieadviseur-psychosociale aspecten van **Cohezio**.

Gebruikte methode

De sensibilisatie is gebaseerd op een afwisseling tussen theoretische toelichting enerzijds en voorbeelden en illustraties uit de praktijk op het terrein anderzijds, om de interactiviteit te bevorderen.

Praktische informatie

Duur: 1 halve dag. Max. 15 personen.

Plaats: de sessie kan zowel plaatsvinden in uw bedrijf als in ons opleidingscentrum.

Niet gevonden wat u zocht in deze selectie van ons aanbod?
Wij helpen u graag verder. Băo academy • 02 289 68 25 • info@baoacademy.be

REF. psy_20/O/313

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 79 26/03/24 14:19

Opleiding – Sensibilisering van het personeel

Preventie van psychosociale risico's op het werk



Elke werkgever is wettelijk verplicht om al zijn medewerkers te informeren over de interne procedures die in het kader van de preventie van psychosociale risico's werden ingevoerd binnen het bedrijf of de instelling.
Door de organisatie van sensibilisatiesessies kunnen de deelnemers niet alleen vertrouwd raken met de wetgeving over psychosociale risico's, maar ook leren hoe ze het preventiebeleid van hun werkgever mee kunnen ondersteunen.

Doelstellingen

> **De bedoeling van de sensibilisatiesessies is om de deelnemers de nodige kennis aan te reiken over de wetgeving rond preventie van psychosociale risico's (waaronder geweld, pesterijen, ongewenst seksueel gedrag en conflicten).**

Inhoud

> Uitleg over psychosociale risico's en aanverwante fenomenen en over de gevolgen ervan voor de betrokkenen en voor de organisatie.

> Beschrijving van de actoren op het vlak van preventie.

> Verduidelijking van de wettelijke verplichtingen van iedereen (werkgever, hiërarchie, werknemers).

> Uitleg over de procedures die kunnen worden overwogen om te proberen een probleemsituatie op te lossen: interne procedure (informeel en formeel) en externe procedure.

Voor wie?

Alle werknemers van de organisatie.

Trainer

De preventieadviseur-psychosociale aspecten van **Cohezio**.

Gebruikte methode

Deze sensibilisatie is gebaseerd op een theoretische toelichting, voorbeelden en illustraties uit de praktijk op het terrein, om de interactiviteit te bevorderen.

Praktische informatie

Duur: 1 halve dag. Max. 50 personen.

Plaats: de sessie kan zowel plaatsvinden in uw bedrijf als in ons opleidingscentrum.

Niet gevonden wat u zocht in deze selectie van ons aanbod?
Wij helpen u graag verder. Băo academy • 02 289 68 25 • info@baoacademy.be

REF. psy_20/O/314

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 80 26/03/24 14:19

Opleiding – Sensibilisering van het management

Verslavingen: beter begrijpen om beter aan te pakken



De problematiek rond verslaving op het werk, of het nu gaat om het gebruik van alcohol, drugs, medicijnen of andere middelen, is vaak nog steeds een taboe binnen een bedrijf of instelling.
Toch kan eender welke vorm van verslaving het werk en de werkrelaties negatief beïnvloeden. Daarom is het essentieel de juiste vragen te stellen, een passend intern beleid op te zetten en alle personeelsleden te informeren en te sensibiliseren.

Doelstellingen

> **Met deze opleiding willen we de hiërarchische lijn sensibiliseren rond de problematiek van verslaving en de daaraan verbonden risico's en gevolgen.**

> **Deze opleiding biedt managers ook informatie over de rol die zij hierbij kunnen spelen en over het implementeren van het interne beleid rond verslaving.**

Inhoud

> Beschrijving van de verschillende soorten verslaving;

> Uitleg over afhankelijkheid, gewenning en codependentie;

> Verschil tussen occasioneel en gevaarlijk gebruik;

> Gevolgen op het werk, voor het bedrijf, op fysiek, sociaal en gedragsniveau;

> Uitleg over de rol van de hiërarchische lijn: vaststellen van het disfunctioneren, welke houding aan te nemen en welke acties kunnen genomen worden (persoonlijke gesprekken).

Voor wie?

> Werkgevers.
> Leden van de hiërarchische lijn.

Trainer

De preventieadviseurs-psychosociale aspecten van **Cohezio**. In samenwerking met een vertegenwoordiger van de werkgever die het interne beleid van het bedrijf en de rol van de hiërarchie moet toelichten.

Praktische informatie

Voor de interventie wordt een forfaitaire prijs berekend naargelang de specifieke noden op het vlak van begeleiding.

Niet gevonden wat u zocht in deze selectie van ons aanbod?
Wij helpen u graag verder. Academy • 02 289 68 25 • academy@cohezio.be

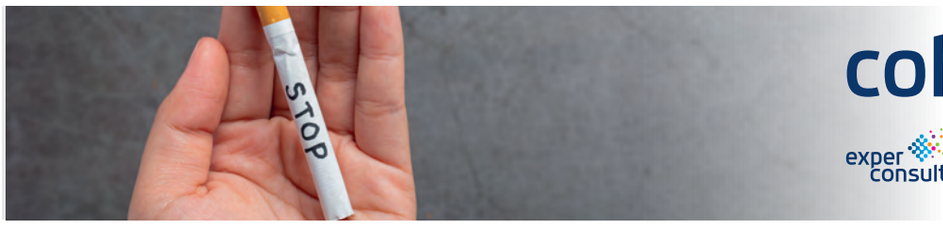
REF. psy_20/O/330

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 81 26/03/24 14:19

Opleiding – Sensibilisering van het personeel

Verslavingen: beter begrijpen om er beter mee om te gaan



Of het nu gaat over alcohol, drugs, geneesmiddelen of andere stoffen: verslaving op het werk blijft in de meeste gevallen een taboeonderwerp binnen een bedrijf of instelling.
Het kan echter negatieve gevolgen hebben voor de goede uitvoering van het werk en voor de werkrelaties. Daarom is het essentieel om de juiste vragen te stellen, een passend intern beleid in te voeren en alle personeelsleden hierover te informeren en te sensibiliseren.

Doelstellingen

> **Het doel van deze opleiding is de personeelsleden te sensibiliseren rond de thematiek van verslaving en de mogelijke risico's en gevolgen ervan.**

Inhoud

> Omschrijving van de verschillende types verslaving;

> Uitleg rond afhankelijkheid, verslaving en codependentie;

> Verschil tussen occasioneel en gevaarlijk gebruik;

> Gevolgen op professioneel vlak, voor de onderneming, op fysiek en sociaal vlak en op het vlak van gedrag.

Voor wie?

> Alle werknemers van de organisatie.

Trainer

De preventieadviseur-psychosociale aspecten van **Cohezio**. In samenwerking met een vertegenwoordiger van de werkgever die het interne beleid van het bedrijf en de rol van de hiërarchie zal voorstellen.

Praktische informatie

Voor de interventie wordt een forfaitaire offerte opgesteld, bepaald op basis van de specifieke behoeften op het vlak van begeleiding.

Niet gevonden wat u zocht in deze selectie van ons aanbod?
Wij helpen u graag verder. Academy • 02 289 68 25 • academy@cohezio.be

REF. psy_20/O/331

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 82 26/03/24 14:19

Opleiding – Preventie

Conflictbeheer op het werk



Spanningen, meningsverschillen en conflicten met collega's zijn voor sommige mensen dagelijkse kost op het werk. Dergelijke situaties zorgen voor verzuurde werkrelaties, bijkomende psychosociale belasting en verminderde arbeidsmotivatie.
Het is essentieel om deze conflicten te beheren, voordat ze uit de hand lopen en er geen weg terug meer is.

Doelstellingen

Aan het einde van deze opleiding zullen de deelnemers in staat zijn om:

- **een conflict te analyseren en de mechanismen en dynamiek ervan te begrijpen,**
- **risicofactoren op te sporen die het ontstaan van een conflict kunnen bevorderen en die het conflict erger kunnen maken,**
- **de technieken voor conflictoplossing toe te passen die tijdens de opleiding aan bod kwamen.**

Inhoud

- Het begrip conflict: definitie van het concept, soorten conflicten, stadia van het conflict
- Zelfreflectie: hoe reageren wij op een conflict?
- Hoe reageer ik als hiërarchie op een conflict in mijn team? Gespreks- en verzoeningstechnieken
- Analyse van gevallen

Voor wie?

De leden van de hiërarchische lijn, de medewerkers van human resources, de Interne Dienst voor Preventie en Bescherming op het Werk.

Trainer

De preventieadviseur-psychosociale aspecten van **Cohezio**.

Gebruikte methode

De opleiding vertrekt vanuit de concrete ervaring van de deelnemers en bouwt hierop voort vanuit een interactief werkmodel, wat een actieve participatie van de deelnemers met zich meebrengt. Tijdens de opleiding wisselen theorie, praktijk, denkoefeningen, werkgroepen, analyse van gevallen en praktijkoefeningen elkaar af.

Praktische informatie

Duur: 1 halve dag tot 2 dagen. Max. 15 personen.

Plaats: de sessie kan zowel plaatsvinden in uw bedrijf als in ons opleidingscentrum.

Niet gevonden wat u zocht in deze selectie van ons aanbod?
Wij helpen u graag verder. Băo academy • 02 289 68 25 • info@baoacademy.be

REF. psy_20/O/318

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 83 26/03/24 14:19

Opleiding

Workshop stressmanagement



We krijgen allemaal wel eens te maken met spanning of stress.

Maar wat is stress eigenlijk? En welk effect heeft het op ons?

Iedereen heeft zo zijn of haar eigen strategieën om met stress om te gaan, met wisselend succes. Welke strategieën zijn er? En welke passen het best bij jou? In deze opleiding bekijken we mogelijkheden om je te helpen beter met je stress om te gaan.

Doelstellingen

> **Deelnemers leren de tekenen van stress bij zichzelf tijdig te herkennen en er op een constructieve manier mee om te gaan, zodat ze zich beter voelen op het werk.**

Inhoud

> Wat is stress? Inzicht in stressmechanismen en in de gevolgen van stress.

> Zelfevaluatie: hoe reageren we op stress? Hoe kijken we naar onze eigen manier om met stress om te gaan?

> We experimenteren met de verschillende mogelijke strategieën om ons stressniveau te verlagen en er beter mee om te gaan.

Voor wie?

Iedereen die graag meer wil leren over stress en over mogelijkheden om er beter mee om te gaan.

Trainer

De preventieadviseur-psychosociale aspecten van **Cohezio**.

Gebruikte methode

Onze methode combineert persoonlijke inbreng van de deelnemers (ieders ervaringen) met theorie en praktijkoefeningen.

Praktische informatie

Duur: afhankelijk van de vraag kunnen de workshops worden gegeven op 1 halve dag of op 1 dag. Max. 15 personen.
Deze workshops kunnen worden gekoppeld aan onze opleiding "Veerkracht – de positieve keerzijde van stressmanagement".

Plaats: de sessie kan zowel plaatsvinden in uw bedrijf als in ons opleidingscentrum.

Niet gevonden wat u zocht in deze selectie van ons aanbod?
Wij helpen u graag verder. Bão academy • 02 289 68 25 • info@baoacademy.be

REF. psy_20/O/323

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 84 26/03/24 14:19

Opleiding – Sensibilisering van het personeel

Preventie van burn-out



Stress en burn-out zijn niet meer weg te denken uit onze maatschappij.

Vooral burn-out is een thema dat steeds meer aandacht krijgt in de media, in het bijzonder sinds de Belgische wetgeving burn-out beschouwt als een uiting van psychosociale risico's op het werk.

Ondanks die overvloedige media-aandacht is er nog steeds onvoldoende kennis over burn-out en over de preventieve maatregelen die kunnen worden genomen.

Doelstellingen

> **Het fenomeen "burn-out" begrijpen.**

> **Bij onszelf en bij collega's de fysieke, cognitieve en gedragsgerelateerde symptomen van burn-out kunnen herkennen.**

> **Onszelf vertrouwd maken met de preventieve maatregelen die kunnen worden genomen.**

> **Begrijpen wat de uitdagingen zijn bij de terugkeer naar het werk na een langdurige afwezigheid door burn-out.**

Inhoud

> Definitie van burn-out: syndroom of proces?

> De oorzaken: individuele factoren en psychosociale risicofactoren.

> Fysieke, cognitieve en gedragsgerelateerde symptomen.

> Preventie en aanpak van burn-out.

> Voorbereiding van de terugkeer naar het werk na een burn-out.

Voor wie?

Iedereen die zich wil informeren en die actie wil ondernemen tegen burn-out.

Trainer

De preventieadviseur-psychosociale aspecten van **Cohezio**.

Gebruikte methode

Deze sensibilisatie is gebaseerd op een theoretische toelichting, voorbeelden en illustraties uit de praktijk op het terrein, om de interactiviteit te bevorderen.

Praktische informatie

Duur: 1 halve dag. Max. 50 personen.

Plaats: de sessie kan zowel plaatsvinden in uw bedrijf als in ons opleidingscentrum.

Niet gevonden wat u zocht in deze selectie van ons aanbod?
Wij helpen u graag verder. Academy • 02 289 68 25 • academy@cohezio.be

REF. psy_20/O/328

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 85 26/03/24 14:19

Opleiding – Sensibilisering van de hiërarchische lijn

Preventie van burn-out



Stress en burn-out komen heel vaak voor in onze samenleving.

Vooral burn-out krijgt steeds meer aandacht in de media, zeker sinds de Belgische wetgeving burn-out beschouwt als een werkgerelateerd psychosociaal risico.

Ondanks deze overmediatisering weet men nog te weinig over dit onderwerp en de maatregelen die preventief kunnen worden genomen.

Doelstellingen

> **Het fenomeen burn-out beter begrijpen**

> **De symptomen kunnen herkennen; die kunnen zich fysiek of cognitief uiten of ook in een bepaald gedrag, dat zich uit in professionele uitputting van zichzelf en tegenover collega's**

> **De preventieve maatregelen die door de persoon zelf, de hiërarchie en de organisatie kunnen genomen worden, leren kennen**

> **Een beter zicht krijgen op de uitdagingen waarmee je te maken krijgt nadat iemand na een langdurige afwezigheid wegens burn-out terug aan het werk gaat**

> **Begrijpen welke rol u daarin als manager kan spelen**

Inhoud

> Burn-out beter definiëren: syndroom of proces

> De oorzaken: individuele factoren en psychosociale risicofactoren

> Fysieke, cognitieve en gedragsmatige uitingen

> Preventie en aanpak van burn-out zijn gericht op de organisatie en het individu

> Hoe kan een terugkeer naar het werk na een burn-out aangepakt worden?

> Welke rol kan de manager spelen in preventie of ondersteuning?

Voor wie?

Leden van de hiërarchische lijn

Trainer

De preventieadviseur-psychosociale aspecten van **Cohezio**.

Gebruikte methode

Deze sensibilisering is gebaseerd op een theoretische uitleg, aangevuld door voorbeelden en situaties uit de praktijk zodat ook interactief kan gewerkt worden.

Praktische informatie

Duur: 1 halve dag.

Plaats: de sessie kan zowel plaatsvinden in uw bedrijf als in ons opleidingscentrum.

Niet gevonden wat u zocht in deze selectie van ons aanbod?
Wij helpen u graag verder. Academy • 02 289 68 25 • academy@cohezio.be

REF. psy_20/O/332

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 86 26/03/24 14:19

Opleiding

Een traumatiserende gebeurtenis in het bedrijf: zich voorbereiden op onvoorziene omstandigheden



Bepaalde gebeurtenissen in het leven op het werk kunnen schokkend en mogelijk traumatiserend zijn en de gewone werking van het bedrijf en de werknemers nadelig beïnvloeden.
Het team, de dienst en het bedrijf als geheel worden getroffen bij een confrontatie met een ernstige gebeurtenis (een ongeval, hevig intern of extern geweld, zelfdoding op de arbeidsplaats, brand, een aanslag, enz.). De invoering van een systeem voor crisisbeheer en ondersteuning is dan essentieel.

Doelstellingen

Gesensibiliseerd worden over het beheer van een schokkende en mogelijk traumatiserende gebeurtenis:

- **het fenomeen/de problematiek van schokkende en mogelijk traumatiserende gebeurtenissen (kritische incidenten genaamd) begrijpen;**
- **de psychologische gevolgen voor de betrokken werknemers en voor de arbeidsorganisatie begrijpen;**
- **de interventieprincipes van een crisissituatie kennen;**
- **een begeleidingsproces invoeren.**

Inhoud

- Kenmerken van een schokkende en mogelijk traumatiserende gebeurtenis.
- Reactie van de betrokken personen (fase van de schok en de impact, verwerkingsfase).
- Individuele en collectieve psychologische gevolgen.
- Noden van de betrokken personen.
- Interventieprincipes.
- Begeleiding van de betrokken personen en interventiestrategieën.
- Theorie en praktijk zullen worden afgewisseld (praktijkoefeningen, casestudy's, rollenspelen, enz.).

Voor wie?

Deze sensibilisatie is bedoeld voor de aanspreekpunten van het bedrijf die zullen moeten omgaan met een kritisch incident: preventieadviseurs, HR, vertrouwenspersonen, sociaal assistenten, eerstehulpverleners, eerste interventieploegleden, enz.

Trainer

De preventieadviseurs-psychosociale aspecten van **Cohezio**, die expert zijn in de begeleiding bij schokkende en mogelijk traumatiserende gebeurtenissen.

Praktische informatie

Duur: 1 halve dag. Max. 12 personen.

Plaats: de sessie kan zowel plaatsvinden in uw bedrijf als in ons opleidingscentrum.

Niet gevonden wat u zocht in deze selectie van ons aanbod?
Wij helpen u graag verder. Băo academy • 02 289 68 25 • info@baoacademy.be

REF. psy_20/O/320

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 87 26/03/24 14:19

Opleiding – Sensibilisering van de hiërarchische lijn

Discriminatie op het werk voorkomen



In 2023 heeft de wetgeving omtrent discriminatie en bescherming tegen daaraan gerelateerde represailles veranderingen doorgemaakt. Dat heeft gevolgen voor bedrijven en organisaties.
Door het volgen van sensibiliseringssessies, zullen deelnemers niet alleen de nieuwe wetgeving beter leren kennen, maar ook tekenen van discriminatie leren herkennen, opsporen en er op een adequate manier op leren reageren.

Doelstellingen

> **Het doel van de sensibiliseringssessies is om de deelnemers kennis over de wetgeving omtrent discriminatie bij te brengen en praktische voorbeelden te geven om het risico binnen hun organisatie te voorkomen.**

> **De leden van de hiërarchie zullen ook worden ingelicht over hoe ze discriminatie binnen hun team kunnen opsporen en voorkomen.**

Inhoud

> Definitie van discriminatie

> Gevolgen van discriminatie voor de betrokkenen en de organisatie

> Wettelijk kader

> Mogelijke procedures om discriminatie binnen een team te voorkomen

Voor wie?

> Werkgevers.
> Leden van de hiërarchische lijn.

Trainer

De preventieadviseur-psychosociale aspecten van **Cohezio**.

Gebruikte methode

Deze sensibilisering is gebaseerd op een theoretische uitleg, voorbeelden en situaties uit de praktijk zodat ook interactief kan gewerkt worden.

Praktische informatie

Duur: 1 halve dag. Maximaal 25 deelnemers.

Plaats: de sessie kan ter plaatse in je bedrijf of in onze kantoren worden gehouden.

Niet gevonden wat u zocht in deze selectie van ons aanbod?
Wij helpen u graag verder. Academy • 02 289 68 25 • academy@cohezio.be

REF. psy_23/O/338

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 88 26/03/24 14:19

Opleiding – Sensibilisering van het personeel

Discriminatie op het werk voorkomen



In 2023 heeft de wetgeving omtrent discriminatie en bescherming tegen daaraan gerelateerde represailles veranderingen doorgemaakt. Dat heeft gevolgen voor bedrijven en organisaties.
Door het volgen van sensibiliseringssessies, zullen deelnemers niet alleen de nieuwe wetgeving beter leren kennen, maar ook tekenen van discriminatie leren herkennen, opsporen en er op een adequate manier op leren reageren.

Doelstellingen

> **Het doel van de sensibiliseringssessies is om de deelnemers kennis bij te brengen over de wetgeving omtrent discriminatie, de gevolgen ervan, en hoe discriminatie te voorkomen.**

Inhoud

> Definitie van discriminatie

> Gevolgen van discriminatie voor de betrokkenen en de organisatie

> Wettelijk kader

> Hoe reageren op discriminatie

Voor wie?

Alle werknemers van de organisatie.

Trainer

De preventieadviseur-psychosociale aspecten van **Cohezio**.

Gebruikte methode

Deze sensibilisering is gebaseerd op een theoretische uitleg, voorbeelden en situaties uit de praktijk zodat ook interactief kan gewerkt worden.

Praktische informatie

Duur: 1 halve dag. Maximaal 50 deelnemers.

Plaats: de sessie kan ter plaatse in je bedrijf of in onze kantoren worden gehouden.

Niet gevonden wat u zocht in deze selectie van ons aanbod?
Wij helpen u graag verder. Academy • 02 289 68 25 • academy@cohezio.be

REF. psy_23/O/339

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 89 26/03/24 14:19

Opleiding

E-learning: hoe ga ik om met diversiteit?



Diversiteit is er binnen elk bedrijf, of het nu gaat om werknemers, klanten, leveranciers of gebruikers. Maar wat is diversiteit nu precies? Hoe kan ze worden gezien als een troef en een kans? Welke zijn de mogelijke valkuilen? Deze e-learning vormt een inleiding op het thema en reikt eenvoudig en snel enkele concepten en tips aan, op een leerrijke en vlotte manier.

Doelstellingen

> **Begrijpen wat de term «diversiteit» Inhoudt en in welk wettelijk kader die wordt gebruikt.**

> **Praktische tips krijgen om op een positieve manier om te gaan met diversiteit binnen een bedrijf.**

Inhoud

> Hoe is diversiteit aanwezig binnen elk bedrijf?

> Wat houdt het begrip «diversiteit» in?

> Wie is de doelgroep wanneer het gaat om diversiteit?

> Op welke manier zijn wij allemaal betrokken bij de diversiteit binnen ons bedrijf?

> Wat zijn de gelijkenissen en de verschillen tussen diversiteit, non discriminatie en professionele gelijkwaardigheid?

> 8 tips en trucs voor een beter inzicht in diversiteit op de werkplek.

> Op welke manier maakt het omgaan met diversiteit op het werk integraal deel uit van de preventie van psychosociale risico's en dus van het welzijn op het werk?

De verschillende modules worden aangeboden op een afwisselende, dynamische manier met kleine, praktische en interactieve oefeningen.

Voor wie?

De leden van de hiërarchische lijn, medewerkers van Human Resources en iedereen die graag op een professionele manier wil omgaan met diversiteit.

Trainer

De preventieadviseur psychosociale aspecten van **Cohezio** staat klaar om u te adviseren in het omgaan met diversiteit. Na deze e-learning is het mogelijk een verdiepende opleiding over de thematiek te volgen en/of begeleiding te krijgen bij de invoering van een diversiteitsbeleid.

Praktische informatie

Taal : Nederlands of Frans.
Duur: 1u.
Kan worden gevolgd waar en wanneer het u past.

Niet gevonden wat u zocht in deze selectie van ons aanbod?
Wij helpen u graag verder. Băo academy • 02 289 68 25 • info@baoacademy.be

REF. psy_21/O/323

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 90 26/03/24 14:19

Opleiding

Veerkracht – Fit in je hoofd, goed in je vel



Het leven zit vol uitdagingen. Dagelijks komt er heel wat op ons af op alle vlakken in ons leven. Hoe komt het dat sommige mensen daar beter mee om kunnen gaan dan anderen? Het antwoord ligt bij veerkracht!
En die veerkracht kan je trainen!

De opleiding werkt rond thema's als voeding, slaap, beweging, zelfzorg, aandacht en focus, assertiviteit, sociale contacten, enz. De opleiding werkt zo mee aan een optimaal evenwicht tussen werk en privéleven en helpt stress en burn-out tegen te gaan.

Doelstellingen

Met een interactieve workshop willen we inzicht geven in het concept veerkracht en praktische tools aanreiken om het eigen stressniveau in evenwicht te houden en het enthousiasme te bevorderen.

Naast enkele korte theoretische definities bevat de workshop voornamelijk tips en tricks om zowel je fysieke als mentale veerkracht te verhogen, zodat de medewerkers hier op dagdagelijkse basis zelf mee aan de slag kunnen. Vanuit dit oogpunt wordt deze workshop in duo gegeven door de preventieadviseur-arbeidsarts en de preventieadviseur-psychosociale aspecten.

Inhoud

De workshop bestaat uit:
> Het theoretische concept 'veerkracht' en het omgaan met stress.

> **Goed in je vel**: informatie rond fysieke veerkracht en het belang van beweging, voeding en slaap.

> **Fit in je hoofd**: informatie rond emotionele, mentale en sociale veerkracht, en tips in het kader van coping, zelfcontrole, aandacht en focus, positieve emoties, en nog veel meer.

Tijdens de workshop wisselen theorie en praktijk elkaar af. Interactie met de deelnemers staat centraal. De verschillende concepten worden besproken en de deelnemers proberen de tips en tricks uit.

Voor wie?

Alle werknemers of teams die vanuit een positieve insteek met welzijn op het werk aan de slag willen gaan.

Trainer

De preventieadviseur-psychosociale aspecten van **Cohezio .**

Praktische informatie

Duur: 1 halve dag tot 1 dag. Max. 15 personen.

Plaats: de sessie kan zowel plaatsvinden in uw bedrijf als in ons opleidingscentrum.

Niet gevonden wat u zocht in deze selectie van ons aanbod?
Wij helpen u graag verder. Băo academy • 02 289 68 25 • info@baoacademy.be

REF. bao_20/O/322

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 91 26/03/24 14:19

Opleiding

Lichamelijke veerkracht



Tijdens deze kennismakingsdag rond beweging, zelfmassage, dans en (eenvoudige) yogaoefeningen leert u luisteren naar de wijsheid van uw lichaam. Op die manier krijgt u waardevolle raad en komt u (opnieuw) in verbinding met uzelf.
Opnieuw in contact komen met uw eigen lichaam wordt beschouwd als de eerste stap van elk proces op het vlak van welzijn, want zo wordt men zich écht bewust van zijn welzijn. Ons lichaam heeft immers de antwoorden op al onze vragen: bewustwording daarvan leidt tot meer zeggenschap over je leven en een gevoel van vrijheid.
Studies hebben aangetoond dat we drie centra van intelligentie hebben, maar dat we de neiging hebben om de voorkeur te geven aan het intellectuele.

Doelstellingen

Tijdens deze dag zullen we de andere intelligentiecentra leren kennen, door heel ons lichaam te gebruiken.

Na afloop van deze dag zult u verschillende lichaamsgerichte technieken uitgetest hebben en zult u in staat zijn om zelf thuis die technieken toe te passen die voor u het meest heilzaam zijn.

Inhoud

Dit is een zeer volledige kennismaking die kan worden aangepast op basis van de behoeften van de deelnemers en de tijd die u eraan wilt besteden. Deelnemers beschrijven deze dag als het “op vakantie zijn bij zichzelf”.
Verschillende lichaamsgerichte technieken komen aan bod, onder meer:

> de ontdekking van ritme en van uw eigen ritme;

> bewegen volgens de authentieke beweging van ons lichaam in het kader van zelfzorg;

> de ademhaling: een diepgaande beweging binnen ons lichaam;

> momenten van zelfmassage;

> yogahoudingen volgens do-in, taoïsme of andere

> de heilzame effecten van de neurobiologie;

> korte meditatiemomenten gekoppeld aan onze lichamelijke beleving.

Voor wie?

Voor iedereen, een goede lichamelijke conditie is niet vereist.

Trainer

De opleiding wordt gegeven door gecertificeerde en ervaren senior coaches van **Băo academy** met een opleiding in bewegingstherapie en yoga.

Praktische informatie

Duur: deze opleiding kan worden gegeven op 1 dag of op een halve dag.
Plaats: de opleiding zal worden gegeven in de lokalen van uw organisatie.
Gemakkelijke kledij, (slaap)matje (kussen en deken) meebrengen.

Niet gevonden wat u zocht in deze selectie van ons aanbod?
Wij helpen u graag verder. Băo academy • 02 289 68 25 • info@baoacademy.be

REF. bao_20/O/337

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 92 26/03/24 14:19

Opleiding

Preventie- en stressmanagement: koester je energiebron



Enthousiasme en stress zijn besmettelijk. Hoe behoud ik mijn enthousiasme? Hoe omarm ik stress? Wat gebeurt er als ik de stress die ik voel in de ogen kijk en hem als een bondgenoot zie? Dan wordt stress een bron van inspiratie.

Doelstellingen

Inzicht krijgen in je persoonlijke functioneren onder stress.

Vanuit die verworven kennis leer je beter voor jezelf te zorgen met concrete tools en handvaten.

Bonus: het omgaan met anderen die stress ervaren.

Inhoud

We werken op een interactieve manier en vertrekken vanuit de dagelijkse realiteit van de personen om volgende topics te belichten:

> hoe functioneert het brein bij stress?
> wat is de impact van stress op jouw aanpassingsvermogen en jouw creativiteit?
> holmes-rahe scale: een schaal van gebeurtenissen eigen aan het leven en hun impact op de stressbalans.
> lichamelijke, gedragsmatige, mentale en emotionele alarmsignalen.
> de link tussen gedachten, gevoelens en gedrag en hoe hiermee ontspannen om te gaan.
> de body-mindconnectie: hoe ondersteun jij je lichaam om stress te kunnen opvangen?
> de impact van weerstand op je stressbeleving.
> praktische tips voor het beheer van stress op het werk.
> juridische aspecten (optioneel).

Voor wie?

Iedereen die op een constructieve manier iets wil doen aan stressmomenten.
Leren omgaan met piekmomenten en het preventief aanpakken van de eigen manier van functioneren bij stress.

Trainer

De opleiding wordt gegeven door gecertificeerde en ervaren senior coaches van **Băo academy** en een preventieadviseur-psychosociale aspecten (optioneel).

Praktische informatie

Duur: 2 dagen.

Plaats: de sessie kan zowel plaatsvinden in uw bedrijf als in ons opleidingscentrum.
Een syllabus wordt ter beschikking gesteld van de deelnemers.

Niet gevonden wat u zocht in deze selectie van ons aanbod?
Wij helpen u graag verder. Băo academy • 02 289 68 25 • info@baoacademy.be

REF. bao_20/O/324

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 93 26/03/24 14:19

Opleiding

Preventie- en stressmanagement via ademhalingstechnieken



“ Adem is leven, goed ademen is goed leven! “

De adem is het instrument bij uitstek dat de mens in zijn totaliteit benadert, rekening houdend met de complexiteit van het wezen, en die de intieme band tussen denken, voelen, lichaam en levensmissie versterkt.

Doelstellingen

Veel mensen ervaren de stress van een overactief leven. Ze hebben meer en meer moeite om sereen te leven in overeenstemming met hun persoonlijke waarden en voelen zich machteloos tegenover een doldraaiende machine. Ze hebben een gevoel van afzondering en gebrek aan alignment, met een stijgende fysieke spanning, de indruk almaar sneller te moeten lopen, de limieten te bereiken. Ze hebben het gevoel buiten adem te zijn!

Een oplossing: het anti-stresswapen bij uitstek: de ademhaling! Bewust verbonden ademhalen is een modern antwoord op de eisen van de 21ste eeuw, zodat we onze levenskwaliteit behouden en verbeteren. Het helpt om een diepgaande staat van relaxatie en welzijn te bereiken.
Het transformeert de energetische en emotionele staat.
Het is een tool die toegankelijk is voor iedereen, natuurlijker kan je het niet bedenken, om onmiddellijk een immens welbevinden te ervaren. Het is een andere manier om onze blokkades te ontdekken, te ervaren en los te laten. Het is de beste manier om je levenskracht terug te vinden, om te herstellen na een burn-out of om burn-out te voorkomen zodra je de eerste signalen ervan opmerkt.

Inhoud

> Uitleg over ademwerk, de toepassingen ervan en de effecten. Ervaringsgerichte lichaamsoefeningen.

> De voordelen van bewuste ademhalingstechnieken zijn terug te vinden over heel de wereld: in de ayurveda, de Chinese geneeskunst, relaxatietechnieken, mindfulness, yoga, meditatie, topsport, studie van het zenuwstelstel in de westerse medische wereld, enz. Het “verbonden ademen” en de intensieve absorptie van zuurstof in ons systeem herstelt de verbondenheid met onze diepe natuur, met onze essentie.

> Diverse technieken uit deze disciplines worden aangeleerd, ook om thuis te oefenen, al dan niet met muziek.

Voor wie?

Iedereen die zijn of haar persoonlijke kracht wil terugvinden of versterken via andere benaderingen dan een louter mentale aanpak.

Trainer

De opleiding wordt gegeven door gecertificeerde en ervaren senior coaches van **Băo academy**, die een opleiding ademhalingstherapie hebben gevolgd.

Praktische informatie

Duur: 4 x 1 halve dag.
Plaats: de sessie kan zowel plaatsvinden in uw bedrijf als in ons opleidingscentrum.
Gemakkelijke kledij en yogamat meebrengen.

Niet gevonden wat u zocht in deze selectie van ons aanbod?
Wij helpen u graag verder. Băo academy • 02 289 68 25 • info@baoacademy.be

REF. bao_20/O/325

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 94 26/03/24 14:19

Opleiding

Preventie- en stressmanagement via yoga



In het Sanskriet betekent “Yoga”: eenheid, integratie en discipline van lichaam en geest.
Wat als je nu eens zou leren om tegelijkertijd zowel het lichaam als de geest te ontspannen?

Doelstellingen

Yoga is een oeroude discipline die tot op vandaag heel nuttig is om zorg te dragen voor ons mentaal, fysiek en spiritueel welzijn. Door middel van eenvoudige oefeningen leer je op diepgaande wijze simultaan te werken op deze drie energiecentra, wat niet alleen vitaliteit maar ook een diepe relaxatie met zich meebrengt.

In deze staat heb je toegang tot je authentieke ‘ik’, ben je ontvankelijk en open voor het huidige moment en voor de mensen en gebeurtenissen uit je omgeving. Je bent kalmer, minder gestrest tegenover de situaties die zich aandienen en in volle verbinding met je levenskracht. Bovendien zorgen beweging en ademhaling voor een betere lichaamsstructuur en voor een versterking en geleidelijke versoepeling van het lichaam.

Deze opleiding helpt je een beter idee te vormen van de positieve effecten van yoga en garandeert ook een effectief gevoel van welzijn.

Inhoud

Het betreft een zeer complete initiatie, moduleerbaar afhankelijk van de tijd die de personen eraan willen besteden.

De deelnemers experimenteren met verschillende soorten en aspecten van yoga:
> loslatingsoefeningen (kriya);
> statische houdingen (asana’s);
> oefeningen voor diepe relaxatie;
> energetische oefeningen;
> ademhalingsoefeningen (prânâyâma);
> stilte- en meditatieoefeningen;
> werken met klank;
> een basis van de filosofie.

De verschillende sessies zullen ook goede massagemomenten inhouden (geven en krijgen). Je leert ook je eigen leerplan opstellen voor je individuele praktijk.

Voor wie?

Iedereen, geen contra-indicaties.

Trainer

De opleiding wordt gegeven door gecertificeerde en ervaren senior coaches van **Băo academy**, die een yogaopleiding gevolgd hebben.

Praktische informatie

Duur: 2 dagen.
Plaats: de sessie kan zowel plaatsvinden in uw bedrijf als in ons opleidingscentrum. Gemakkelijke kledij en yogamat meebrengen. Een syllabus wordt ter beschikking gesteld van de deelnemers.

Niet gevonden wat u zocht in deze selectie van ons aanbod?
Wij helpen u graag verder. Băo academy • 02 289 68 25 • info@baoacademy.be

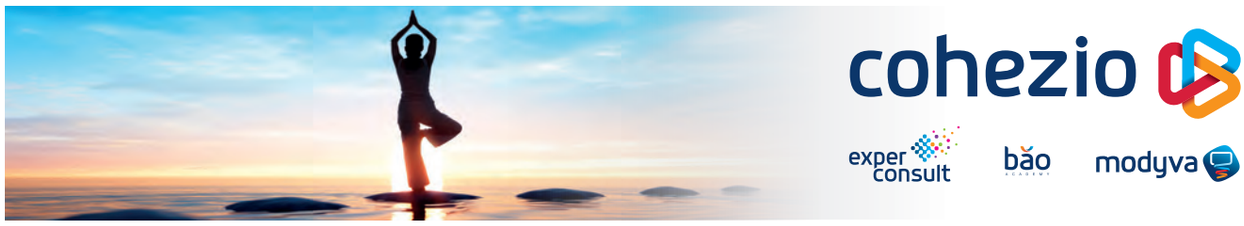
REF. bao_20/O/326

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 95 26/03/24 14:19

Opleiding

Preventie- en stressmanagement via Mindfulness



Te dikwijls staan we op “automatische piloot”, met alle gevolgen van dien.
Mindfulness helpt ons bewust te zijn en gepast te reageren. Zin om ervan te proeven?

Doelstellingen

“Mindfulness” is leren echt aanwezig te zijn bij wat men beleeft.

Deze methodiek helpt ons om onze kolkende geest en onze terugkomende vragen, angsten en bezorgdheden over de toekomst tot rust te brengen.

Het helpt ons om los te laten en ons te openen voor de mogelijkheden in het leven.

Diverse wetenschappelijke studies hebben bewezen dat “Mindfulness” beoefenen de weerstand tegen stress verhoogt en helpt om burn-out en depressie te voorkomen. Door het oefenen met gerichte aandacht leer je de “automatische piloot” achterwege te laten en zo te focussen op het hier en nu. Je leert gedachten te laten voorbijgaan zonder eraan vast te haken.

De praktijk van “Mindfulness” helpt ons om bewuster keuzes te maken, beter om te gaan met emoties en serener te zijn.

Dankzij deze opleiding zal je “Mindfulness” in je dagelijks leven kunnen integreren.

Inhoud

Het betreft hier een volledige initiatie, moduleerbaar afhankelijk van de tijd die de personen eraan willen besteden.

De personen maken kennis met “Mindfulness” via:

> een basis, theoretische achtergrond;

> de praktijk met geleide meditaties, in verschillende posities (zittend, liggend, stappend, tijdens het beoefenen van yoga);

> eenvoudige bewegingsoefeningen;

> groepsdiscussies;

> het aanleren van sessies om individueel te oefenen, thuis of op het werk.

Voor wie?

Voor iedereen, en in het bijzonder voor mensen die zich in stresserende omstandigheden bevinden (omstandigheden van zowel professionele als medische, familiale of relationele aard) of mensen die hun algemeen welzijn actief willen verbeteren.

Trainer

De opleiding wordt gegeven door gecertificeerde en ervaren senior coaches van **Băo academy**, die een yogaopleiding gevolgd hebben.

Praktische informatie

Duur: 4 x 1 halve dag.
Plaats: de sessie kan zowel plaatsvinden in uw bedrijf als in ons opleidingscentrum.
Gemakkelijke kledij en yogamat meebrengen.

Niet gevonden wat u zocht in deze selectie van ons aanbod?
Wij helpen u graag verder. Băo academy • 02 289 68 25 • info@baoacademy.be

REF. bao_20/O/327

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 96 26/03/24 14:19

Opleiding

Burn-outpreventie en omgaan met burn-out voor het directiecomité



Het is het welzijn dat voor resultaten zorgt en niet omgekeerd. Een gelukkig medewerker is er twee waard. Maar hoe bereik je dat?

Doelstellingen

Tijdens de evolutie van een organisatie kan er een klimaat ontstaan dat burn-out in de hand werkt. Nochtans vormen medewerkers die «goed in hun vel» zitten, in lijn met de visie van de organisatie en in overeenstemming met de diepste persoonlijke drijfveren, de basis voor een bloeiende organisatie. Tijdens deze module komen de volgende zaken aan bod:

- **het directiecomité sensibiliseren in verband met de gevolgen van burn-out in het bedrijf,**
- **begrijpen waarom er een burn-out kan ontstaan en de voortekenen ervan herkennen,**
- **de diagnose stellen van het disfunctioneren in de organisatie dat kan leiden tot burn-out,**
- **op een assertieve manier oplossingen overwegen om opnieuw enthousiasme, sereniteit en efficiëntie in de organisatie te bevorderen,**
- **het wettelijk kader rond welzijn op het werk voorstellen met de ondersteuning van een preventieadviseur (optioneel).**

Inhoud

De nadruk wordt gelegd op de uitwisseling tussen de deelnemers. De theoretische kaders worden meteen toegepast op concrete voorbeelden uit de realiteit van de aanwezigen.
We benaderen het programma onder meer volgens de processen van peer coaching en collectieve intelligentie.

- Wat zijn de kenmerken van burn-out?
- Wat zijn de waarschuwingssignalen van burn-out in de organisatie?
- Wat zijn onze strategieën om die signalen te negeren?
- Welke profielen lopen een verhoogd risico en wat zijn de vruchtbare bodems voor burn-out?
- Hoe kunnen we de belemmerende mechanismes herkennen die op organisatieniveau tot burn-out leiden?
- Hoe kunnen we een feedbackcultuur ontwikkelen (top-down en bottom-up) gebaseerd op vertrouwen?
- Hoe zetten we preventieve acties concreet in werking (vertrekkende van een diagnostische tool)?
- Hoe kan ik mijn medewerkers motiveren en inspireren?

Voor wie?

De leden van het directiecomité en de hogere kaderleden die de ontplooiing van hun medewerkers en hun betrokkenheid bij de organisatie ernstig nemen.

Trainer

De opleiding wordt gegeven door gecertificeerde en ervaren senior coaches van **Băo academy** en, optioneel, een preventieadviseur.

Praktische informatie

Duur: 2 dagen.

Plaats: de sessie kan zowel plaatsvinden in uw bedrijf als in ons opleidingscentrum.
Een syllabus wordt ter beschikking gesteld van de deelnemers.

Niet gevonden wat u zocht in deze selectie van ons aanbod?
Wij helpen u graag verder. Băo academy • 02 289 68 25 • info@baoacademy.be

REF. bao_20/O/329

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 97 26/03/24 14:19

Opleiding

Hoe mijn gevoeligheid voor burn-out verlagen?



De oplossing voor burn-out en uitputting is niet altijd meer rust nemen, maar wél opnieuw contact maken met wat er echt belangrijk is en met wat het leven zinvol maakt.

Doelstellingen

In plaats van (nog maar eens) de nadruk te leggen op de problemen, kiezen wij ervoor om de deelnemers te helpen om hun vitaliteit te versterken en te behouden.

Het komt er dus op aan om:

> **zich bewuster te worden van het eigen functioneren**

> **de mechanismen die tot burn-out leiden te begrijpen en anticiperen mogelijk te maken**

> **de stop-techniek toe te passen om het bredere perspectief te zien en een gepaste strategie te bedenken met behoud van de nodige kalmte, om tot een creatieve en actiegerichte respons te komen**

> **in te tunen op ons eigen alarmsysteem om het risico op burn-out zo vroeg mogelijk te vermijden.**

Inhoud

De nadruk wordt gelegd op de uitwisseling tussen de deelnemers. De theoretische kaders worden meteen toegepast op concrete voorbeelden uit de realiteit van de aanwezigen.
We passen een integrale aanpak toe die de mentale, emotionele en lichamelijke aspecten van de mens respecteert en die dus verder gaat dan het louter cognitieve aspect.
Volgende zaken komen aan bod:

> de kenmerken van burn-out;
> de waarschuwingssignalen op lichamelijk, gedragsmatig, mentaal en emotioneel vlak;
> de verbinding tussen lichaam en geest
> de risicoprofielen;
> het kunnen stellen van grenzen, rekening houdend met de grenzen van anderen;
> het beheer van prioriteiten;
> het ontkrachten van bepaalde overtuigingen die onze vitaliteit beperken, om opnieuw contact te maken met wat voor ons zinvol is (waarde, behoefte);
> het bewaren van de balans werk-sociaal leven-gezin;
> het vermijden van de valkuilen van perfectionisme.

Voor wie?

Ieder individu dat soms moeite heeft om gepast om te gaan met stress, druk, prioriteiten en verwachtingen.

Trainer

De opleiding wordt gegeven door gecertificeerde en ervaren senior coaches van **Bão academy**.

Praktische informatie

Duur: 2 dagen.

Plaats: de sessie kan zowel plaatsvinden in uw bedrijf als in ons opleidingscentrum.
Een syllabus wordt ter beschikking gesteld van de deelnemers.

Niet gevonden wat u zocht in deze selectie van ons aanbod?
Wij helpen u graag verder. Bão academy • 02 289 68 25 • info@baoacademy.be

REF. bao_20/O/330

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 98 26/03/24 14:19

Opleiding

Hoe terug de draad opnemen na een burn-out?



Op weg naar herstel en veerkracht, met aandacht en respect voor jezelf? Wij begeleiden je met zorg.

Doelstellingen

De beslissing om opnieuw aan het werk te gaan is vaak gekoppeld aan een toename van fysieke energie en een teruggevonden mentaal, intellectueel en emotioneel evenwicht. Het doel van deze module is om deze verworvenheden te versterken en te beschermen terwijl we blijven waken over onze noden en onze grenzen stellen. In plaats van (nog maar eens) de nadruk te leggen op de problemen, kiezen wij ervoor om de deelnemers te helpen om hun vitaliteit te versterken en te behouden.
We begeleiden de deelnemers dus om zichzelf te respecteren en hun eigen toolbox samen te stellen:

- **leren de hulpbronnen te beschermen, de gemoedstoestand en de emoties te stabiliseren om niet te hervallen;**
- **adequaat opnieuw zijn plaats innemen in de werkomgeving, met een herwonnen en opgekrikt zelfbeeld.**

Inhoud

De nadruk wordt gelegd op de uitwisseling tussen de deelnemers. De theoretische kaders worden meteen toegepast op concrete voorbeelden uit de realiteit van de aanwezigen.

We passen een integrale aanpak toe die de mentale, emotionele en lichamelijke aspecten van elk individu respecteert.

Volgende zaken komen aan bod:
- de verbinding tussen lichaam en geest;
- neen durven zeggen, onze assertiviteit ontwikkelen;
- ons bewust worden van onze grenzen en pauzes leren inlassen;
- onszelf leren respecteren;
- voortbouwen op onze successen en zelfvertrouwen ontwikkelen;
- prioriteiten bepalen;
- beperkende overtuigingen ombuigen naar positieve en voedende overtuigingen;
- technieken ontwikkelen om met alarmsituaties om te gaan;
- de verschillende aspecten van ons leven in balans houden;
- werkwijzen vinden die ons helpen om te gaan met de druk;
- energetische technieken (Mindfulness, ademhaling, yoga, enz.).

Voor wie?

Iedereen die herstellende is van burn-out en die opnieuw aan het werk gaat.

Trainer

De opleiding wordt gegeven door gecertificeerde en ervaren senior coaches van **Băo academy**.

Praktische informatie

Duur: 2 dagen.

Plaats: de sessie kan zowel plaatsvinden in uw bedrijf als in ons opleidingscentrum.
Een syllabus wordt ter beschikking gesteld van de deelnemers.

Niet gevonden wat u zocht in deze selectie van ons aanbod?
Wij helpen u graag verder. Băo academy • 02 289 68 25 • info@baoacademy.be

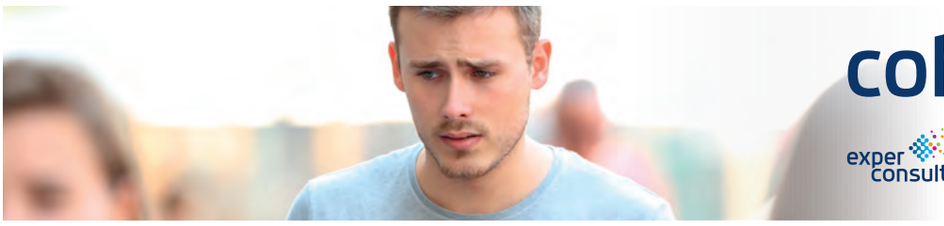
REF. bao_20/O/331

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 99 26/03/24 14:19

Opleiding

Hoe burn-out voorkomen in een team?



Het “top-downmanagement” heeft zijn tijd gehad. De tijd is gekomen voor samenwerking op alle niveaus van de organisatie. Maar hoe pakken we dat aan?

Doelstellingen

Managers bewust maken van de voortekenen van burn-out in hun team.

Het gaat hier over een werkelijke en duurzame verandering van het gedrag en de gewoontes van de managers, door ze te sensibiliseren over het belang van de ‘dubbele pet’ van Manager en Coach, afhankelijk van wat nodig is op het terrein. Dat betekent dat ze werken aan het ontwikkelen van hun luisterhouding en ondersteunende vaardigheden.

Door het ontwikkelen van zijn vaardigheden als coach zal de manager burn-out binnen zijn team beter kunnen voorkomen.

Inhoud

De nadruk wordt gelegd op de uitwisseling tussen de deelnemers. De theoretische kaders worden meteen toegepast op concrete voorbeelden uit de realiteit van de aanwezigen. We passen een integrale aanpak toe die de mentale, emotionele en lichamelijke aspecten van de mens respecteert en die dus verder gaat dan het louter cognitieve aspect. Tijdens dit proces komen via ‘peer coaching’ en team coaching de volgende zaken aan bod:

> de kenmerken van burn-out;
> de waarschuwingssignalen op lichamelijk, gedragsmatig, mentaal en emotioneel vlak;
> de risicoprofielen;
> kennis van de eigen motiverende factoren en leren begrenzen;
> impactvol optreden: mijn remmingen en hulpbronnen als begeleider van mensen;
> relationele verantwoordelijkheid nemen om er als echte «manager-coach» te staan;
> de eigen emoties leren herkennen, erkennen en beheren: hoe kan ik mijn emotionele intelligentie verhogen?
> studie van de eigen sociale stijl voor een flexibele communicatie;
> het aanwenden van verfijnde vraagstelling om behoeften te detecteren, en het bevorderen van authenticiteit en autonomie;
> opties creëren met stap-voor-stapstrategie en actieplan;
> de kunst van het feedback geven en ontvangen optimaliseren.

Voor wie?

Iedere manager die een team leidt en die openstaat voor een efficiënte en vlugge ondersteuning om zijn coachingskills op het vlak van burn-outpreventie aan te scherpen.

Trainer

De opleiding wordt gegeven door gecertificeerde en ervaren senior coaches van **Bão academy**.

Praktische informatie

Duur: 2 dagen.

Plaats: de sessie kan zowel plaatsvinden in uw bedrijf als in ons opleidingscentrum.

Een syllabus wordt ter beschikking gesteld van de deelnemers.

Niet gevonden wat u zocht in deze selectie van ons aanbod?
Wij helpen u graag verder. Bão academy • 02 289 68 25 • info@baoacademy.be

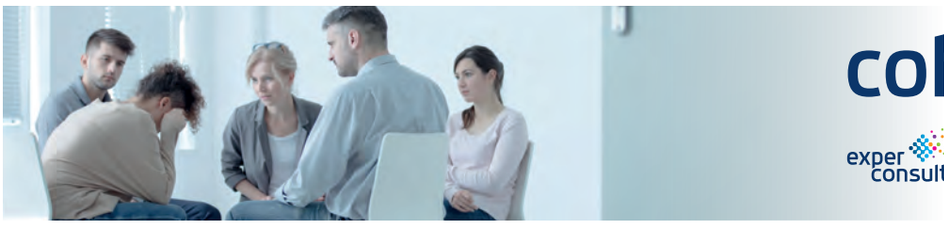
REF. bao_20/O/332

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 100 26/03/24 14:19

Opleiding

Hoe omgaan met burn-out in een team?



Burn-out is niet de zaak van één individu. Het heeft een onmiddellijke impact op het hele team, en het team speelt een belangrijke rol bij de werkhervatting van de persoon met burn-out.
Hoe gaan we in het team om met de diverse emoties en verzuchtingen die burn-out teweegbrengt, wetende dat goed werk afleveren nog steeds voorop staat?

Doelstellingen

Ook al is er nog minder tijd over binnen het team wanneer een medewerker met burn-out thuis zit, toch is het belangrijk even de tijd te nemen om te bekijken hoe we het team zo goed mogelijk verder kunnen laten werken, rekening houdend met de huidige situatie.

Preventie is ook hier aan de orde.

We willen niet nog meer burn-outs en tegelijk willen we ook de verwachte resultaten afleveren binnen de dienst.

Hoe vinden we daarin de juiste balans?

Inhoud

De nadruk wordt gelegd op de dagdagelijkse praktijk van de personen: hoe zij de situatie nu ervaren en aanpakken, waar ze op vastlopen, waar ze houvast nodig hebben. Er wordt niet alleen rekening gehouden met de medewerker in burn-out, maar ook met het effect op elk ander teamlid dat nu wellicht onder extra werkdruk staat en dus mogelijk in de risicogroep terechtkomt.

Tijdens dit begeleidingsproces komen de volgende zaken aan bod:

> de kenmerken van burn-out en de personen die in de «risicogroep» vallen;
> de fysieke, gedragsmatige, mentale en emotionele alarmsignalen;
> hoe stel ik mijn grenzen, rekening houdend met de grenzen van anderen? Hoe behouden we de balans? Hoe communiceer ik met mijn hiërarchie?
> prioriteiten bepalen: met minder werkkrachten hetzelfde of zelfs meer presteren, is dat mogelijk en redelijk?
> de overtuigingen en vooroordelen over burn-out: hoe kan ik ze (h)erkennen en kaderen?
> hoe behoud ik het evenwicht werk-sociaal leven-privéleven: hebben we nog voldoende ontspanning en fun in het team?
> voorbereiding van de terugkeer- en re-integratiefase;
> hoe verwelkomen we de collega? Wat mogen we wel en niet doen?
> vriendelijkheid en empathisch luisteren.

Voor wie?

Iedere manager die op dit moment een of meer medewerkers met burn-out in zijn team heeft. Deze formule leent zich ook tot werk in overleg met heel het team, om een duidelijk beeld te krijgen van de problematiek.

Trainer

De opleiding wordt gegeven door gecertificeerde en ervaren senior coaches van **Băo academy**.

Praktische informatie

Duur: 2 dagen.
Plaats: de sessie kan zowel plaatsvinden in uw bedrijf als in ons opleidingscentrum.
Een syllabus wordt ter beschikking gesteld van de deelnemers.

Niet gevonden wat u zocht in deze selectie van ons aanbod?
Wij helpen u graag verder. Băo academy • 02 289 68 25 • info@baoacademy.be

REF. bao_20/O/333

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 101 26/03/24 14:19

Opleiding

Workshop: is burn-out een keuze?



Burn-out is geen individuele zaak. Het heeft ook een rechtstreekse impact op het team en op de organisatie.

Doelstellingen

Managers bewust maken van de voortekenen van een burn-out: voor zichzelf én voor hun medewerkers:

> **Aan de hand van duidelijke theoretische elementen, maar ook en vooral via processen om de kennis te verankeren en via gemakkelijk bruikbare tips.**

> **Na afloop van die halve dag zullen de managers een duidelijk beeld hebben van het fenomeen en van de eventuele tekortkomingen bij hen of bij hun teams.**

Inhoud

De nadruk wordt gelegd op de interactie tussen de deelnemers, de theoretische concepten worden meteen gekoppeld aan concrete voorbeelden uit de realiteit van elkeen. We hanteren een integrale aanpak die de mentale, emotionele en lichamelijke aspecten verenigt en zullen de deelnemers een beeld geven dat verder gaat dan enkel het louter cognitieve aspect:

> de kenmerken van een (dreigende) burn-out enz; voordat die zich voordoet;

> overtuigingen in verband met burn-out, onze eigen oordelen kennen en herkennen en opnieuw kaderen;

> de fysieke, gedragsmatige, mentale en emotionele alarmsignalen;

> de risicoprofielen: welke profielen zijn het meest gevoelig voor burn-out en hoe kunnen ze zich beschermen?

> de impact van het wel of niet aanvaarden ervan op de ontwikkeling van burn-out.

Voor wie?

Elke werknemer. Afhankelijk van de doelstelling van de organisatie kunnen verschillende sessies worden georganiseerd, bijvoorbeeld voor bestuurders, voor managers en voor bedienden of arbeiders, enz.

Trainer

De opleiding wordt gegeven door gecertificeerde en ervaren senior coaches van **Băo academy**.

Praktische informatie

Duur: atelier of 1 halve dag.
Deze workshop kan worden aangepast aan de behoefte van de organisatie en/of aan het doelpubliek.
Plaats: te bepalen. Een syllabus wordt ter beschikking gesteld van de deelnemers.

Niet gevonden wat u zocht in deze selectie van ons aanbod?
Wij helpen u graag verder. Băo academy • 02 289 68 25 • info@baoacademy.be

REF. bao_20/O/335

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 102 26/03/24 14:19

Opleiding

Conferentie: informatie en sensibilisatie in verband met burn-out



Alles wat je altijd al wilde weten over burn-out, maar nooit durfde te vragen.

Doelstellingen

De bedoeling van deze conferentie is in de eerste plaats om precieze, concrete en toegankelijke informatie te bieden in verband met een fenomeen waarover veel wordt gepraat, maar waarrond toch nog onbegrip en verwarring bestaat.

De conferentie moet de deelnemers ook meer informatie geven over de symptomen en de oorzaken van burn-out en over de sleutelfactoren voor preventie en behandeling ervan.

Inhoud

De inhoud wordt gegeven op een toegankelijke en zelfs ludieke manier, aan de hand van anekdotes en voorbeelden die verband houden met de realiteit van de deelnemers. Tijdens de conferentie komen de volgende zaken aan bod:

> definitie(s) van burn-out;
> symptomen;
> getroffen personen;
> oorzaken;
> sleutelfactoren voor preventie van burn-out;
> sleutelfactoren voor identificatie van burn-out;
> sleutelfactoren om te herstellen van burn-out.

Voor wie?

Voor iedereen. De inhoud van de conferentie wordt echter aangepast aan het publiek: al het personeel of de dienst/afdeling, managers, personeelsdienst en/of vertrouwenspersonen, directie, enz.

Trainer

De opleiding wordt gegeven door gecertificeerde en ervaren senior coaches van **Băo academy**.

Praktische informatie

Duur: 1u30

Plaats: te bepalen.

Talen: frans, nederlands of engels.

Ondersteunend materiaal bij de conferentie wordt elektronisch gedeeld met de deelnemers.

Niet gevonden wat u zocht in deze selectie van ons aanbod?
Wij helpen u graag verder. Băo academy • 02 289 68 25 • info@baoacademy.be

REF. bao_20/O/336

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 103 26/03/24 14:19

Opleiding

Assertiviteit: een oefening in diplomatie en vastberadenheid



Heb je genoeg van al die onuitgesproken gedachten? Denk je dat de zaken benoemen geen zin heeft, dat ze toch niet naar je zullen luisteren? Weet je niet hoe je iets moet zeggen of werkt een “tirannieke” aanpak niet meer? Assertiviteit is de oplossing!

Doelstellingen

Je zoveel mogelijk hulpmiddelen aanreiken om ervoor te zorgen dat je boodschap wordt gehoord, door je te leren letten op signalen van instemming of afkeuring.

Neem een duidelijke houding aan, voorkom conflicten en druk je standpunt uit op een manier die voor je gesprekspartner zo aanvaardbaar mogelijk is.

Inhoud

We kiezen voor een interactieve benadering van dit onderwerp. Het theoretische gedeelte zal beperkt zijn en meteen worden toegepast op voorbeelden uit de realiteit van de personen.

We zullen onder meer het volgende behandelen:

> passief, agressief, manipulerend of assertief: wat is jouw profiel?
> wat heb je nodig? De basiscriteria voor assertief gedrag;
> iets vragen en nee zeggen op een diplomatische en besliste manier;
> je grenzen kunnen stellen, met respect voor de grenzen van de ander;
> conflicten voorkomen en beheersen;
> kritiek kunnen geven en ontvangen;
> het verband tussen assertiviteit en zelfvertrouwen.

Trainer

De opleiding wordt gegeven door gecertificeerde en ervaren senior coaches van **Băo academy**.

Praktische informatie

Duur: 2 dagen.

Plaats: de sessie kan zowel plaatsvinden in uw bedrijf als in ons opleidingscentrum.

Deze opleiding is ook mogelijk in ons opleidingscentrum op basis van individuele deelname (open opleiding). Een syllabus wordt ter beschikking gesteld van de deelnemers.

Niet gevonden wat u zocht in deze selectie van ons aanbod?
Wij helpen u graag verder. Băo academy • 02 289 68 25 • info@baoacademy.be

REF. bao_20/O/334

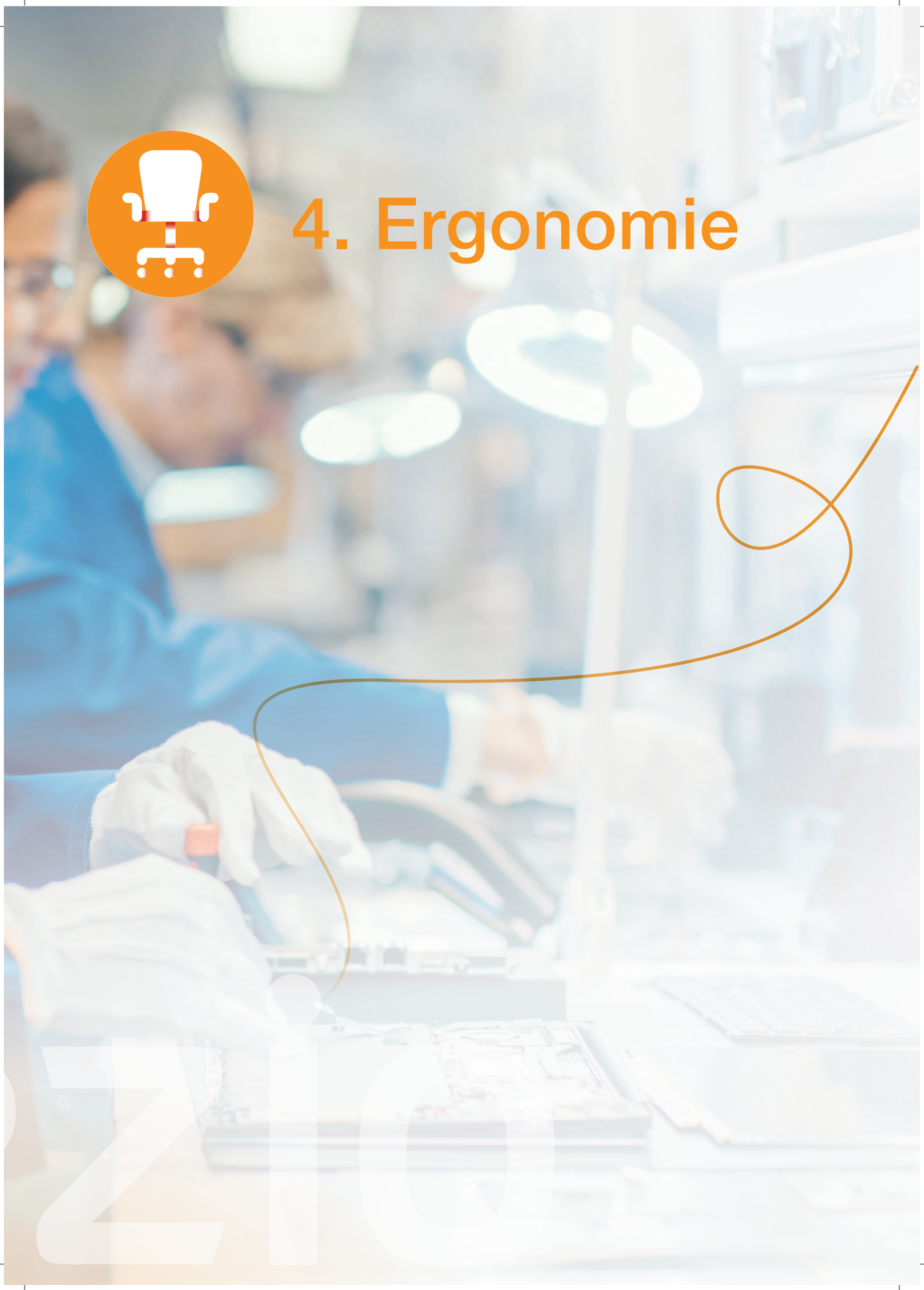
Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 104 26/03/24 14:19



24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 105 26/03/24 14:19


cone



4. Ergonomie

Dienst

Interventie opsporing beeldschermwerk – EWOS (bedrijven C- D)



Deze vragenlijst bevat algemene administratieve informatie en vragen over de instellingen en de eigenschappen van de verschillende meubels (zitting, werkblad, enz.), de computeruitrusting (scherm, klavier, muis, enz.) en de omgevingsgerelateerde omstandigheden (beschikbare plaats, orde, veiligheid, verlichting, thermische omgeving, enz.).
Belangrijk: om het technische aspect van bepaalde criteria gemakkelijker te kunnen begrijpen, worden er dia's met afbeeldingen en uitleg (pop-up) weergegeven wanneer de gebruiker de muis over de vraag beweegt.
De individuele antwoorden op de online vragenlijst worden rechtstreeks verwerkt via de website van **Cohezio** en beheerd door de preventieadviseurs-ergonomen en de arbeidsarts van **Cohezio**.

Doelstellingen

Deze tool is bestemd voor kleine en middelgrote bedrijven en analyseert de arbeidsomstandigheden van de personeelsleden die beeldschermwerk uitvoeren. De tool maakt het mogelijk een kwalitatieve en individuele inventaris op te stellen van de eventuele problemen waarmee men te maken krijgt op elke werkpost en eventuele aanpassingen voor te stellen.
Deze analyse is één van de efficiënte manieren om te beantwoorden aan artikel VIII.2-3 van de codex over het welzijn op het werk op het werk. Ze voorziet in een verplichte risicoanalyse die ten minste om de 5 jaar moet worden vernieuwd op het niveau van de werkgroepen en de individuen.
De verplichte opleiding voor het werken met toestellen met een beeldscherm is eveneens inbegrepen in het product door middel van informatieve dia's en het ter beschikking stellen van filmpjes over de ergonomie van beeldschermwerk.

Inhoud

Er zijn verschillende stappen voorzien voor de toepassing van de vragenlijst.

> Uitleg van de aanpak. Een gebruiksaanwijzing is beschikbaar op cohezio4u. Die maakt het mogelijk voor de werkgever om de interventie voor te bereiden en de nodige informatie te geven aan zijn werknemers voor de volgende stappen.

> Individueel antwoord via cohezio4u.
De personeelsleden worden verzocht om naar cohezio4u te gaan (er wordt een code geleverd of een koppeling via een persoonlijke mail) en de vragenlijst online te beantwoorden.

> Analyse van de gegevens. Elke vragenlijst wordt geanalyseerd en de werkgever ontvangt een kort individueel verslag. Dit verslag wordt elektronisch en automatisch opgesteld.

> Invoering van preventieve maatregelen. Op basis van het verslag kan de werkgever de preventiemaatregelen nemen.

> Het is mogelijk dat de indicaties die uit de studie blijken, problemen aangeven waarvoor een interventie op het terrein door het team van ergonomen nodig is. Die tweede stap kan worden uitgevoerd door middel van een aanpak van het type "voorbereidende of deskundige analyse".

Voor wie?

Bedrijven C- en D.

Dienstverlener

De preventieadviseur-ergonoom van **Cohezio** en de preventieadviseur-arbeidsarts van **Cohezio**.

Voor meer informatie betreffende deze dienst mag u steeds contact opnemen met uw contactpersoon binnen Cohezio. U kan ons ook steeds contacteren op ons algemeen nummer 02 533 74 11 of via info@cohezio.be.

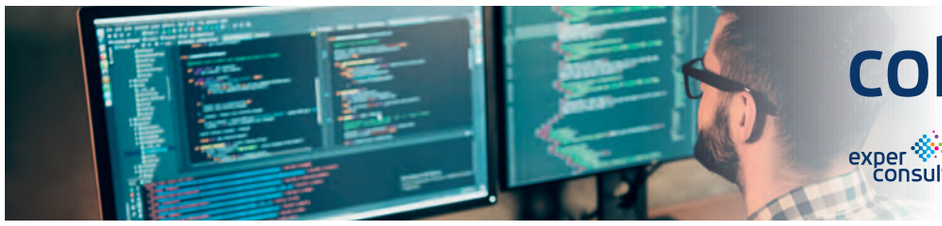
REF. erg_20/D/041

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 108 26/03/24 14:19

Dienst

Interventie analyse van de arbeidsrisico's bij beeldschermwerk – EWOS (bedrijven A B C+)



EWOS staat voor Ergonomic Workplace Online Survey. Het is een analyse door middel van een online vragenlijst. Die vragenlijst bestaat uit ongeveer 75 vragen met aan te kruisen vakjes, verdeeld over 5 rubrieken:
> algemene gegevens (aangepast op basis van de profielen en het bedrijf);
> uitgevoerde activiteiten;
> werkpostanalyse;
> tevredenheid op de werkpost;
> gezondheidsproblemen (vertrouwelijk behandeld).

Doelstellingen

De bedoeling van deze interventie is een momentopname te kunnen maken van het bedrijf wat betreft de problemen van het personeel dat beeldschermwerk uitvoert. Dit maakt het mogelijk om:
> **doelgroepen of risicoprofielen te identificeren;**
> **een kwalitatieve en kwantitatieve inventaris op te stellen van de risicofactoren binnen de verschillende diensten van het bedrijf;**
> **een actieplan op te stellen met preventieve maatregelen.**

Het beantwoordt aan de wettelijke verplichtingen zoals bepaald in de Codex over het welzijn op het werk en meer bepaald aan VIII.2-3 tot VIII.2-6 betreffende de risicoanalyse, het geven van informatie en de opleiding, onder andere.

Inhoud

Er zijn verschillende stappen voorzien voor de toepassing van de vragenlijst
> **Vergadering met de verantwoordelijken van het bedrijf.** Deze vergadering maakt het mogelijk de specifieke vraag en behoeften van het bedrijf te bepalen, de timing en de praktische organisatie af te spreken en het product voor te stellen aan de verschillende partners binnen de onderneming.
> **Aankondiging van de enquête aan het doelpubliek.** De werkgever kondigt de enquête aan zijn werknemers aan en legt de aanpak en de beoogde doelen uit.
> **Versturing van de vragenlijst aan de leden van het personeel.** De verantwoordelijken van het bedrijf leveren de e-mailadressen van de personeelsleden die overeenstemmen met het project en de cel IT van **Cohezio** verstuurt de vragenlijst naar de verschillende e-mailadressen.
> **Analyse van de gegevens.** Na ontvangst van de individuele vragenlijsten gaat de cel ergonomie van **Cohezio** over tot de analyse en stelt een verslag op met de geïdentificeerde problemen en de preventiemaatregelen die eraan zouden kunnen worden gekoppeld.
> **Presentatie van de gegevens.** Het verslag wordt voorgesteld aan de verantwoordelijken van het bedrijf en tijdens het CPBW of het BOC.
> **Invoering van preventieve maatregelen.** Op basis van het verslag kan de werkgever de preventiemaatregelen invoeren. Het is mogelijk dat de resultaten van de studie wijzen op een dienst of een groep waarbinnen belangrijke problemen een meer gerichte interventie door het team van ergonomen vereisen. Die tweede stap zal kunnen worden uitgevoerd door middel van een aanpak van het type "analyse".

Voor wie?

Bedrijven A, B, C+ en met een steekproef van meer dan 100 werknemers.

Dienstverlener

De preventieadviseur-ergonoom van **Cohezio**, met de medewerking van de preventieadviseur-arbeidsarts.

Praktische informatie

Duur: op basis van een offerte afhankelijk van de bedrijfscontext, oprichting van een stuurcomité (facultatief), voorafgaande bezoeken, enz.

Voor meer informatie betreffende deze dienst mag u steeds contact opnemen met uw contactpersoon binnen Cohezio. U kan ons ook steeds contacteren op ons algemeen nummer 02 533 74 11 of via info@cohezio.be.

REF. erg_20/D/042

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 109 26/03/24 14:19

Dienst

Interventie screening beeldschermwerk – CEWA



De interventie betreft al het personeel of een gedeelte ervan, verdeeld over groepen van ongeveer 12 personen die werken binnen dezelfde entiteit en verloopt tijdens een halve dag van aanwezigheid ter plaatse.
De interventie omvat een collectieve sensibilisatie waarin de problemen aan bod komen die verband houden met beeldschermwerk, gevolgd door de aanbevolen preventiemaatregelen, aangevuld door een bezoek aan elke werkpost en het voorstellen van gepaste aanpassingen en instellingen van de werkpost. De door de gebruiker van de werkpost ingevulde checklist dient als leidraad voor dit individuele gesprek.
Een syntheseverslag of individueel verslag (optie) vervolledigt de interventie.
Deze interventie maakt het mogelijk te beantwoorden aan artikelen VIII.2-3 en VIII.2-4 van de codex over het welzijn op het werk op het werk.

Doelstellingen

Deze interventie wil de personeelsleden sensibiliseren wat betreft beeldschermwerk en wordt gekoppeld aan een individuele analyse van de werkpost.

Inhoud

Er zijn verschillende stappen voorzien voor de uitvoering van deze interventie.

> **Vergadering met de verantwoordelijken van het bedrijf**
Deze vergadering maakt het mogelijk de specifieke vraag en behoeften van het bedrijf te bepalen, de timing en de praktische organisatie af te spreken en het product voor te stellen aan de verschillende partners binnen de onderneming.

> **Aankondiging van de enquête aan het doelpubliek**
De werkgever kondigt de CEWA-interventie aan zijn werknemers aan en er kan een checklist worden uitgedeeld aan de deelnemers om in te vullen.

> **Sessie voor opleiding en analyse van de werkposten (facultatieve optie)**
De groep(en) van deelnemers wonen de collectieve sensibilisatiesessie (één uur) bij en keren dan terug naar hun werkpost voor het bezoek van de ergonoom.

> **Invoering van preventieve maatregelen**
Op basis van het syntheseverslag of de individuele verslagen kan de werkgever de preventiemaatregelen invoeren.
Het is mogelijk dat de resultaten van de studie wijzen op een werkpost waar belangrijke problemen een aanvullende interventie door het team van ergonomen vereisen. Die volgende stap kan worden uitgevoerd door middel van een individuele aanpak.

Voor wie?

Beeldschermwerkers.

Dienstverlener

De preventieadviseur-ergonoom van **Cohezio**.

Praktische informatie

De voorstelling van een individueel verslag (per werkpost) is ook mogelijk als optie.

Voor meer informatie betreffende deze dienst mag u steeds contact opnemen met uw contactpersoon binnen Cohezio. U kan ons ook steeds contacteren op ons algemeen nummer 02 533 74 11 of via info@cohezio.be.

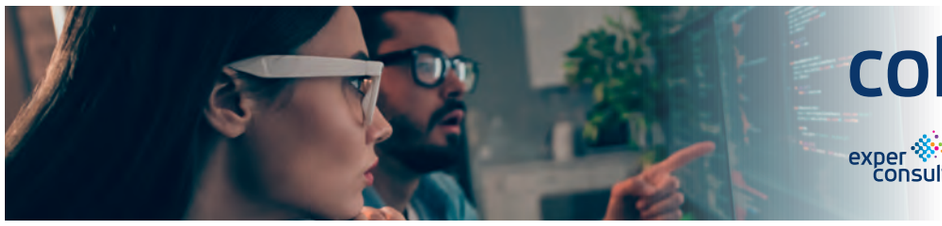
REF. erg_20/D/043

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 110 26/03/24 14:19

Dienst

Interventie deskundige analyse beeldschermwerk – IEWA



IEWA (Individual Ergonomic Workplace Analysis).

De interventie betreft een individuele beeldschermwerkpost. Ze bestaat uit een fase waarin de werkpost wordt geanalyseerd en een fase waarin het verslag wordt opgesteld, met vermelding van de geïdentificeerde problemen en de preventieve maatregelen die ermee verbonden zijn.
De interventie is gericht op een individuele werkpost waarvoor een probleem met het meubilair of het materiaal, een aandoening of een klacht werd vastgesteld of uitgedrukt.

Doelstellingen

De volgende Doelstellingen worden beoogd:

> **Analyse van de werkpost**
Deze interventie is bestemd om op een precieze manier de werkpost te analyseren wat betreft de fysieke, cognitieve en organisatorische parameters.

> **Opleiding en sensibilisatie**
Het is de bedoeling om de gebruiker van de werkpost de mogelijkheid te geven om de mechanismen te leren kennen en begrijpen die een probleem kunnen vormen in het kader van zijn werk met een beeldscherm en om de principes toe te passen voor de inrichting en instelling van zijn werkpost.

> **Rechtstreekse aanpassing van de werkpost**
Bij deze interventie stelt de preventieadviseur-ergonoom aanpassingen en instellingen van de werkpost voor.

> **Voorstel van preventiemaatregelen**
Op basis van de resultaten van de analyse tijdens het bezoek aan de werkpost wordt een gedetailleerd verslag voorgesteld. Daarin staan de vastgestelde en geëvalueerde problemen, alsook de corrigerende maatregelen die werden toegepast tijdens het bezoek en de maatregelen die daarna zouden moeten worden toegepast (herstelling, onderhoud of aankoop van materiaal, inrichting van het materiaal, organisatie, verbetering van de omgevingsfactoren, enz.).

Inhoud

Er zijn verschillende stappen voorzien voor de uitvoering van deze interventie.

> **Analyse van het verzoek**
Tijdens deze voorbereidende fase kunnen het verzoek en de specifieke noden van het bedrijf duidelijk worden bepaald. Ze vormt een voorbereidende stap voor de praktische organisatie van het bezoek van de ergonoom.

> **Analyse van de werkpost**
De preventieadviseur-ergonoom gaat ter plaatse en voert de analyse van de werkpost uit. De aanwezigheid van de gebruiker van de werkpost is noodzakelijk. De leden van de hiërarchie en de syndicale partners zijn ook welkom. Tijdens dit bezoek worden regelmatig aanpassingen uitgevoerd aan de werkpost: regeling van de zitting en het werkoppervlak, positie van het scherm, de muis, het toetsenbord, enz. Mogelijke oplossingen worden voorgesteld op proef, om te bepalen of de toepassing ervan relevant is op langere termijn.

> **Invoering van preventieve maatregelen**
De preventieadviseur stelt het analyseverslag op met daarin de geïdentificeerde problemen, de prioriteiten en de preventiemaatregelen. Het verslag wordt bezorgd aan de werkgever of aan de hiërarchische verantwoordelijke.

Dienstverlener

De preventieadviseur-ergonoom van **Cohezio**.

Praktische informatie

Een evaluatie van de aangebrachte wijzigingen kan worden overwogen binnen een variabele, te bepalen termijn.

Voor meer informatie betreffende deze dienst mag u steeds contact opnemen met uw contactpersoon binnen Cohezio. U kan ons ook steeds contacteren op ons algemeen nummer 02 533 74 11 of via info@cohezio.be.

REF. erg_20/D/044

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 111 26/03/24 14:19

Dienst

Manueel hanteren van lasten – Risicoanalyse ergonomie



Het manueel hanteren van lasten zorgt voor een belangrijke belasting voor veel werknemers. De preventie van de schade die eruit voortvloeit, is vooral gebaseerd op een aanpassing van de arbeidsomstandigheden.

Doelstellingen

De arbeidsomstandigheden die verband houden met het hanteren van lasten analyseren en preventiemaatregelen voorstellen op basis van de werkelijke activiteit.

De interventie maakt het mogelijk te beantwoorden aan artikel VIII.3-2 van de codex over het welzijn op het werk op het werk betreffende de risicoanalyse manueel hanteren van lasten.

Inhoud

De preventieadviseur-ergonoom analyseert de activiteiten en toepassing van wettelijke verplichtingen in verband met het manueel hanteren van lasten. Die zijn gevarieerd en betreffen verschillende eigenschappen, zoals het gewicht van de lasten, het aangrijpen, het volume, de breekbaarheid of het gebrek aan evenwicht ervan, de herhaling en de duur, de plaats van opslag, enz. De omgevingsomstandigheden (bewegingsruimte, warmte, koude, verlichting, enz.) en de organisatorische omstandigheden worden ook overlopen, net als de risico's op vallen.
De analyse is gebaseerd op taakobservaties met behulp van gevalideerde vragenlijsten (bv. KIM tillen, OCRA checklist, RULA) of vragenlijsten specifiek voor de activiteit (bv. KIM trekken en duwen, KIM extreme bewegingen, KIM repetitieve bewegingen). Deze analyse wordt op participatieve wijze uitgevoerd door overleg met de werknemers en hiërarchische lijn.

Op basis van deze analyse worden preventiemaatregelen voorgesteld. Het kan daarbij gaan om:

> **de aanpassing van de materiële omstandigheden:** hoogte van de materialen, hulpmiddelen voor het verplaatsen van lasten, beheer van de opslag van lasten, keuze van de tools, enz.;

> **de verbetering van de omgevingsfactoren en van de organisatorische factoren** (taakrotatie, kwantiteit en kwaliteit van de verlichting, verkleining van het risico op vallen, spreiding van de pauzes, opleiding, enz.).

Voor wie?

De bedrijven waar manueel hanteren van lasten van toepassing is (o.a. tillen, dragen, trekken, duwen, verplaatsen van lasten).

Dienstverlener

De preventieadviseur-ergonoom van **Cohezio** en de preventieadviseur-arbeidsarts van **Cohezio**.

Praktische informatie

Duur: op basis van een offerte, afhankelijk van het aantal betrokken werkposten en de actieve deelname van de actoren van het bedrijf.

Plaats: ter plaatse in het bedrijf.

Voor meer informatie betreffende deze dienst mag u steeds contact opnemen met uw contactpersoon binnen Cohezio. U kan ons ook steeds contacteren op ons algemeen nummer 02 533 74 11 of via info@cohezio.be.

REF. erg_20/D/045

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 112 26/03/24 14:19

Dienst

Hulp bij de inrichting van de werkruimtes



Een werkruimte is een leefruimte binnen het bedrijf. Om goede arbeidsvoorwaarden mogelijk te maken, dient ze elementen te bevatten die bijdragen tot het welzijn van de werknemers en tot de prestaties van het bedrijf.

Doelstellingen

De eigenschappen van de werkruimte analyseren op basis van de uit te voeren activiteiten en preventiemaatregelen voorstellen.

De preventieadviseur-ergonoom analyseert de activiteiten, eigenschappen en knelpunten met betrekking tot de werkruimte. Die zijn gevarieerd. We vinden er meer bepaald de afmetingen, de bewegingsruimte en de verplaatsingen, het vervoer van materiaal en lasten, de niveauverschillen, de verlichting, het soort aankleding, de organisatie van de verschillende stromen (producten, materialen, personen), de uit te voeren taken, enz.

Op basis van die analyse worden preventiemaatregelen voorgesteld. Het kan gaan om de aanpassing van de materiële omstandigheden, zoals de afmetingen van het meubilair, op maat van het lichaam van de gebruiker, de plaatsing van het meubilair en de tools, de hulp bij en het beheer van de verplaatsingen en de opslag van lasten, toezicht op de doorgangen maar ook een verbetering van de omgevingsfactoren (kwantiteit en kwaliteit van de verlichting) of een verkleining van het risico op uitglijden.

Inhoud

> Analyse van het verzoek.

> Analyse van de verplichtingen, de behoeften en de indicatoren.

> Gebruik van tools voor deskundige en participatieve analyses (checklist, evaluatiemethodes, enz.).

> Gebruik van meettools (luxmeter, sonometer, enz.).

> Uitwerking van een realistisch actieplan voor de inrichting, in overleg met de hiërarchie.

> Voorlopig verslag, besproken met de hiërarchie om de relevantie van de door de tussenkomende personen verzamelde informatie te controleren.

> Gedetailleerd verslag, voorgesteld in het CPBW.

Voor wie?

De werkgever en de hiërarchische lijn, de operatoren.

Dienstverlener

De preventieadviseur-ergonoom van **Cohezio**.

Praktische informatie

Duur: op basis van een offerte, afhankelijk van het aantal betrokken werkposten en de actieve medewerking van de actoren van het bedrijf.

Plaats: ter plaatse in het bedrijf.

Voor meer informatie betreffende deze dienst mag u steeds contact opnemen met uw contactpersoon binnen Cohezio. U kan ons ook steeds contacteren op ons algemeen nummer 02 533 74 11 of via info@cohezio.be.

REF. erg_20/D/046

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 113 26/03/24 14:19

Dienst

Hulp bij het ontwerp van kantoorruimtes



De kantoorruimte evolueert gelijktijdig met de evolutie van het bedrijf. Het is dus belangrijk die te ontwerpen op basis van de nieuwe noden van het bedrijf.

Doelstellingen

De ontwerper helpt rekening te houden met de factoren die de dagelijkse activiteit van de gebruikers zullen vergemakkelijken.

Op basis van een verzoek om hulp bij het ontwerp van een kantoorruimte analyseert de ergonoom samen met de ontwerpers hun beperkingen op onder meer financieel en architecturaal vlak en levert zijn bijdrage door middel van zijn kennis van de werkelijke activiteit van het werk en de behoeften van de kantoorgebruikers.

Inhoud

> Analyse van het verzoek.
> Analyse van de verplichtingen en de behoeften.
> Analyse van de werkelijke activiteit van de operatoren op het terrein.
> Analyse van de ontwerpplannen.
> Simulatie van de plannen na de besprekingen in 2D of 3D.
> Opvolging van de evolutie van het ontwerp.
> Verdediging van het ontwerp in het CPBW/BOC.

Voor wie?

De architecten, de ontwerpers van werkruimtes, de personen die bestekken opstellen, de managers.

Dienstverlener

De preventieadviseur-ergonoom van **Cohezio**.

Praktische informatie

Duur/Gemiddelde duur: afhankelijk van het belang van het ontwerpproject, het aantal verschillende activiteiten in het kantoor in kwestie en de actieve participatie van de vertegenwoordigers van het bedrijf, dient 8 dagen tot 12 halve dagen te worden gerekend voor de interventie – verslag inbegrepen

Plaats: ter plaatse in het bedrijf.

Voor meer informatie betreffende deze dienst mag u steeds contact opnemen met uw contactpersoon binnen Cohezio. U kan ons ook steeds contacteren op ons algemeen nummer 02 533 74 11 of via info@cohezio.be.

REF. erg_20/D/047

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 114 26/03/24 14:19

Dienst

Ergonomische analyse van een werkpost (geen beeldscherm)



Goede werkomstandigheden zijn noodzakelijk om het welzijn van de werknemers en de prestaties van het bedrijf te bevorderen. De knelpunten zijn gevarieerd: fysiek, omgevingsgerelateerd, psychosociaal en mentaal. De analyse ervan laat toe om gepaste preventiemaatregelen voor te stellen.

Doelstellingen

De arbeidsomstandigheden analyseren en preventiemaatregelen voorstellen voor een werkpost die geen beeldschermwerkpost is.

De preventieadviseur-ergonoom analyseert de eigenschappen, knelpunten en activiteiten die verband houden met de werkpost en de uitgevoerde activiteit. Die kunnen gevarieerd zijn: ongemakkelijke houdingen, ongepast gebruik van het materiaal, materiaal dat niet is afgestemd op de behoeften, inrichting van het lokaal, verlichting, thermische omgeving, enz.). Op basis van die analyse worden preventiemaatregelen voorgesteld.

Die betreffen de fysieke inrichting en het ontwerp van de werkpost, het aannemen van gepaste houdingen, het aanbieden van materiaal dat aangepast is aan het werk en aan de eigenschappen van de persoon, een verbetering van de omgevingsfactoren (verlichting, warmte, tocht, lawaai, enz.), of elk ander aspect in verband met het welzijn op het werk.

Inhoud

De preventieadviseur-ergonoom analyseert de activiteiten, kenmerken en knelpunten met betrekking tot de werkpost.

Die zijn gevarieerd en hebben betrekking op verschillende domeinen:

> **Fysieke belasting:**
musculoskeletale aandoeningen, rugpijn, repetitieve bewegingen, hart en bloedvaten, statisch en zittend werk, trillingen, enz.

> **Belasting door omgevingsfactoren:**
verlichting, thermische omgeving, lawaai, enz.

> **Psychosociale belasting:**
relaties tussen collega's, organisatie, stress, enz.

> **Mentale belasting:**
verwerking van de informatie, concentratie, enz.

Verschillende methodologieën kunnen worden voorgesteld, afhankelijk van de context en van de analyse van het verzoek, het nemen van foto's, het ontwerp op een plan, enz.

Op basis van die analyse worden preventiemaatregelen voorgesteld.

Voor wie?

De werkgever, de hiërarchische lijn, de IDPB, de operatoren.

Dienstverlener

De preventieadviseur-ergonoom van **Cohezio**.

Praktische informatie

Duur/Gemiddelde duur: op basis van een offerte, afhankelijk van het aantal betrokken werkposten en de actieve medewerking van de actoren van het bedrijf.
Plaats: ter plaatse in het bedrijf.

Voor meer informatie betreffende deze dienst mag u steeds contact opnemen met uw contactpersoon binnen Cohezio. U kan ons ook steeds contacteren op ons algemeen nummer 02 533 74 11 of via info@cohezio.be.

REF. erg_20/D/048

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 115 26/03/24 14:19

Dienst

Ergonomisch advies over het bestek van producten en materialen



De keuze van een product of materiaal is een belangrijke stap. De keuze moet overeenstemmen met de noden van het bedrijf, maar ook met de eigenschappen van de operator.

Doelstellingen

Hulp bieden bij het opstellen van het bestek van producten en materialen.

De preventieadviseur-ergonoom analyseert de behoefte van het bedrijf wat betreft het gewenste product en materiaal.

Op basis van de analyse werkt hij mee aan het opstellen van het bestek.

Dat bestek zal verwijzingen bevatten naar de Belgische en/of buitenlandse normen op het vlak van ergonomie en naar de Belgische wetgeving.

Het zal een beroep doen op de afstemming tussen de eigenschappen van het product en het lichaam van de gebruiker, en ook op zijn fysieke capaciteiten, door een product te helpen kiezen waarvan het gebruik zo weinig mogelijk risico's stelt.

Deze interventie maakt het mogelijk te beantwoorden aan art.IV.2-2 betreffende arbeidsmiddelen.

Inhoud

> Analyse van het verzoek.

> Analyse van de behoeften op het vlak van het materiaal.

> Gebruik van tools voor deskundige en participatieve analyses (checklist, evaluatiemethodes, enz.).

> Gedetailleerd verslag, op te nemen in het bestek.

Voor wie?

De verantwoordelijke voor de aankopen, de interne preventieadviseur, de werkgever en de hiërarchische lijn.

Dienstverlener

De preventieadviseur-ergonoom van **Cohezio**.
De preventieadviseur-arbeidsarts van **Cohezio**.
De preventieadviseur-arbeidshygiëne van **Cohezio**.

Praktische informatie

Duur/Gemiddelde duur: op basis van een offerte, afhankelijk van de kenmerken van het product en het materiaal waarover het gaat.
Plaats: ter plaatse in het bedrijf.

Voor meer informatie betreffende deze dienst mag u steeds contact opnemen met uw contactpersoon binnen Cohezio. U kan ons ook steeds contacteren op ons algemeen nummer 02 533 74 11 of via info@cohezio.be.

REF. erg_20/D/049

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 116 26/03/24 14:20

Dienst

Specifieke ergonomische studie – aanpassing van lokalen om het risico op agressie en/of besmetting te verlagen



Vermindering van het risico op agressie en/of besmetting door de aanpassing en/of reorganisatie van de gebruikte lokalen.

Doelstellingen

Opsporing van de zwakke punten op het vlak van «security».

De preventieadviseur-ergonoom analyseert de activiteiten, eigenschappen en knelpunten in verband met de werkruimte, met bijzondere aandacht voor het risico op agressie en/of besmetting.

Op basis van die analyse worden maatregelen voorgesteld voor het aanpassen van de activiteit of volgt er een voorstel voor wijzigingen aan de lokalen, rekening houdend met de ergonomie en met behoud van de fysieke en mentale integriteit van de medewerkers.

Inhoud

> Bezoek aan de betrokken gebouwen en lokalen.

> Analyse van de activiteit.

> Analyse van de nabije omgeving.

> Verslag en voorstellen voor preventiemaatregelen.

Voor wie?

Werkgevers van wie de werknemers mogelijk worden geconfronteerd met een moeilijk, gewelddadig of agressief publiek.

Dienstverlener

De preventieadviseur-ergonoom van **Cohezio**.

Praktische informatie

Plaats: ter plaatse in het bedrijf.

Voor meer informatie betreffende deze dienst mag u steeds contact opnemen met uw contactpersoon binnen Cohezio. U kan ons ook steeds contacteren op ons algemeen nummer 02 533 74 11 of via info@cohezio.be.

REF. erg_20/D/410

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 117 26/03/24 14:20

Dienst

Analyse van de informatiecircuits



De communicatiemiddelen evolueren en bij bepaalde activiteiten en werkposten is er sprake van een beheer en een verwerking van talrijke informatiestromen, die steeds moeilijker door de operatoren kunnen worden gecontroleerd en gestuurd volgens de prioriteiten van het bedrijf.

Doelstellingen

Een ergonomische interventie voorstellen, gebaseerd op een algemene benadering voor een verbetering van het welzijn, met de bedoeling de algemene prestaties van de systemen te optimaliseren en gericht op een analyse van de informatiecircuits.

Disfunctioneren opsporen en de kwaliteit van de informatiestromen en de efficiëntie van het werk verbeteren

Inhoud

De tussenkomende partij analyseert samen met de hiërarchie en de operatoren de betrokken werksituaties, meer bepaald beschouwd als een systeem bestaande uit een technische en materiële uitrusting, een arbeidsorganisatie en operatoren in interactie.

Hij helpt de hiërarchie bij het oplossen van problemen met disfunctioneren en bij het plannen van een opvolging van te uit te voeren acties.

> Analyse van het verzoek.

> Analyse van de bruikbare sporen.

> Analyse van de werkelijke activiteit van de operatoren op het terrein.

> Opstelling van een diagnose.

> Grondige analyse van de als prioritair beschouwde punten.

> Voorstel van oplossings-/verbetermogelijkheden.

> Begeleiding bij de invoering van de gekozen oplossingen.

Dienstverlener

De preventieadviseur-ergonoom van **Cohezio**, in bepaalde gevallen in samenwerking met de preventieadviseur-arbeidsarts en De preventieadviseur-psychosociale aspecten van **Cohezio**.

Praktische informatie

Duur: op basis van een offerte, afhankelijk van het aantal betrokken werkposten en de actieve medewerking van de actoren van het bedrijf.

Plaats: ter plaatse in het bedrijf.

Voor meer informatie betreffende deze dienst mag u steeds contact opnemen met uw contactpersoon binnen Cohezio. U kan ons ook steeds contacteren op ons algemeen nummer 02 533 74 11 of via info@cohezio.be.

REF. erg_20/D/411

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 118 26/03/24 14:20

Dienst

Analyse van de organisatorische factoren



Bedrijven evolueren, de arbeidsorganisatie kan daardoor dan ook veranderen en er kunnen risicofactoren verschijnen die verband houden met de organisatie, die zich uiten in de vorm van absenteïsme, conflicten of elke andere vorm van disfunctioneren die schadelijk is voor het bedrijf.

Doelstellingen

Een ergonomische interventie aanbieden, gebaseerd op een algemene benadering voor een verbetering van het welzijn, met de bedoeling de algemene prestaties van de systemen te optimaliseren en gericht op een analyse van de organisatorische factoren.

Disfunctioneren opsporen en de arbeidsorganisatie samen met de hiërarchie van het bedrijf verbeteren.

Inhoud

De tussenkomende partij analyseert samen met de hiërarchie en de operatoren de betrokken werksituaties, meer bepaald beschouwd als een systeem bestaande uit een technische en materiële uitrusting, een arbeidsorganisatie en operatoren in interactie.

Hij helpt de hiërarchie bij het oplossen van problemen met disfunctioneren en bij het plannen van een opvolging van te uit te voeren acties.

> Analyse van het verzoek.

> Analyse van de bruikbare sporen.

> Analyse van de werkelijke activiteit van de operatoren op het terrein.

> Opstelling van een diagnose.

> Grondige analyse van de als prioritair beschouwde punten.

> Voorstel van oplossings-/verbetermogelijkheden.

> Begeleiding bij de invoering van de oplossingen.

Dienstverlener

De preventieadviseur-ergonoom van **Cohezio**, in bepaalde gevallen in samenwerking met de preventieadviseur-arbeidsarts en De preventieadviseur-psychosociale aspecten van **Cohezio**.

Praktische informatie

Duur: op basis van een offerte, afhankelijk van het aantal betrokken werkposten en de actieve medewerking van de actoren van het bedrijf.

Plaats: ter plaatse in het bedrijf.

Voor meer informatie betreffende deze dienst mag u steeds contact opnemen met uw contactpersoon binnen Cohezio. U kan ons ook steeds contacteren op ons algemeen nummer 02 533 74 11 of via info@cohezio.be.

REF. erg_20/D/412

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 119 26/03/24 14:20

Dienst

Basisanalyse van de verlichting van een werkpost



Verlichting die niet is aangepast aan de werkpost, kan een bron zijn van visueel ongemak. Het kan de visuele prestaties verminderen en mogelijk zelfs problemen veroorzaken voor de gezondheid en de veiligheid van de werknemers.

De analyse van de verlichting maakt het mogelijk om die problemen te identificeren, zodat er verbeteringen kunnen worden aangebracht.

Om de kwaliteit van de verlichting in uw bedrijf te evalueren, bieden wij een kwalitatieve en kwantitatieve analyse per werkpost aan.

Doelstellingen

> **De gemiddelde verlichting op het werkoppervlak kwantificeren.**

> **De oorzaken van visueel ongemak identificeren (weerspiegeling, verblinding, schittering, stroboscopieverschijnselen, enz.).**

> **Een actieplan opstellen.**

Inhoud

Op basis van een voorafgaande analyse van de arbeidssituaties.

> **Stap 1**: metingen van de gemiddelde verlichting op het werkoppervlak of de werkoppervlakken.

> **Stap 2**: identificatie van de oorzaken van visueel ongemak.

> **Stap 3**: analyse van de gegevens, interpretatie van de resultaten en evaluatie van de conformiteit met de wetgeving en de relevante normen.

> **Stap 4**: bepaling en hiërarchische indeling van de te voorziene preventiemaatregelen, op basis van de algemene preventieprincipes.

> **Stap 5**: opname van de resultaten en aanbevelingen in een verslag. Mogelijkheid om dat voor te stellen aan het CPBW en/of aan de hiërarchische lijn en/of aan de werknemers.

Voor wie?

Alle bedrijven die werknemers tewerkstellen aan één of meer beeldschermen, de zones voor productie en logistiek, de ateliers, enz.

Dienstverlener

De preventieadviseur-ergonoom / de preventieadviseur-arbeidshygiëne van **Cohezio**.

Praktische informatie

Duur: 1 half uur per werkpost (+ afhankelijk van de specificiteit van de vraag).

Plaats: in het bedrijf.

Voor meer informatie betreffende deze dienst mag u steeds contact opnemen met uw contactpersoon binnen Cohezio. U kan ons ook steeds contacteren op ons algemeen nummer 02 533 74 11 of via info@cohezio.be.

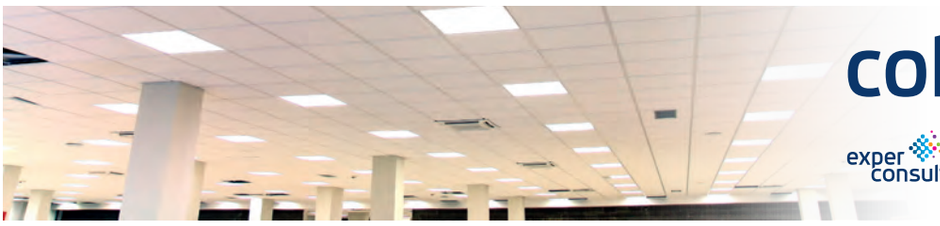
REF. erg_20/D/413

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 120 26/03/24 14:20

Dienst

Analyse van de verlichting in het bedrijf



Verlichting kan een bron van ongemak zijn en zelfs gezondheids- en veiligheidsproblemen veroorzaken. Een analyse van de verlichting maakt het mogelijk om risico's te identificeren en problemen te voorkomen.

Om de kwaliteit en de conformiteit van de verlichting in uw bedrijf te evalueren, bieden we een analyse aan van de verlichting en de lichtkwaliteit en helpen we u bij het opstellen van een actieplan.

Doelstellingen

> **De verlichting in uw bedrijf in kaart brengen en aftoetsen aan de voorschriften van de codex over het welzijn op het werk op het werk en/of de normen NBN EN 12646-1 en 2.**

> **De lichtkwaliteit analyseren (temperatuur, uniformiteit, kleurweergave, verblinding, enz.).**

> **Een actieplan opstellen.**

> **De hiërarchische lijn bewustmaken van de problematiek en uw technische diensten ondersteunen.**

Inhoud

Op basis van een voorlopige analyse van de werksituaties.

> **Stap 1**: de verlichting in kaart brengen.

> **Stap 2**: een inventaris opmaken van de lichtpunten en hun kenmerken.

> **Stap 3**: de gegevens analyseren, de resultaten interpreteren en de conformiteit met de relevante wetgeving en normen beoordelen.

> **Stap 4**: de te plannen preventiemaatregelen bepalen op basis van de algemene preventieprincipes en er een prioriteit in aanbrengen.

> **Stap 5**: de resultaten en aanbevelingen opnemen in een verslag. Mogelijkheid om dat voor te stellen aan het CPBW en/of aan de hiërarchische lijn en/of aan de werknemers en/of aan de preventieadviseur-arbeidsarts.

Voor wie?

Alle bedrijven met werknemers in dienst die aan beeldschermwerk doen, in productiezones en logistieke ruimtes, werkplaatsen, enz.

Dienstverlener

Experten van **Modyva**.

Praktische informatie

Plaats: in het bedrijf.

Duur: 1 tot 10 dagen (afhankelijk van het te onderzoeken aantal werkzones).

Voor meer informatie betreffende deze dienst mag u steeds contact opnemen met uw contactpersoon binnen Cohezio. U kan ons ook steeds contacteren op ons algemeen nummer 02 533 74 11 of via info@cohezio.be.

REF. mod_20/D/401

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 121 26/03/24 14:20

Dienst

Geavanceerde risicoanalyse van musculoskeletale aandoeningen als gevolg van krachtinspanningen, repetitieve bewegingen en belastende houdingen



Musculoskeletale aandoeningen (MSA) in de bovenste ledematen zijn een van de meest voorkomende beroepsziekten en een belangrijke oorzaak van absenteïsme.
We beschikken over verschillende methoden om de risico's op MSA te analyseren, evenals het CAPTIV-systeem. Dit systeem maakt het mogelijk om gewrichtshoeken, repetitieve bewegingen en spierkracht continu te meten. De metingen worden gesynchroniseerd met video-opnames. Op die manier kan de blootstelling aan MSA perfect worden geobjectiveerd.

Doelstellingen

> **Kwantitatieve beoordeling van de blootstelling aan een risico op MSA in de bovenste ledematen.**

> **Identificatie van de taken en houdingen die het meest bijdragen tot de blootstelling om de prioritaire acties te bepalen, en rangschikking ervan (opleiding, inrichting van de werkplek, werkorganisatie, enz.).**

> **Opleiding/sensibilisatie van werknemers en ondersteuning bij het opvolgen van het actieplan.**

Inhoud

> **Stap 1**: identificatie van werksituaties (homogene blootstellingsgroepen) en ontleding van taken met een risico op MSA.

> **Stap 2**: risicoanalyse via conventionele methoden (bv.: OCRA) en/of via objectieve metingen met het CAPTIV-systeem.

> **Stap 3**: risicobeoordeling voor elke taak en elk segment (handen, polsen, ellebogen, schouders, nek) op basis van gewrichtshoeken (houdingen), repetitieve bewegingen en spierkracht.

> **Stap 4**: technische en organisatorische aanbevelingen.

> **Stap 5**: opleiding/sensibilisatie, opvolging van het actieplan.

Voor wie?

Alle werksituaties waar sprake is van repetitieve handelingen, belastende houdingen en krachtinspanningen.

Dienstverlener

Experten van **Modyva**.

Praktische informatie

Plaats: in het bedrijf en in onze kantoren.

Voor meer informatie betreffende deze dienst mag u steeds contact opnemen met uw contactpersoon binnen Cohezio. U kan ons ook steeds contacteren op ons algemeen nummer 02 533 74 11 of via info@cohezio.be.

REF. mod_20/D/402

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 122 26/03/24 14:20

Dienst

Basisanalyse van het akoestisch comfort op de werkplek



Open spaces, ook wel landschapskantoren genoemd, zouden de communicatie en de samenwerking tussen werknemers moeten vergemakkelijken. Bij het ontwerpen van deze werkruimtes wordt echter vaak te weinig rekening gehouden met de akoestiek. Lawaai is een van de belangrijkste factoren van hinder voor de gebruikers van open spaces, misschien zelfs de belangrijkste. Dit kan leiden tot verstoring bij het uitvoeren van de activiteit, vermoeide werknemers en minder goede prestaties voor het bedrijf.
Er zijn heel wat elementen die het akoestische comfort in dit soort kantoren kunnen beïnvloeden: de akoestische eigenschappen van het pand, de inrichting van het landschapskantoor, het soort werk dat er wordt verricht, het type open space, enz. **Cohezio** biedt een eerste kwalitatieve analyse om een diagnose van de situatie op te maken en voorstellen te doen voor verbetering.

Doelstellingen

> **Bronnen van akoestische hinder vaststellen (galm, gebrek aan akoestische isolatie, omgevingsgeluid, geluidsbronnen in het lokaal zelf, configuratie van gedeelde kantoren/open spaces op basis van het soort activiteiten, enz.).**

> **Ideeën voor verbetering voorstellen om het akoestisch comfort te optimaliseren.**

Inhoud

> **Stap 1**: analyse van de activiteit en de werkorganisatie.

> **Stap 2**: analyse van de kenmerken en de configuratie van het kantoor.

> **Stap 3**: opstelling van technische en organisatorische aanbevelingen.

Voor wie?

Alle ondernemingen.

Dienstverlener

De preventieadviseur-ergonoom van **Cohezio**.

Praktische informatie

Plaats: in het bedrijf en in onze kantoren.

Voor meer informatie betreffende deze dienst mag u steeds contact opnemen met uw contactpersoon binnen Cohezio. U kan ons ook steeds contacteren op ons algemeen nummer 02 533 74 11 of via info@cohezio.be.

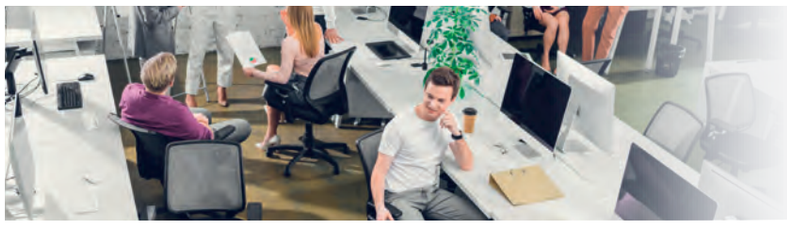
REF. erg_20/D/414

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 123 26/03/24 14:20

Dienst

Diepgaande analyse van het akoestisch comfort op de werkplek



Open spaces, ook wel landschapskantoren genoemd, zouden de communicatie en de samenwerking tussen werknemers moeten vergemakkelijken. Bij het ontwerpen van deze werkruimtes wordt echter vaak te weinig rekening gehouden met de akoestiek. Lawaai is een van de belangrijkste factoren van hinder voor de gebruikers van open spaces, misschien zelfs de belangrijkste. Dit kan leiden tot verstoring bij het uitvoeren van de activiteit, vermoeide werknemers en minder goede prestaties voor het bedrijf.
Er zijn heel wat elementen die het akoestische comfort in dit soort kantoren kunnen beïnvloeden: de akoestische eigenschappen van het pand, de inrichting van het landschapskantoor, het soort werk dat er wordt verricht, het type open space, enz. **Cohezio** biedt een eerste kwalitatieve analyse om een diagnose van de situatie op te maken en voorstellen te doen voor verbetering.
Modyva beschikt over sonometers, modelleringstools en methoden om het akoestisch comfort op de werkplek te optimaliseren.

Doelstellingen

> **De graad van akoestisch comfort op de werkplek objectiveren.**

> **Het akoestisch comfort optimaliseren.**

> **De werknemers sensibiliseren en u helpen bij het opstellen van gedragscodes.**

> **U ondersteunen bij het opvolgen van het actieplan.**

Inhoud

> **Stap 1:** analyse van de werkorganisatie en van de bestemming van elk lokaal.

> **Stap 1b**: hulp bij het uitvoeren van bevragingen van werknemers (bv. vragenlijst omtrent geluidshinder in landschapskantoren), interviews.

> **Stap 2**: bepalen van akoestische doelstellingen, afhankelijk van het type werk dat wordt uitgevoerd (samenwerking, nood aan concentratie, callcenters, vertrouwelijkheid, enz.), volgens de meest relevante normen. De doelstellingen hebben vooral betrekking op galm, omgevingsgeluid en de akoestische isolatie van de lokalen.

> **Stap 3**: metingen van de indicatoren ter plaatse en/of digitale modellering van de werkzone.

> **Stap 4**: optimalisatie van de akoestische prestaties van uw lokalen.

> **Stap 5**: technische en organisatorische aanbevelingen, hulp bij het opstellen van bestekken en eventuele opvolging van leveranciers.

> **Stap 6**: opleiding/sensibilisatie, opstellen van gedragscodes.

Voor wie?

Alle ondernemingen.

Dienstverlener

Experten van **Modyva**.

Praktische informatie

Plaats: in het bedrijf en in onze kantoren.
Duur: 1 tot 5 dagen (afhankelijk van het te onderzoeken aantal **werkzones).**

Voor meer informatie betreffende deze dienst mag u steeds contact opnemen met uw contactpersoon binnen Cohezio. U kan ons ook steeds contacteren op ons algemeen nummer 02 533 74 11 of via info@cohezio.be.

REF. mod_20/D/403

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 124 26/03/24 14:20

Dienst

Vereenvoudigde analyse van de blootstelling van werknemers aan lawaai



Preventie van lawaai. Langdurige blootstelling aan lawaai kan het gehoor van werknemers beschadigen.

Om de niveaus van persoonlijke blootstelling op de werkplek te beoordelen of te beheersen, stellen wij een vereenvoudigde manier voor om de blootstelling van werknemers te evalueren op basis van een inventaris van de geluidsbronnen. Met onze tool voor bijdrageanalyse (puntenmethode) kunt u zelf de blootstelling van uw werknemers beoordelen.

Doelstellingen

> **De geluidsdoses waaraan uw werknemers worden blootgesteld, kwantificeren door middel van taakgerichte metingen (geluidsniveaus en blootstellingsduur per taak).**

> **De taken en geluidsbronnen identificeren die het meest tot de blootstelling bijdragen.**

> **Een actieplan opstellen om het risico te verminderen.**

> **Het gezondheidstoezicht bepalen dat nodig is om de betrokken werknemers op te volgen.**

> **Bepalen voor welke taken en in welke zones het dragen van gehoorbescherming aanbevolen of verplicht is.**

Inhoud

> Op basis van een voorafgaande analyse van de werksituaties.

> Stap 1 : inventarisatie van bronnen en kwantificering van de geluidsniveaus per geïdentificeerde bron door middel van puntmetingen.

> Stap 2 : integratie van de resultaten in onze bijdrageanalysetool (puntenmethode).

> Stap 3 : op basis van de vaststellingen ter plaatse:
- vestigen we de aandacht op problematische werksituaties en formuleren we beknopte aanbevelingen met het oog op het opstellen van een actieplan;
- bepalen we voor welke zones en taken het dragen van PBM's aanbevolen of verplicht is en voor welke zones signalisatie nodig is.

> Stap 4 : de resultaten worden geleverd in een samenvattend verslag in Excel-formaat. Aan de hand van deze tabel kunt u de blootstelling van de werknemers voor elke werksituatie beoordelen. Op de lange termijn kan men de risicoanalyse bijwerken door de inventaris van geluidsbronnen aan te vullen of te wijzigen.

Voor wie?

Kleine en middelgrote ondernemingen.

Dienstverlener

Preventieadviseurs van **Cohezio** of Experten van **Modyva**.

Praktische informatie

Duur: 1 half uur per werkpost (+ afhankelijk van de specificiteit van de vraag).

Plaats: ter plaatse in het bedrijf.

Voor meer informatie betreffende deze dienst mag u steeds contact opnemen met uw contactpersoon binnen Cohezio. U kan ons ook steeds contacteren op ons algemeen nummer 02 533 74 11 of via info@cohezio.be.

REF. erg_20/D/415

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 125 26/03/24 14:20

Dienst

Analyse van de individuele blootstelling aan lawaai (Lex, 8u en Ppeak)



Preventie van lawaai. Langdurige blootstelling aan lawaai kan het gehoor van werknemers beschadigen.
Het risico op doofheid houdt verband met het lawaai waaraan werknemers worden blootgesteld tijdens het uitvoeren van hun activiteiten. Het gaat om het niveau van persoonlijke blootstelling aan geluid (Lex, 8u), d.w.z. de geluidsdosis die wordt ondergaan. Het risico op doofheid houdt ook verband met de blootstelling van werknemers aan impact- of impulsgeluiden (Ppeak).
Om de blootstellingsniveaus van de operatoren te beoordelen of te beheersen, bieden we een evaluatie van de blootstelling van werknemers aan lawaai aan en kunnen we u helpen bij het opstellen van een actieplan.

Doelstellingen

> **Het persoonlijke blootstellingsniveau kwantificeren (Lex, 8u).**

> **De blootstelling aan impact- of impulsgeluiden kwantificeren (Ppeak).**

> **Preventieve maatregelen bepalen om de blootstelling aan lawaai te verminderen.**

Inhoud

> **Stap 1** : analyse van de activiteiten die door de operatoren worden uitgevoerd (geluidsbronnen, blootstellingstijd, enz.).

> **Stap 2**: metingen met geluidsniveaumeters en/of dosimeters.

> **Stap 3**: afvlakking van de geluidsdosis over een periode van 8 uur/dag en 5 dagen/week om een Lex, 8u te verkrijgen zoals bepaald door de wetgeving.

Voor wie?

Werknemers die worden blootgesteld aan geluidsdoses die mogelijk hoger zijn dan 80 dB(A).

Dienstverlener

De preventieadviseur van **Cohezio**.

Praktische informatie

Plaats: ter plaatse in het bedrijf.

Voor meer informatie betreffende deze dienst mag u steeds contact opnemen met uw contactpersoon binnen Cohezio. U kan ons ook steeds contacteren op ons algemeen nummer 02 533 74 11 of via info@cohezio.be.

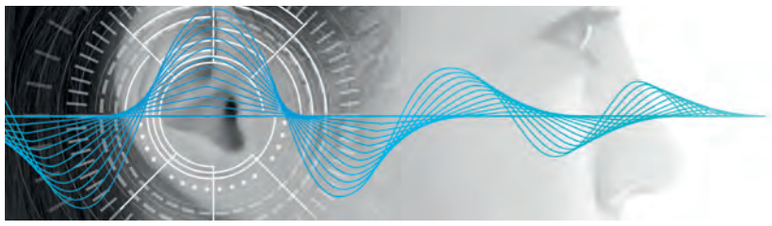
REF. erg_20/D/416

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 126 26/03/24 14:20

Dienst

Uitwerking van een geluidskaart



Door een geluidskaart van een bedrijf te maken, kunnen we het omgevingsgeluid beoordelen en de meest lawaaierige zones of werkplekken in kaart brengen. Zo kunnen we een prioriteit aanbrengen in de preventiemaatregelen op basis van de blootstellingstijden van de werknemers in de meest lawaaierige zones. De geluidskaart maakt het ook mogelijk om risicogebieden te definiëren en er gemakkelijker het dragen van persoonlijke beschermingsmiddelen tegen lawaai te verplichten indien nodig.

Doelstellingen

> **Het omgevingsgeluid kwantificeren per zone.**

> **De meest luidruchtige zones identificeren.**

> **Bepalen voor welke taken en in welke zones het dragen van gehoorbescherming aanbevolen of verplicht is.**

Inhoud

> **Stap 1**: analyse van de zoneplannen: identificatie van geluidsbronnen en de locatie van de werkplekken.

> **Stap 2**: uitvoering van meerdere puntmetingen in de betreffende zone.

> **Stap 3**: integratie van de meetresultaten in het plan en classificatie van de verschillende zones aan de hand van kleurcodes volgens het omgevingslawaai.

Voor wie?

Alle ondernemingen.

Dienstverlener

Preventieadviseurs van **Cohezio** of Experten van **Modyva**.

Praktische informatie

Plaats: ter plaatse in het bedrijf.

Duur: 1 tot 5 dagen, afhankelijk van het aantal betrokken zones.

Voor meer informatie betreffende deze dienst mag u steeds contact opnemen met uw contactpersoon binnen Cohezio. U kan ons ook steeds contacteren op ons algemeen nummer 02 533 74 11 of via info@cohezio.be.

REF. erg_20/D/417

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 127 26/03/24 14:20

Dienst

Bestrijding van de blootstelling aan lawaai



Lawaai op het werk kan leiden tot akoestisch ongemak, maar ook risico's inhouden voor de gezondheid en de veiligheid van de werknemers. Om de werknemers te beschermen tegen de blootstelling aan lawaai, kan **Cohezio** verschillende soorten analyses uitvoeren om het risico te meten en te verminderen, en oplossingen zoeken om het akoestische ongemak te verkleinen.

Doelstellingen

> **De risico's inzake de blootstelling aan lawaai meten.**

> **Het risico verminderen aan de hand van technische en organisatorische maatregelen (1. aan de bron, 2. verspreiding, 3. persoonlijke bescherming).**

> **Het akoestische comfort in de ruimtes verbeteren.**

> **Het jaarlijkse actieplan en het globale preventieplan aanvullen.**

Meerwaarde voor de klant:

> **betere levenskwaliteit op het werk;**

> **minder arbeidsongevallen;**

> **verlaagd risico op beroepsziektes.**

Inhoud

Afhankelijk van de doelstellingen kunnen er verschillende methodologieën worden toegepast.

> **Meting van de Lex, 8u of Lex, 40u uitgedrukt in dB(A) (gemiddeld persoonlijk blootstellingsniveau per dag of per week)**: dit is de dosis lawaai waaraan de werknemer wordt blootgesteld. Hiervoor moet de activiteit worden geanalyseerd, moet het LAeq,T gemeten worden (equivalent niveau = gemiddelde akoestische energie) per taak, per functie of per volledige dag, en de Lex berekend worden.

> **Meting van de mate waarin de werknemers aan impulsief en impactlawaai worden blootgesteld**: hiervoor wordt het piekgeluidsniveau (LpC, peak) gemeten en uitgedrukt in dB(C), om te controleren of de hoogste pieken de wettelijke normen overschrijden.

> **Uitwerken van een geluidskaart**: meting van het omgevingsgeluid, categorisering in zones en verslag op plan om de zones met het meeste lawaai te bepalen en het bedrijf in staat te stellen de PBM's voor geluidshinder te regulariseren.

> **Studie over akoestische hinder door geluidsweerkaatsing in bepaalde ruimtes zoals de cafetaria, een kantoorzone, opleidings- of vergaderlokaal**: meting en berekening van de nagalmtijd T60. Dit is de tijd die de galm nodig heeft om onder het niveau van 60 dB te zakken in een bepaalde ruimte wanneer een geluid (uitgezonden signaal) plots onderbroken wordt. Deze T60 wordt bepaald door het volume van de ruimte en de soorten materialen van de scheidingswanden (absorptiecoëfficiënt). Op deze manier kunnen we de technische oplossingen bepalen waarmee de galm verminderd kan worden (soort, oppervlakte en lokalisatie van absorberende materialen ...).

De metingen gebeuren met een integrerende geluidsmeter van klasse 1 of met een dosismeter, indien de werknemer zich veel verplaatst en we de dosis geluid waaraan de werknemer wordt blootgesteld willen meten.

Na elk soort interventie wordt een volledig verslag opgesteld. Dat verslag bespreekt de doelstelling van de studie, de methodologie, de interpretatie van de resultaten en concrete verbeteringspistes in de vorm van een actieplan.

Voor wie?

Alle ondernemingen: A, B, C en D.

Dienstverlener

De preventieadviseur-ergonoom, ingenieurs niveau 1 van **Cohezio**, de preventieadviseur–arbeidshygiëne van **Cohezio** of Experten van **Modyva**.

Praktische informatie

Plaats: in het bedrijf.

Voor meer informatie betreffende deze dienst mag u steeds contact opnemen met uw contactpersoon binnen Cohezio. U kan ons ook steeds contacteren op ons algemeen nummer 02 533 74 11 of via info@cohezio.be.

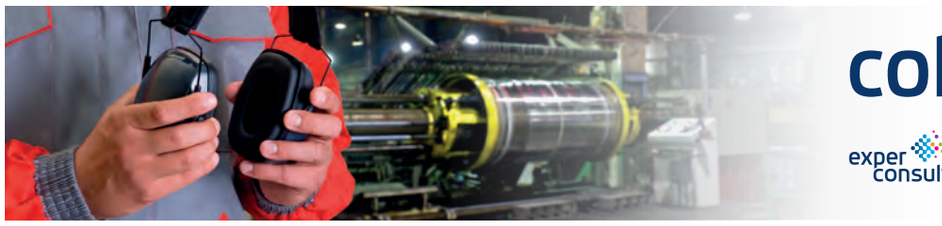
REF. mod_20/D/404

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 128 26/03/24 14:20

Dienst

Geavanceerde analyse van de blootstelling van werknemers aan lawaai



Preventie van lawaai. Langdurige blootstelling aan lawaai kan het gehoor van werknemers beschadigen.
Om de blootstellingsniveaus op de werkplek te evalueren of te beheersen, bieden we een analyse aan van de blootstelling van de werknemers aan lawaai en helpen we u bij het opstellen van een actieplan.

Doelstellingen

> Aan de hand van metingen de geluidsdoses kwantificeren waaraan uw medewerkers worden blootgesteld.

> De taken en geluidsbronnen identificeren die het meest bijdragen tot de blootstelling.

> Het gezondheidstoezicht bepalen dat nodig is om de betrokken werknemers op te volgen.

> Een actieplan opstellen om de geluidsrisico's te voorkomen.

> Bepalen voor welke taken en in welke zones het dragen van gehoorbescherming aanbevolen of verplicht is.

> Helpen bij het kiezen van de meest geschikte PBM's voor uw werksituatie.

> Werknemers en hiërarchische lijn sensibiliseren.

Inhoud

Op basis van een voorafgaande analyse van de werksituaties.

> **Stap 1**: beoordeling van de blootstelling.

Methode 1: in kaart brengen van het geluid in het bedrijf
- In kaart brengen van de werkplekken, identificatie van de bronnen die bijdragen tot de blootstelling en bepaling van risicovolle werkplekken.
- Beoordeling van de geluidsdosis op basis van een evaluatie van de blootstellingstijden.

Methode 2: Dosimetrie
- Continue monitoring van een werknemer door hem uit te rusten met een dosimeter.
- Profielanalyse en bepaling van de taken, geluidsniveaus en bijbehorende blootstellingstijden.

Methode 3: Eenmalige maatregelen
- Inventaris van de geluidsbronnen en kwantificering van de geluidsniveaus van elke geïdentificeerde bron.
- Mogelijk gebruik van een akoestische camera voor een gedetailleerde analyse van de arbeidsmiddelen.

> **Stap 2**: interpretatie van de resultaten, beoordeling van de blootstelling van de werknemers met behulp van onze bijdrageanalysetool. Evaluatie en optimalisatie van de PBM's.

> **Stap 3**: bepaling en hiërarchische indeling van de te plannen preventieve maatregelen op basis van de algemene preventieprincipes (eliminatie, vervanging, CBM's, PBM's, voorlichting, opleiding). Bepaling van het medische toezicht en de signalisatie die moeten worden geïmplementeerd.

> **Stap 4**: opname van de resultaten en aanbevelingen in een verslag. Mogelijkheid om dit voor te stellen aan het CPBW en/of de hiërarchische lijn en/of de werknemers.

Voor wie?

Werknemers die worden blootgesteld aan geluidsdoses die mogelijk hoger zijn dan 80 dB(A).

Dienstverlener

Experten van **Modyva**.

Praktische informatie

Plaats: in het bedrijf.
Durée : 1 tot 20 dagen (afhankelijk van het te onderzoeken aantal werkzones).

Voor meer informatie betreffende deze dienst mag u steeds contact opnemen met uw contactpersoon binnen Cohezio. U kan ons ook steeds contacteren op ons algemeen nummer 02 533 74 11 of via info@cohezio.be.

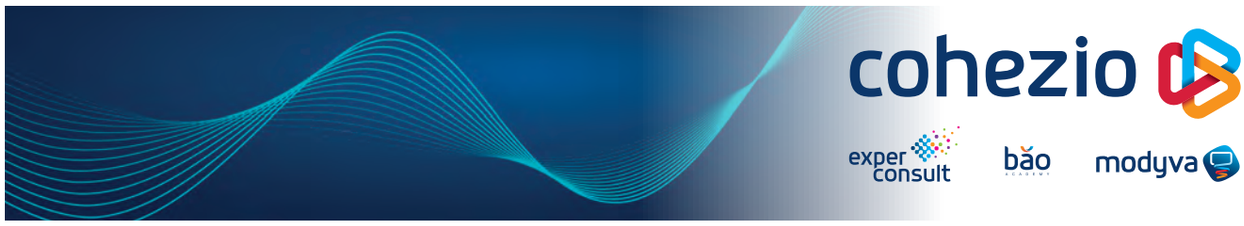
REF. mod_20/D/405

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 129 26/03/24 14:20

Dienst

Analyse van de blootstelling van werknemers aan trillingen (hele lichaam)



Preventie van trillingen (hele lichaam). Langdurige blootstelling aan trillingen kan leiden tot musculoskeletale aandoeningen in de lendenstreek.
Om de blootstellingsniveaus op de werkplek te evalueren of te controleren, bieden we een analyse aan van de blootstelling van de werknemers aan trillingen en helpen we u bij het opstellen van een actieplan.

Doelstellingen

> **Door middel van metingen de dosis trillingen kwantificeren waaraan uw medewerkers worden blootgesteld.**

> **De apparatuur, de rijzones en de acties bepalen die het meest bijdragen tot de blootstelling.**

> **Het medisch toezicht bepalen dat nodig is om de betrokken werknemers op te volgen.**

> **Een actieplan opstellen om trillingsrisico's te voorkomen.**

> **De werknemers en de hiërarchische lijn sensibiliseren.**

Inhoud

Op basis van een voorlopige analyse van de werksituaties.

> Stap 1: de blootstelling evalueren door middel van metingen op de gebruikte machines. De voorlopige analyse maakt het mogelijk om een testplan op te stellen (duur van de metingen, te meten machines, aantal metingen, enz.). De machines worden uitgerust met:
- een systeem voor het meten van de trillingen op de bestuurdersstoel volgens de norm ISO 2631;
- een bijkomende sensor op het frame om de efficiëntie van de stoel te beoordelen;
- een gps of een ingebouwde camera om de rijomstandigheden te controleren.

> Stap 2: de trillingsprofielen analyseren (rijzones, taken, efficiëntie van de stoel, enz.). De resultaten interpreteren, de blootstelling van de werknemers beoordelen aan de hand van onze analysetool.

> Stap 3: de te plannen preventieve maatregelen bepalen op basis van de algemene preventieprincipes (eliminatie, vervanging, CBM's, PBM's, voorlichting, opleiding) en er een prioriteit in aanbrengen. Het medisch toezicht bepalen.

> Stap 4: de resultaten en aanbevelingen opnemen in een verslag. Mogelijkheid om dat voor te stellen aan het CPBW en/of aan de hiërarchische lijn en/of aan de werknemers.

Voor wie?

Alle bedrijven die werknemers in dienst hebben die worden blootgesteld aan trillingsniveaus die mogelijk hoger zijn dan 0,5 m/s² (vorkheftruckchauffeurs, chauffeurs, enz.).

Dienstverlener

Experten van **Modyva**.

Praktische informatie

Plaats: in het bedrijf.

Duur: 1 tot 4 dagen (afhankelijk van het te onderzoeken aantal werkzones).

Voor meer informatie betreffende deze dienst mag u steeds contact opnemen met uw contactpersoon binnen Cohezio. U kan ons ook steeds contacteren op ons algemeen nummer 02 533 74 11 of via info@cohezio.be.

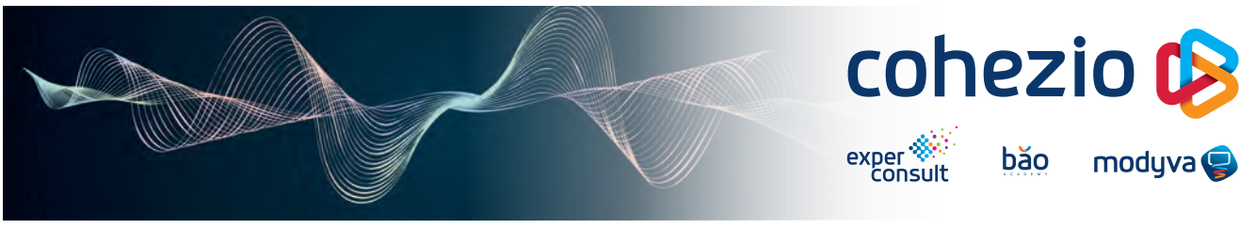
REF. mod_20/D/406

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 130 26/03/24 14:20

Dienst

Analyse van de blootstelling van werknemers aan trillingen (handen en armen)



Preventie van trillingen (handen/armen). Langdurige blootstelling aan trillingen kan leiden tot musculoskeletale aandoeningen in de bovenste ledematen.
Om de blootstellingsniveaus op de werkplek te evalueren of te controleren, bieden we een analyse aan van de blootstelling van de werknemers aan trillingen en helpen we u bij het opstellen van een actieplan.

Doelstellingen

> **Door middel van metingen de dosis trillingen kwantificeren waaraan uw medewerkers worden blootgesteld.**

> **De apparatuur bepalen die het meest bijdraagt tot de blootstelling.**

> **Het medisch toezicht bepalen dat nodig is om de betrokken werknemers op te volgen.**

> **Een actieplan opstellen om trillingsrisico's te voorkomen.**

> **De werknemers en de hiërarchische lijn sensibiliseren.**

Inhoud

Op basis van een voorlopige analyse van de werksituaties.

> **Stap 1**: een inventaris opmaken van de door de werknemers gebruikte apparatuur en samen met werkgever en werknemers en inschatting maken van de gebruikstijden.

> **Stap 2**: de blootstelling evalueren door middel van metingen op de gebruikte machines (volgens de norm ISO 5349). Tegelijk kunnen ook metingen van de blootstelling aan geluid worden voorgesteld.

> **Stap 3**: de trillingsmetingen analyseren, de resultaten interpreteren en de blootstelling van de werknemers beoordelen aan de hand van onze analysetool.

> **Stap 4**: de te plannen preventieve maatregelen bepalen op basis van de algemene preventieprincipes (eliminatie, vervanging, CBM's, PBM's, voorlichting, opleiding) en er een prioriteit in aanbrengen. Het medisch toezicht bepalen.

> **Stap 5**: de resultaten en aanbevelingen opnemen in een verslag. Mogelijkheid om dat voor te stellen aan het CPBW en/of aan de hiërarchische lijn en/of aan de werknemers.

Voor wie?

Alle bedrijven die werknemers in dienst hebben die worden blootgesteld aan trillingsniveaus die mogelijk hoger zijn dan 2,5 m/s² (gebruikers van trillend gereedschap zoals slagmoersleutels, slijpmachines, boorhamers, enz.).

Dienstverlener

Experten van **Modyva**.

Praktische informatie

Plaats: in het bedrijf.

Duur: 1 tot 5 dagen (afhankelijk van het te onderzoeken aantal werkzones).

Voor meer informatie betreffende deze dienst mag u steeds contact opnemen met uw contactpersoon binnen Cohezio. U kan ons ook steeds contacteren op ons algemeen nummer 02 533 74 11 of via info@cohezio.be.

REF. mod_20/D/407

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 131 26/03/24 14:20

Opleiding

Gezond werken aan een beeldscherm



Deze module wordt gegeven als een interactieve groepsles en bespreekt onder meer de juiste regeling van de rugleuning van een bureaustoel, het op elkaar afstemmen van de hoogte van stoel en werkoppervlak, de opstelling van één of meer schermen, toetsenbord en muis op het werkoppervlak, de opstelling van het materiaal ten opzichte van de verlichting en de ramen. Ten slotte is de module erop gericht de gebruiker te leren om een ideale werkhouding aan te nemen, om musculoskeletale aandoeningen te verminderen en zelfs te vermijden.

Doelstellingen

De deelnemers bewust maken van de risico's bij beeldschermwerk en hoe zij door toepassing van ergonomische principes de risico's kunnen verkleinen.

De correcte inrichting en aanpassing van een werkpost met beeldscherm leren, rekening houdend met de basisbeginselen van lichaamsbeweging, om vermoeide ogen en klachten van arm, nek en/of schouder te vermijden.

Inhoud

> De risico's die verband houden met beeldschermwerk (musculoskeletale aandoeningen, vermoeide ogen, hoofdpijn, klachten door langdurig stilzitten, enz.).

> De werking van de wervelkolom en de gevolgen van verkeerde werkhoudingen voor de gezondheid van de werknemer (armen, benen, rug, enz.).

> De preventieve manier om de eigen werkplek beter in te richten en aan te passen: bureaustoel, werkoppervlak, beeldscherm(en), laptop, toetsenbord, muis, telefoon, enz.

> De inrichting van de eigen werkomgeving: verlichting, thermische omgeving, opstelling van het meubilair in de werkruimte, enz.

> Het aannemen van de ideale werkhouding (houding die het minste ongemak oplevert).

> Het belang van lichaamsbeweging en de manier om die dagelijks een plek te geven bij het werken op een beeldscherm.

Trainer

De preventieadviseur-ergonoom van **Cohezio**.

Gebruikte methode

De opleiding vertrekt vanuit de theoretische kennis en de concrete ervaring van de deelnemers en bouwt hierop voort vanuit een interactief werkmodel, wat een actieve participatie van de deelnemers met zich meebrengt. Tijdens de opleiding wisselen theorie, praktijk en denkoefeningen elkaar af.

Praktische informatie

Duur: 1 halve dag. Max. 15 personen.

Plaats: de sessie kan zowel plaatsvinden in uw bedrijf als in ons opleidingscentrum.

Niet gevonden wat u zocht in deze selectie van ons aanbod?
Wij helpen u graag verder. Băo academy • 02 289 68 25 • info@baoacademy.be

REF. erg_20/O/414

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 132 26/03/24 14:20

Opleiding

Rugcoach



Het departement Ergonomie kan binnen het bedrijf werknemers opleiden tot rugcoach. De opleiding biedt een grondige beschouwing van de risicofactoren en de preventiemaatregelen in verband met rugproblemen en het hanteren van lasten. Tegelijkertijd behandelt de opleiding de capaciteiten om die kennis over te brengen op de werknemers van het bedrijf.

Doelstellingen

Aan het einde van de opleiding moeten de rugcoaches het volgende kunnen:

- **de onderdelen kennen van de anatomie en de fysiologie van het menselijk lichaam en meer bepaald van de wervelkolom;**
- **de risicofactoren voor de rug en ook de belangrijkste gewrichten waarmee men te maken krijgt op professioneel gebied kennen en kunnen aanduiden;**
- **de belangrijkste dorsale pathologieën kennen en begrijpen;**
- **de basisbeginselen kennen van de methoden voor analyse en beoordeling van de risico's op rugproblemen en musculoskeletale aandoeningen;**
- **oplossingen en alternatieven voorstellen op het vlak van rugbeschermende handelingen en aanpassing van de werkpost;**
- **dienst doen als aanspreekpunt voor de collega's, de hiërarchie en de Interne Dienst voor Preventie en Bescherming wanneer het gaat over het hanteren van lasten en het beschermen van de rug;**
- **de werknemers sensibiliseren en opleiden in verband met een preventieve aanpak.**

Inhoud

Het programma omvat theoretische, praktische en didactische onderdelen:

- wetgeving ter zake;
- theorie en praktijk in verband met de risicofactoren en de strategieën voor preventie van rugpijn en andere musculoskeletale aandoeningen;
- rugsparende handelingen voor verschillende sectoren en soorten bedrijven;
- oefeningen om de spieren te versterken en te stretchen;
- algemene inleiding tot de ergonomie;
- observatie van een werkpost en gebruik van een lijst om de risicofactoren te controleren en te beoordelen;
- het zoeken naar oplossingen en preventieve maatregelen, aangepast aan problematische situaties;
- leren om theorielessen te geven;
- leren om de technieken voor het hanteren van lasten te laten zien en aan te leren (met het bekijken van filmfragmenten).

Voor wie?

De inhoud van de opleiding kan aangepast worden aan de specifieke noden van uw bedrijf en van het doelpubliek. De opleiding is bestemd voor iedereen die met deze problematiek te maken heeft.

Trainer

De preventieadviseur-ergonoom of een gespecialiseerde trainer van **Cohezio**.

Gebruikte methode

De opleiding vertrekt vanuit de theoretische kennis en de concrete ervaring van de deelnemers en bouwt hierop voort vanuit een interactief werkmodel, wat een actieve participatie van de deelnemers met zich meebrengt. Tijdens de opleiding wisselen theorie, praktijk en denkoefeningen elkaar af.

Praktische informatie

Duur: 4 dagen. Max. 12 personen.

Plaats: de sessie kan zowel plaatsvinden in uw bedrijf als in ons opleidingscentrum.

Niet gevonden wat u zocht in deze selectie van ons aanbod?
Wij helpen u graag verder. Băo academy • 02 289 68 25 • info@baoacademy.be

REF. erg_20/O/416

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 133 26/03/24 14:20

Opleiding

Preventie van musculoskeletale aandoeningen en rugvriendelijk werken met lasten



Rug- en gewrichtspijn in de bovenste ledematen (Musculoskeletale Aandoeningen of MSA) zijn één van de meest voorkomende oorzaken van beroepsziekten en afwezigheid op het werk. De rechtstreekse kosten van een ziektedag zijn aanzienlijk, nog afgezien van onrechtstreekse kosten en andere negatieve effecten. Door uw werknemers een opleiding te geven over de preventie van rugklachten en over rugvriendelijk werken, kunt u het absenteïsme en de daarmee samenhangende economische gevolgen voor zowel het bedrijf als de werknemer beperken en tegelijkertijd aan de wettelijke eisen voldoen.

Doelstellingen

> De deelnemer begrijpt de rugproblematiek.

> Hij is in staat om rugsparend te werken.

> Hij past de verschillende tiltechnieken correct toe.

> Hij gaat zelf creatief op zoek naar oplossingen.

Inhoud

De opleiding omvat:

> een aantrekkelijke en voor iedereen begrijpelijke theoretische benadering:

- werking van de rug en van de belangrijkste gewrichten (schouder, elleboog, pols);
- risicofactoren voor rugpijn en musculoskeletale aandoeningen;
- pathologieën en beschadigingen die rug- en gewrichtspijn kunnen veroorzaken;
- preventieve houdingen: zoveel mogelijk houdingen leren die men kan toepassen om de rug te beschermen in de eigen beroepssector en in het dagelijkse leven;
- ergonomische preventie: basisbegrippen voor een aanpassing van de werkpost bepalen;

> een praktische benadering, gebaseerd op echte werksituaties:

- toepassing en beheersing van de gepaste houdingen om de rug en de gewrichten te beschermen;
- algemene en specifieke tiltechnieken, aangepast aan verschillende sectoren en ook toepasbaar in het privéleven;
- uitvoering van oefeningen om de rug te beschermen: rekoefeningen, rugmobilisatie en spierversterkende oefeningen.

Voor wie?

Iedereen die in een sector werkt met activiteiten waarbij sprake is van het hanteren van lasten, repetitieve bewegingen en belastende houdingen: constructie, logistiek, tuinwerkzaamheden, verhuizing, schoonmaak, zorg voor kleine kinderen, thuiszorg, enz.

Trainer

De preventieadviseur–ergonoom van **Cohezio** en een gespecialiseerde trainer.

Gebruikte methode

Filmfragmenten, foto's en modellen van de wervelkolom en de gewrichten om een beter inzicht te krijgen in de theoretische concepten. De praktijk vormt een belangrijk onderdeel van de opleiding. Er kan ook individuele coaching op de werkplek worden aangeboden.

Praktische informatie

Duur: 2 halve dagen (volgens de aanbeveling van de FOD Werkgelegenheid, Arbeid en Sociaal overleg). Afhankelijk van de vraag kan de duur worden aangepast. Max. 15 personen.

Plaats: de sessie kan zowel plaatsvinden in uw bedrijf als in ons opleidingscentrum.

Niet gevonden wat u zocht in deze selectie van ons aanbod?
Wij helpen u graag verder. Băo academy • 02 289 68 25 • info@baoacademy.be

REF. erg_20/O/417

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 134 26/03/24 14:20

Opleiding – op maat (1 dag)

Rugvriendelijk werken met personen en preventie van musculoskeletale aandoeningen



Musculoskeletale aandoeningen (MSA) zijn één van de meest voorkomende oorzaken van beroepsziekten en afwezigheid op het werk. De rechtstreekse kosten alleen al van een ziektedag zijn aanzienlijk, nog afgezien van de onrechtstreekse kosten en andere negatieve impact. Een opleiding voor het rugvriendelijk werken met personen voor uw werknemers kan u als werkgever dus veel kosten besparen, en bovendien voldoet u zo aan uw wettelijke verplichtingen.

Doelstellingen

> Tijdens deze opleiding op maat richten we ons vooral op de situaties en verplaatsingen die op voorhand in overleg met de werkgever en werknemers bepaald zijn.

> De deelnemer begrijpt de rugproblematiek.

> Hij/zij is in staat rugsparend te werken.

> Hij/zij past de verschillende tiltechnieken correct toe.

> Hij/zij kan zelf creatief naar oplossingen zoeken.

Inhoud

De opleiding is opgebouwd uit een beknopt en deelnemersvriendelijk theoretisch gedeelte:

> interactieve uitleg over de anatomie en de functie van de rug;

> het verschil tussen belasting – belastbaarheid – overbelasting;

> de oorzaken van rugletsels en rugklachten;

> inzicht in de risico's op het werk;

> persoonlijke aanpak van rugpreventie.

Gevolgd door een uitgebreide en praktische oefensessie:

> rugvriendelijke houdingen;

> rugsparende tiltechnieken.

De inhoud wordt afgestemd op de werkzaamheden en op de middelen die de werknemers ter beschikking hebben.

Voor wie?

Iedereen die rugbelastende arbeid uitvoert: werknemers actief in de gezondheidszorg, die met kleine kinderen werken, die in rust- en verzorgingstehuizen werken, …

Trainer

De preventieadviseur-ergonoom van **Cohezio**.

Praktische informatie

Duur: 2 halve dagen. Afhankelijk van de vraag kan de duur worden aangepast. Max. 12 personen.

Plaats: de sessie kan zowel plaatsvinden in uw bedrijf als in ons opleidingscentrum.

Niet gevonden wat u zocht in deze selectie van ons aanbod?
Wij helpen u graag verder. Băo academy • 02 289 68 25 • info@baoacademy.be

REF. erg_20/O/418

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 135 26/03/24 14:20

Opleiding

Rugvriendelijk werken op maat of coaching op de werkplek



Deze interactieve module omvat een specifieke opleiding na een voorafgaand bezoek aan de werkplek om de risico's op musculoskeletale aandoeningen en rugpijn in kaart te brengen. Zo kunnen werknemers op hun werkplek persoonlijk advies krijgen. De module hanteert een persoonlijke en praktische aanpak, gericht op de aanpassing van de werkplek en de toepassing van goede preventieve werktechnieken. De nodige aanpassingen worden, indien mogelijk, direct uitgevoerd.
Via deze interventies kan de werkgever voldoen aan artikel VIII.3-7 betreffende de verplichting om opleiding te voorzien voor werknemers die manueel lasten hanteren van de codex over het welzijn op het werk op het werk.

Doelstellingen

Deze module is bedoeld om mogelijke musculoskeletale problemen in verband met de ergonomie van de werkplek te voorkomen, nadat ze tijdens een bezoek ter plaatse werden vastgesteld. De interventie richt zich op een goede opstelling en een correct gebruik van de uitrusting en een goede werkorganisatie, en op een aanpassing van het gedrag van de werknemers.

Inhoud

Deze interventie omvat de volgende elementen:

> bezoek aan de werkplek;
> snelle screening van de werkmethode en de werkhouding;
> bepaling van de risico's wanneer de activiteiten niet op een technisch correcte manier worden uitgevoerd;
> bepaling van de nodige aanpassingen;
> onderzoek naar hanteringstechnieken, geschikte houdingen en een correct gebruik van het materiaal, afhankelijk van de werksituatie;
> toepassing van deze technieken in overleg met de werknemer.

Voor wie?

Werknemers van wie het takenpakket het manueel hanteren van lasten of personen omvat, evenals repetitieve bewegingen of belastende houdingen.

Trainer

De preventieadviseur-ergonoom van **Cohezio**.

Gebruikte methode

Het voordeel van deze werkmethode is de interactiviteit. De werknemer neemt deel aan de actie, kan vragen stellen en krijgt onmiddellijk een professioneel en praktisch antwoord. Ook voor de werkgever zijn er veel voordelen. Eventuele aankopen en bestellingen zijn efficiënt omdat ze gebaseerd zijn op deskundig advies. Bovendien zorgt de interventie ervoor dat de werknemers goed geïnformeerd zijn. Deze werkmethode is erg interessant voor bedrijven waar het moeilijk is om een grote groep werknemers tegelijk samen te brengen voor een opleiding. Elke werknemer krijgt een antwoord op maat omdat de werkplekken door de preventieadviseur geanalyseerd werden.

Praktische informatie

Plaats: In uw bedrijf, via een offerte van de prestaties.

Niet gevonden wat u zocht in deze selectie van ons aanbod?
Wij helpen u graag verder. Băo academy • 02 289 68 25 • info@baoacademy.be

REF. erg_20/O/422

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 136 26/03/24 14:20

Opleiding

Preventie van musculoskeletale aandoeningen (MSA) en rugvriendelijk werken in de logistieke sector



Rugpijn en gewrichtspijn in de bovenste ledematen komt vaak voor bij personeel in de logistieke sector. Musculoskeletale aandoeningen behoren tot de meest voorkomende oorzaken van beroepsziekten en afwezigheid op het werk. De rechtstreekse kosten van een ziektedag zijn aanzienlijk, nog afgezien van de onrechtstreekse kosten en andere negatieve effecten. Door uw werknemers een opleiding te geven over de preventie van rugklachten en over rugvriendelijk werken, kunt u het absenteïsme en de daarmee samenhangende economische gevolgen voor zowel het bedrijf als de werknemer beperken en tegelijkertijd aan de wettelijke eisen voldoen.

Doelstellingen

> De deelnemer begrijpt de rugproblematiek.

> Hij is in staat een werktechniek toe te passen die de rug en de gewrichten spaart.

> Hij past de verschillende technieken voor het hanteren van lasten correct toe.

> Hij gaat zelf creatief op zoek naar oplossingen.

Inhoud

De opleiding omvat:

> een aantrekkelijke en voor iedereen begrijpelijke theoretische benadering:

- werking van de rug en van de belangrijkste gewrichten (schouder, elleboog, pols);
- risicofactoren voor rugpijn en musculoskeletale aandoeningen;
- pathologieën en beschadigingen die rug- en gewrichtspijn kunnen veroorzaken;
- preventieve houdingen: zoveel mogelijk houdingen leren die men kan toepassen om de rug te beschermen bij activiteiten in de logistieke sector en in het dagelijkse leven;
- ergonomische preventie: basisbegrippen voor een aanpassing van de werkplek bepalen (aanpassing van het materiaal, werkorganisatie, voorwerpen op een gemakkelijk bereikbare hoogte plaatsen, enz.);

> een praktische benadering, gebaseerd op echte werksituaties:

- toepassing en beheersing van de gepaste houdingen om de rug en de gewrichten te beschermen: hanteren van diverse lasten (dozen, enz.), verplaatsen van trolleys (rolwagens, containers enz.), correct gebruik van materiaal of apparatuur, correcte opslag op rekken, aangepaste werkhoogtes, enz.;
- uitvoering van oefeningen om de rug en de gewrichten te beschermen: rekoefeningen, rugmobilisatie en spierversterkende oefeningen.

Voor wie?

Iedereen die werkzaam is in de logistieke sector.

Trainer

De preventieadviseur-ergonoom van **Cohezio** en een gespecialiseerde trainer.

Gebruikte methode

Filmfragmenten, foto's en modellen van de wervelkolom en de gewrichten om een beter inzicht te krijgen in de theoretische concepten. De praktijk vormt een belangrijk onderdeel van de opleiding. Er kan ook individuele coaching op de werkplek worden aangeboden.

Praktische informatie

Duur: 2 halve dagen (volgens de aanbeveling van de FOD Werkgelegenheid, Arbeid en Sociaal overleg). Afhankelijk van de vraag kan de duur worden aangepast. Max. 15 personen.
Plaats: de sessie kan zowel plaatsvinden in uw bedrijf als in ons opleidingscentrum.

Niet gevonden wat u zocht in deze selectie van ons aanbod?
Wij helpen u graag verder. Băo academy • 02 289 68 25 • info@baoacademy.be

REF. erg_20/O/421

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 137 26/03/24 14:20

Opleiding

Preventie van musculoskeletale aandoeningen (MSA) en rugvriendelijk werken in de kinderopvang



Rugpijn en gewrichtspijn in de bovenste ledematen komt vaak voor bij personeel in de kinderopvang. Musculoskeletale aandoeningen behoren tot de meest voorkomende oorzaken van beroepsziekten en afwezigheid op het werk. De rechtstreekse kosten van een ziektedag zijn aanzienlijk, nog afgezien van de onrechtstreekse kosten en andere negatieve effecten. Door uw werknemers een opleiding te geven over de preventie van rugklachten en over rugvriendelijk werken, kunt u het absenteïsme en de daarmee samenhangende economische gevolgen voor zowel het bedrijf als de werknemer beperken en tegelijkertijd aan de wettelijke eisen voldoen.

Doelstellingen

> De deelnemer begrijpt de rugproblematiek.

> Hij is in staat een werktechniek toe te passen die de rug en de gewrichten spaart.

> Hij past de verschillende technieken voor het hanteren van lasten correct toe.

> Hij gaat zelf creatief op zoek naar oplossingen.

Inhoud

De opleiding omvat:

> een aantrekkelijke en voor iedereen begrijpelijke theoretische benadering:
- werking van de rug en van de belangrijkste gewrichten (schouder, elleboog, pols);
- risicofactoren voor rugpijn en musculoskeletale aandoeningen;
- pathologieën en beschadigingen die rug- en gewrichtspijn kunnen veroorzaken;
- preventieve houdingen: zoveel mogelijk houdingen leren die men kan toepassen om de rug te beschermen bij activiteiten in de kinderopvang en in het dagelijkse leven;
- ergonomische preventie: basisbegrippen voor een aanpassing van de werkplek bepalen (aanpassing van het materiaal, werkorganisatie, voorwerpen op een gemakkelijk bereikbare hoogte plaatsen, enz.);

> een praktische benadering, gebaseerd op echte werksituaties:
- toepassing en beheersing van de gepaste houdingen om de rug en de gewrichten te beschermen: dragen, verzorgen en aankleden, eten geven, omgaan en spelen met kinderen; hanteren van diverse lasten (spellen, psychomotorische toestellen, bedden en matrassen, wasmanden, dozen, kinderwagens, enz.); opruimen en schoonmaken; correcte opslag op rekken, aangepaste werkhoogtes, enz.;
- uitvoering van oefeningen om de rug en de gewrichten te beschermen: rekoefeningen, rugmobilisatie en spierversterkende oefeningen.

Voor wie?

Iedereen die werkzaam is in de kinderopvang.

Trainer

De preventieadviseur-ergonoom van **Cohezio** en een gespecialiseerde trainer.

Gebruikte methode

Filmfragmenten, foto's en modellen van de wervelkolom en de gewrichten om een beter inzicht te krijgen in de theoretische concepten. De praktijk vormt een belangrijk onderdeel van de opleiding. Er kan ook individuele coaching op de werkplek worden aangeboden.

Praktische informatie

Duur: 2 halve dagen (volgens de aanbeveling van de FOD Werkgelegenheid, Arbeid en Sociaal overleg). Afhankelijk van de vraag kan de duur worden aangepast. Max. 15 personen.
Plaats: de sessie kan zowel plaatsvinden in uw bedrijf als in ons opleidingscentrum.

Niet gevonden wat u zocht in deze selectie van ons aanbod?
Wij helpen u graag verder. Băo academy • 02 289 68 25 • info@baoacademy.be

REF. erg_20/O/423

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 138 26/03/24 14:20

Opleiding

Preventie van musculoskeletale aandoeningen (MSA) en rugvriendelijk werken in de thuishulp



Rug- en gewrichtspijn in de bovenste ledematen komt vaak voor bij mensen die in de thuishulp werken. Musculoskeletale aandoeningen behoren tot de meest voorkomende oorzaken van beroepsziekten en afwezigheid op het werk. De rechtstreekse kosten van een ziektedag zijn aanzienlijk, nog afgezien van de onrechtstreekse kosten en andere negatieve effecten. Door uw werknemers een opleiding te geven over de preventie van rugklachten en over rugvriendelijk werken, kunt u het absenteïsme en de daarmee samenhangende economische gevolgen voor zowel het bedrijf als de werknemer beperken en tegelijkertijd aan de wettelijke eisen voldoen.

Doelstellingen

> **De deelnemer begrijpt de rugproblematiek.**

> **Hij is in staat een werktechniek toe te passen die de rug en de gewrichten spaart.**

> **Hij past de verschillende technieken voor het hanteren van lasten correct toe.**

> **Hij gaat zelf creatief op zoek naar oplossingen.**

Inhoud

De opleiding omvat:

> **een aantrekkelijke en voor iedereen begrijpelijke theoretische benadering:**

- werking van de rug en van de belangrijkste gewrichten (schouder, elleboog, pols);
- risicofactoren voor rugpijn en musculoskeletale aandoeningen;
- pathologieën en beschadigingen die rug- en gewrichtspijn kunnen veroorzaken;
- preventieve houdingen: zoveel mogelijk houdingen leren die men kan toepassen om de rug te beschermen bij activiteiten in de thuishulp en in het dagelijkse leven;
- ergonomische preventie: basisbegrippen voor een aanpassing van de werkplek bepalen (aanpassing van het materiaal, werkorganisatie, voorwerpen op een gemakkelijk bereikbare hoogte plaatsen, enz.);

> **een praktische benadering, gebaseerd op echte werksituaties:**

- toepassing en beheersing van de gepaste houdingen om de rug en de gewrichten te beschermen: hanteren van diverse lasten (emmers, bidons, stofzuiger, wasmand, boodschappentas, enz.), schoonmaken en opruimen, correct gebruik van het materiaal (hoogte van het handvat van de stofzuiger en van de telescopische bezem, hoogte van de strijkplank, enz.), correcte opslag op rekken, aangepaste werkhoogte, persoonlijke hulp (verplaatsen, helpen aankleden, enz.);
- uitvoering van oefeningen om de rug en de gewrichten te beschermen: rekoefeningen, rugmobilisatie en spierversterkende oefeningen.

Voor wie?

Iedereen die werkzaam is in de thuishulpsector.

Trainer

De preventieadviseur-ergonoom van **Cohezio** en een gespecialiseerde trainer.

Gebruikte methode

Filmfragmenten, foto's en modellen van de wervelkolom en de gewrichten om een beter inzicht te krijgen in de theoretische concepten. De praktijk vormt een belangrijk onderdeel van de opleiding. Er kan ook individuele coaching op de werkplek worden aangeboden.

Praktische informatie

Duur: 2 halve dagen (volgens de aanbeveling van de FOD Werkgelegenheid, Arbeid en Sociaal overleg). Afhankelijk van de vraag kan de duur worden aangepast. Max. 15 personen.
Plaats: de sessie kan zowel plaatsvinden in uw bedrijf als in ons opleidingscentrum.

Niet gevonden wat u zocht in deze selectie van ons aanbod?
Wij helpen u graag verder. Băo academy • 02 289 68 25 • info@baoacademy.be

REF. erg_20/O/424

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 139 26/03/24 14:20

Opleiding

Preventie van musculoskeletale aandoeningen (MSA) en rugvriendelijk werken in de schoonmaaksector



Rug- en gewrichtspijn in de bovenste ledematen komt vaak voor bij personeel in de schoonmaaksector. Musculoskeletale aandoeningen behoren tot de meest voorkomende oorzaken van beroepsziekten en afwezigheid op het werk. De rechtstreekse kosten van een ziektedag zijn aanzienlijk, nog afgezien van de onrechtstreekse kosten en andere negatieve effecten. Door uw werknemers een opleiding te geven over de preventie van rugklachten en over rugvriendelijk werken, kunt u het absenteïsme en de daarmee samenhangende economische gevolgen voor zowel het bedrijf als de werknemer beperken en tegelijkertijd aan de wettelijke eisen voldoen.

Doelstellingen

> De deelnemer begrijpt de rugproblematiek.

> Hij is in staat een werktechniek toe te passen die de rug en de gewrichten spaart.

> Hij past de verschillende technieken voor het hanteren van lasten correct toe.

> Hij gaat zelf creatief op zoek naar oplossingen.

Inhoud

De opleiding omvat:

> een aantrekkelijke en voor iedereen begrijpelijke theoretische benadering:

- werking van de rug en van de belangrijkste gewrichten (schouder, elleboog, pols);
- risicofactoren voor rugpijn en musculoskeletale aandoeningen;
- pathologieën en beschadigingen die rug- en gewrichtspijn kunnen veroorzaken;
- preventieve houdingen: zoveel mogelijk houdingen leren die men kan toepassen om de rug te beschermen bij activiteiten in de schoonmaaksector en in het dagelijkse leven;
- ergonomische preventie: basisbegrippen voor een aanpassing van de werkplek bepalen (aanpassing van het materiaal, werkorganisatie, voorwerpen op een gemakkelijk bereikbare hoogte plaatsen, enz.);

> een praktische benadering, gebaseerd op echte werksituaties:

- toepassing en beheersing van de gepaste houdingen om de rug en de gewrichten te beschermen: hanteren van diverse lasten (emmers, bidons, dozen, stofzuiger, vuilnisbakken, enz.), verplaatsen van trolleys (rolwagens, containers, schoonmaakwagen, enz.), correct gebruik van schoonmaakmateriaal (bezem, zwabber, schrobmachine, stofzuiger, enz.), correcte opslag op rekken, aangepaste werkhoogte, enz.;
- uitvoering van oefeningen om de rug en de gewrichten te beschermen: rekoefeningen, rugmobilisatie en spierversterkende oefeningen.

Voor wie?

Iedereen die werkzaam is in de schoonmaaksector.

Trainer

De preventieadviseur-ergonoom van **Cohezio** en een gespecialiseerde trainer.

Gebruikte methode

Filmfragmenten, foto's en modellen van de wervelkolom en de gewrichten om een beter inzicht te krijgen in de theoretische concepten. De praktijk vormt een belangrijk onderdeel van de opleiding. Er kan ook individuele coaching op de werkplek worden aangeboden.

Praktische informatie

Duur: 2 halve dagen (volgens de aanbeveling van de FOD Werkgelegenheid, Arbeid en Sociaal overleg). Afhankelijk van de vraag kan de duur worden aangepast. Max. 15 personen.

Plaats: de sessie kan zowel plaatsvinden in uw bedrijf als in ons opleidingscentrum.

Niet gevonden wat u zocht in deze selectie van ons aanbod?
Wij helpen u graag verder. Băo academy • 02 289 68 25 • info@baoacademy.be

REF. erg_20/O/425

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 140 26/03/24 14:20

Opleiding

Sensibilisatie en analyse van de blootstelling aan lawaai in het bedrijf



Modyva geeft regelmatig opleidingen in bedrijven en is ook betrokken bij opleidingen voor preventieadviseurs niveau 1 en hygiënisten aan verschillende universiteiten.
We maken gebruik van duidelijk en praktisch materiaal om de deelnemers op te leiden en/of te sensibiliseren. Die hulpmiddelen maken technische concepten bevattelijk en zijn erg toegankelijk, zelfs voor mensen zonder veel technische voorkennis.
Onze opleidingen zijn opgedeeld in drie competentieniveaus:
> **Werknemers (WN):** sensibilisatie/opleiding van werknemers die aan lawaai worden blootgesteld;
> **Hiërarchische lijn (HL):** sensibilisatie/opleiding van de hiërarchische lijn en van uw technische diensten om lawaai doeltreffend te bestrijden;
> **Preventieadviseur (PA):** opleiding van preventieadviseurs op het vlak van risicoanalyse.

Doelstellingen

> **Werknemers die aan lawaai worden blootgesteld, sensibiliseren/opleiden/informeren en de nodige reflexen ontwikkelen om de blootstelling aan het risico te verminderen.**

> **Over de nodige kennis beschikken om een doeltreffende strategie op te zetten voor de bestrijding van lawaai in uw bedrijf.**

> **Over de nodige kennis beschikken om een risicoanalyse van de geluidsrisico's uit te voeren en de vereiste actieplannen te implementeren.**

Inhoud

> **Theoretische basisbeginselen, aangepast aan het niveau van de deelnemers (WN, HL, PA)**: akoestiek in het algemeen, notie van geluidsdosis, gezondheidsrisico's (audiogrammen, luisteren naar opnames met doofheid en/of tinnitus).
> **Beoordeling van de blootstelling aan lawaai (WN, HL, PA)**: beoordeling van de blootstelling volgens de puntenmethode, bijdrageanalyse.
> **Strategieën voor de bestrijding van lawaai (HL, PA)**: optimalisatie van de werkorganisatie en van de inplanting van de werkzones, de geluidsgegevens van apparatuur vinden/begrijpen.
> **Principes voor de bestrijding van lawaai (HL, PA)**: verspreiding van geluid, geluidsisolatie, kappen, geluiddempers.
> Geluidsmeting (PA): materiaal en methoden.
> **Persoonlijke beschermingsmiddelen (PA)**: types, beperkingen, doelstellingen.
> **Dynamisch systeem voor de beheersing van geluidsrisico's (PA)**: bijdrageanalyse, blootstellingsanalyse, actieplannen.

Voor wie?

Alle bedrijven die worden geconfronteerd met lawaai op de werkplek.

Trainer

De preventieadviseur-ergonoom van **Cohezio**.

Gebruikte methode

De opleiding vertrekt vanuit de concrete ervaring van de deelnemers en bouwt hier op voort vanuit een interactief werkmodel, wat een actieve participatie van de deelnemers met zich meebrengt. Tijdens de opleiding wisselen theorie, praktijk, denkoefeningen, werkgroepen en rollenspelen elkaar af.

Praktische informatie

Duur:
Werknemers (WN): 30 min tot 1 uur.
Hiërarchische lijn (HL): 2 tot 4 uur.
Preventieadviseur (PA): 1 tot 2 dagen.

Plaats: de sessie kan zowel plaatsvinden in uw bedrijf als in ons opleidingscentrum.

Niet gevonden wat u zocht in deze selectie van ons aanbod?
Wij helpen u graag verder. Băo academy • 02 289 68 25 • info@baoacademy.be

REF. erg_20/O/420

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 141 26/03/24 14:20

Opleiding

Sensibilisatie en beheer van de blootstelling aan trillingen in het bedrijf



Modyva geeft regelmatig opleidingen in bedrijven en is ook betrokken bij opleidingen voor preventieadviseurs niveau 1 en hygiënisten aan verschillende universiteiten.
We maken gebruik van duidelijk en praktisch materiaal om de deelnemers op te leiden en/of te sensibiliseren. Deze hulpmiddelen maken technische concepten bevattelijk en zijn erg toegankelijk, zelfs voor mensen zonder veel technische voorkennis.
Onze opleidingen zijn opgedeeld in drie competentieniveaus:
> **Werknemers (WN)**: sensibilisatie/opleiding van werknemers die aan trillingen worden blootgesteld;
> **Hiërarchische lijn (HL)**: sensibilisatie/opleiding van de hiërarchische lijn en van uw technische diensten om trillingen doeltreffend te bestrijden;
> **Preventieadviseur (PA)**: opleiding van preventieadviseurs op het vlak van risicoanalyse.

Doelstellingen

> **Werknemers die aan trillingen worden blootgesteld, sensibiliseren/opleiden/informeren en de nodige reflexen ontwikkelen om de blootstelling aan het risico te verminderen.**

> **Over de nodige kennis beschikken om een doeltreffende strategie op te zetten voor de bestrijding van trillingen in uw bedrijf.**

> **Over de nodige kennis beschikken om een risicoanalyse van de trillingsrisico's uit te voeren en de vereiste actieplannen te implementeren.**

Inhoud

> **Theoretische basisbeginselen, aangepast aan het niveau van de deelnemers (WN, HL, PA):** algemene informatie over trillingen, gezondheidseffecten.
> **Beoordeling van de blootstelling aan trillingen (WN, PA):** bijdrageanalyse, de trillingsgegevens van apparatuur vinden/begrijpen.
> **Basisreflexen om zich te beschermen tegen trillingen (WN):** stoel aanpassen, defecte apparatuur detecteren.
> **Strategieën voor het bestrijden van trillingen (HL, PA):** factoren die van invloed zijn op de blootstelling, werkorganisatie.
> **Principes voor de bestrijding van trillingen (PA, optioneel):** verspreiding van trillingen, trillingsisolatie, trillingsrespons van systemen.
> **Trillingsmeting (PA):** normen, materiaal en methoden.
> **Dynamisch systeem voor de beheersing van trillingsrisico's (PA):** bijdrageanalyse, blootstellingsanalyse, actieplannen.

Voor wie?

Alle bedrijven die worden geconfronteerd met trillingen op de werkvloer (chauffeurs, heftruckchauffeurs, pneumatische en draagbare elektrische apparatuur, enz.).

Trainer

Experten van **Modyva**.

Gebruikte methode

De opleiding vertrekt vanuit de concrete ervaring van de deelnemers en bouwt hier op voort vanuit een interactief werkmodel, wat een actieve participatie van de deelnemers met zich meebrengt. Tijdens de opleiding wisselen theorie, praktijk, denkoefeningen, werkgroepen en rollenspelen elkaar af.

Praktische informatie

Duur:
Werknemers (WN): 30 min tot 1 uur.
Hiërarchische lijn (HL): 2 tot 4 uur.
Preventieadviseur (PA): 1 tot 2 dagen.

Plaats: in het bedrijf of in onze kantoren.

Niet gevonden wat u zocht in deze selectie van ons aanbod?
Wij helpen u graag verder. Băo academy • 02 289 68 25 • info@baoacademy.be

REF. mod_20/O/401

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 142 26/03/24 14:20



24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 143 26/03/24 14:20





5. Veiligheid

Dienst

Bedrijfsbezoek A, B en C+



Een verkennend of een periodiek bedrijfsbezoek uitvoeren voor de ABC+ klanten.

Doelstellingen

> **De werkgever uitleg geven over zijn wettelijke verplichtingen.**

> **De gevaren en de risico's van het bedrijf identificeren.**

> **Preventiemaatregelen voorstellen.**

> **Advies geven in verband met de risico's voor het medisch toezicht van de werknemers.**

> **Voor de preventieadviseur-arbeidsarts, kennisnemen van de arbeidsomstandigheden met het oog op de uitvoering van het medisch toezicht.**

Inhoud

Cohezio houdt zich ter beschikking van de IDPB van elke werkgever om de gewenste bedrijfsbezoeken uit te voeren.

Op basis van een bij voorkeur jaarlijkse planning en afhankelijk van het betreffende welzijnsaspect voert de vaste preventieadviseur van het bedrijf het bedrijfsbezoek uit voor zijn aspect (gezondheid, veiligheid, ergonomie, hygiëne of psychosociale aspecten).

Tijdens het bezoek zal de preventieadviseur:

> de werkgever uitleg geven over zijn wettelijke verplichtingen voor zijn activiteitengebied;
> de gevaren en de risico's identificeren;
> preventiemaatregelen voorstellen;
> de prioritair aan te pakken risico's bepalen;
> de opvolging nagaan van de preventiemaatregelen die werden genomen sinds het vorige bezoek.

Na het bezoek zal de preventieadviseur:

> een verslag opstellen met de vaststellingen die tijdens het bedrijfsbezoek werden gedaan en met de voorgestelde preventiemaatregelen.

De template van het verslag is:

> ofwel het standaard model van **Cohezio**;
> ofwel een specifiek model, gevalideerd door het bedrijf.

Voor wie?

Elk bedrijf A B of C+.

Dienstverlener

De preventieadviseur-arbeidsarts van **Cohezio**.
De preventieadviseur-ergonoom van **Cohezio**.
De preventieadviseur-veiligheid van **Cohezio**.
De preventieadviseur-arbeidshygiëne van **Cohezio**.
De preventieadviseur-psychosociale aspecten van **Cohezio**.

Praktische informatie

Plaats: op de arbeidsplaats.
De te bezoeken lokalen dienen toegankelijk te zijn.

Voor meer informatie betreffende deze dienst mag u steeds contact opnemen met uw contactpersoon binnen Cohezio. U kan ons ook steeds contacteren op ons algemeen nummer 02 533 74 11 of via info@cohezio.be.

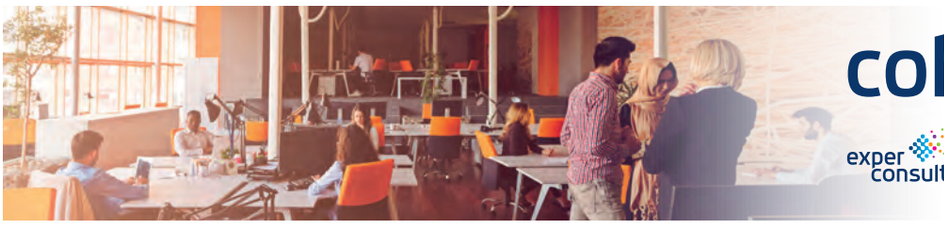
REF. sec_20/D/051

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 146 26/03/24 14:20

Dienst

Bedrijfsbezoeken C- D



Een verkennend of een periodiek bedrijfsbezoek uitvoeren voor de C-D klanten.

Doelstellingen

> **De werkgever uitleg geven over zijn wettelijke verplichtingen.**

> **De gevaren en de risico's van het bedrijf identificeren.**

> **Preventiemaatregelen voorstellen.**

> **Advies geven in verband met de risico's voor het medisch toezicht van de werknemers.**

> **Het strategisch advies opstarten/ bijwerken.**

Inhoud

Cohezio stelt de werkgever een afspraak voor om het bedrijfsbezoek uit te voeren conform de vereiste periodiciteit op basis van het risico van het bedrijf.

Tijdens het bezoek zal de preventieadviseur:

> de nodige informatie geven voor het gebruik van de webservice cohezio4u;
> de werkgever uitleg geven over zijn wettelijke verplichtingen;
> de gevaren en de risico's identificeren;
> preventiemaatregelen voorstellen;
> de prioritair aan te pakken risico's bepalen;
> de opvolging nagaan van de preventiemaatregelen die werden genomen sinds het vorige bezoek;
> het strategisch advies voorstellen en van uitleg voorzien.

Na het bezoek zal de preventieadviseur:

> een verslag opstellen met de vaststellingen die tijdens het bedrijfsbezoek werden gedaan en met de voorgestelde preventiemaatregelen;
> de database Safetify implementeren, die de werkgever de mogelijkheid biedt om te zorgen voor het dynamisch beheer van het welzijn van zijn werknemers;
> het strategisch advies implementeren.

Voor wie?

Elk bedrijf C- of D.

Dienstverlener

De preventieadviseur-veiligheid van **Cohezio**.

Praktische informatie

Plaats: op de arbeidsplaats.
De te bezoeken lokalen dienen toegankelijk te zijn.
De werkgever beschikt over een pc of tablet met internetverbinding om hem de toegang tot cohezio4u voor te stellen.

Voor meer informatie betreffende deze dienst mag u steeds contact opnemen met uw contactpersoon binnen Cohezio. U kan ons ook steeds contacteren op ons algemeen nummer 02 533 74 11 of via info@cohezio.be.

REF. sec_20/D/052

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 147 26/03/24 14:20

Dienst

Safety Audit



Uitvoering van een audit van de wettelijke verplichtingen op het vlak van Welzijn op het werk van een bedrijf.

Doelstellingen

> **Een stand van zaken opmaken van de aanpak van gevaren en risico's binnen het bedrijf.**

> **Preventiemaatregelen voorstellen.**

> **De prioritaire acties voorstellen.**

> **De werkgever de mogelijkheid geven om zijn globale en jaarlijkse plannen bij te werken.**

> **De werkgever de mogelijkheid geven om de te nemen preventiemaatregelen te plannen.**

Inhoud

De preventieadviseur van **Cohezio** organiseert een vergadering en een bezoek aan de werkplekken samen met de werkgever en/of de IDPB.

Op basis van een checklist en zijn expertise zal hij:

> de aanpak controleren van de verschillende risico's die in het bedrijf aanwezig zijn;

> bepalen welke preventiemaatregelen nog moeten worden genomen en er een prioriteit in aanbrengen;

> op basis van de prioriteiten de meest relevante aanvullende diensten bepalen (gebruik van de preventie-eenheden).

Voor wie?

Elke werkgever.

Dienstverlener

De preventieadviseur-veiligheid van **Cohezio**.

Praktische informatie

De safety audit wordt uitgevoerd op basis van informatie en documenten die worden verzameld tijdens een vergadering en een bezoek aan de werkplekken.
Voorafgaand aan de interventie zal een lijst met voor te bereiden documenten worden bezorgd.

Voor meer informatie betreffende deze dienst mag u steeds contact opnemen met uw contactpersoon binnen Cohezio. U kan ons ook steeds contacteren op ons algemeen nummer 02 533 74 11 of via info@cohezio.be.

REF. sec_20/D/054

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 148 26/03/24 14:20

Dienst

Participatieve risicoanalyse



Uitvoering van de risicoanalyse van een dienst of bedrijf aan de hand van de participatieve SOBANE-methode.

Doelstellingen

> De werkgever helpen bij de uitvoering van de risicoanalyses van zijn activiteiten. (artikel I.2-5 en 6 van de codex over het welzijn op het werk op het werk).

> Preventieve of corrigerende maatregelen formuleren, aangepast aan de concrete situaties in het bedrijf.

Inhoud

De belangrijkste eigenschap van de SOBANE-methode is haar participatieve benadering.

Die participatieve benadering kan als volgt worden gedefinieerd: rechtstreekse, actieve en egalitaire samenwerking tussen de werknemers en de hiërarchische lijn om de maatregelen aan het licht te brengen die moeten worden voorgesteld om de veiligheid en het welzijn van het personeel te verbeteren.
Dankzij de aanwezigheid van de actoren op het terrein kunnen we de werkelijke situaties, behoeften en moeilijkheden kennen. De werknemer neemt een actieve rol op in plaats van een louter passieve wanneer het gaat om preventie.
De risicoanalyse wordt uitgevoerd met behulp van het DEPARIS-rooster van de SOBANE-methode.

De preventieadviseur van **Cohezio** voert een interventie uit in het bedrijf om te helpen bij het vormen van werkgroepen, de bedoeling en de procedure van de aanpak voor te stellen, de vergadering te leiden en de discussie bij te sturen indien nodig.
Vervolgens stelt hij het samenvattend verslag op:
> De lijst met nader te onderzoeken punten en de prioriteiten.
> De lijst met oplossingen die worden overwogen, met vermelding van wie wat doet en wanneer.
> De gebruikte rubrieken, met de gedetailleerde informatie uit de vergadering.

Voor wie?

Alle bedrijven.

Dienstverlener

De preventieadviseur-veiligheid van **Cohezio**.

Praktische informatie

Voor de uitvoering van deze risicoanalyse volgens de SOBANE-methode is toegang tot uw lokalen nodig en dient een werkgroep te worden samengesteld met personen van het terrein en van de hiërarchische lijn.

Voor meer informatie betreffende deze dienst mag u steeds contact opnemen met uw contactpersoon binnen Cohezio. U kan ons ook steeds contacteren op ons algemeen nummer 02 533 74 11 of via info@cohezio.be.

REF. sec_20/D/519

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 149 26/03/24 14:20

Dienst

Risicoanalyse veiligheid van een organisatie of van een werkpost



Uitvoering van de risicoanalyse veiligheid van een werkpost. Deze risicoanalyse zal de werkgever de mogelijkheid geven om:

> zijn globaal preventieplan en jaarlijks actieplan aan te vullen;

> specifieke preventiemaatregelen in te voeren;

> concrete maatregelen te treffen op het terrein;

> de voorschriften van de wetgeving art. I.2-6 na te leven;

> zijn dynamisch risicobeheersingssysteem te doen evolueren.

Doelstellingen

> **De verschillende gevaren opsporen die aanwezig zijn in een organisatie of op een werkpost.**

> **De bijbehorende risico's aan het licht brengen.**

> **Concrete acties voorstellen om deze risico's in te perken of te doen verdwijnen.**

Inhoud

De risicoanalyse omvat:

> de identificatie van de gevaren voor het welzijn van de werknemers bij het uitvoeren van hun werk;

> de inventaris van de risico's die uit deze gevaren voortkomen;

> de evaluatie van de risico's;

> een voorstel voor preventiemaatregelen.

Een risicoanalyse wordt opgesteld op basis van de taken en activiteiten die worden uitgevoerd op de bestudeerde werkpost: de organisatie van het werk en de gebruikte tools en stoffen zullen daarbij grondig worden onderzocht.

Voor wie?

Alle werkgevers, hiërarchische lijn en IDPB.

Dienstverlener

De preventieadviseur-veiligheid van **Cohezio**.

Praktische informatie

De gebruikers van de onderzochte werkpost moeten beschikbaar zijn voor vragen en hun werkpost dient toegankelijk te zijn op het moment van de interventie.

Voor meer informatie betreffende deze dienst mag u steeds contact opnemen met uw contactpersoon binnen Cohezio. U kan ons ook steeds contacteren op ons algemeen nummer 02 533 74 11 of via info@cohezio.be.

REF. sec_20/D/055

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 150 26/03/24 14:20

Dienst

Hulp bij het opstellen van het globaal actieplan en het jaarlijks actieplan



De wet verplicht werkgevers om een vijfjarig globaal preventieplan uit te werken en op te stellen.
Het globaal plan beschrijft welke preventieactiviteiten en -acties de komende vijf jaren moeten worden uitgevoerd of ontwikkeld.
Op basis van het resultaat van de risicoanalyse kunnen wij onze expertise delen met uw bedrijf om uw globale preventieplannen en jaarlijkse actieplannen op te stellen.

Doelstellingen

De werkgever bijstaan om:
> **de nodige acties te formaliseren die moeten worden genomen om het welzijn van de werknemers te verbeteren op basis van de gecommuniceerde informatie;**
> **de acties die bijdragen tot het welzijn op het werk in het bedrijf te structureren en te prioriteren, rekening houdend met de realiteit;**
> **ervoor te zorgen dat de werkgever de wetgeving naleeft (art. I.2-8 en art. I.2-9 van de codex over het welzijn op het werk op het werk).**

Inhoud

Het globaal preventieplan omvat:
> de resultaten van de risicoanalyse;
> de preventiemaatregelen die moeten worden uitgewerkt;
> de prioritaire doelstellingen;
> de activiteiten en opdrachten die nodig zijn om de doelstellingen te bereiken (preventiemaatregelen);
> de organisatorische; materiële en financiële middelen;
> de opdrachten; verplichtingen en middelen van alle betrokken personen;
> de manier waarop het globaal preventieplan wordt aangepast bij veranderde omstandigheden;
> de evaluatiecriteria voor het welzijnsbeleid voor de werknemers bij de uitvoering van hun werk.

Het jaarlijks actieplan beschrijft de acties die moeten worden uitgevoerd in het kader van het preventiebeleid voor het volgende boekjaar en wordt opgesteld op basis van het globaal preventieplan.

Het jaarlijks actieplan omvat:
> de prioritaire doelstellingen in het kader van het preventiebeleid voor het volgende boekjaar;
> de middelen en methode(s) om die doelstellingen te bereiken (preventiemaatregelen);
> de opdrachten, verplichtingen en middelen van alle betrokken personen.

Het plan moet eenvoudig toegankelijk zijn voor de verschillende instanties en moet worden beschouwd als een tool voor «veiligheidsbeheer».

De opstelling van de plannen kan worden gecombineerd met een audit (fiche 5.4) of met een bezoek op het terrein.

Voor wie?

De werkgever.

Dienstverlener

De preventieadviseur-veiligheid van **Cohezio**.

Praktische informatie

De medewerking van de hiërarchische lijn is essentieel voor de opstelling van deze plannen.

Voor meer informatie betreffende deze dienst mag u steeds contact opnemen met uw contactpersoon binnen Cohezio. U kan ons ook steeds contacteren op ons algemeen nummer 02 533 74 11 of via info@cohezio.be.

REF. sec_20/D/056

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 151 26/03/24 14:20

Dienst

Opstelling van een intern noodplan



Opstelling van een intern noodplan.

Doelstellingen

Concrete bijstand op het terrein aan bedrijven, om:

> de wetgeving na te leven (art. I.2-23 betreffende de maatregelen bij noodsituaties en III.3-23 betreffende brandpreventie van de codex over het welzijn op het werk op het werk);

> concrete maatregelen en procedures in te voeren voor erg problematische situaties of noodsituaties;

> de invloed te bestuderen van interne of externe gebeurtenissen die negatieve gevolgen kunnen hebben voor het welzijn van de werknemers;

> de continuïteit van de bedrijfsactiviteit bij grote problemen zoveel mogelijk te garanderen;

> de snelle interventie van de hulpdiensten te garanderen.

Inhoud

Opstelling van een intern noodplan, gebaseerd op de procedures voor gevaarlijke situaties en voor mogelijke ongevallen of incidenten die specifiek zijn voor het bedrijf of de instelling, alsook voor gevallen van geweld van externe oorsprong.

Die procedures hebben betrekking op:

> de informatie en de instructies in verband met de noodmaatregelen;

> het alarm- en communicatiesysteem;

> de veiligheidsoefeningen;

> de evacuatie en Eerste hulp;

> de voorzieningen voor noodhulp;

> de maatregelen om posttraumatische stress te voorkomen of te beperken.

Voor wie?

Alle werkgevers, ook bedrijven die hun werkplekken huren.

Dienstverlener

De preventieadviseur-veiligheid van **Cohezio**.

Praktische informatie

Toegang tot alle lokalen is noodzakelijk.
Er zal advies worden ingewonnen bij de contactpersonen voor de processen betreffende de activiteit en de veiligheid van de gebouwen.

Voor meer informatie betreffende deze dienst mag u steeds contact opnemen met uw contactpersoon binnen Cohezio. U kan ons ook steeds contacteren op ons algemeen nummer 02 533 74 11 of via info@cohezio.be.

REF. sec_20/D/057

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 152 26/03/24 14:20

Dienst

Analyse van een ernstig arbeidsongeval



Opstelling van het omstandig verslag en van het voorstel voor een actieplan bij een ernstig arbeidsongeval, zoals bepaald in art. I.6-2 van de codex over het welzijn op het werk op het werk.

Doelstellingen

Vermijden dat zich opnieuw een ongeval voordoet, door de oorzaken van een ongeval te analyseren en door op een gepaste manier preventiemaatregelen te nemen conform art. I.6-5 van de codex over het welzijn op het werk op het werk.

De werkgever in staat stellen de verplichting na te leven om het omstandig verslag en het actieplan te bezorgen binnen de 10 dagen na het ongeval.

Inhoud

Vanaf de ontvangst van de ongevalaangifte en van de reactie op het verzoek tot interventie in de vorm van een prestatie.

> Het maken van een afspraak met de werkgever.

> Bezoek aan de plaats van het ongeval.

> Gesprek met de eventuele getuigen.

> Analyses van de oorzaken, in samenwerking met de werkgever, de hiërarchische lijn, de getuigen en de eventuele derden.

> Opstelling van het omstandig verslag en van een voorstel voor een actieplan.

Voor wie?

Voor elke werkgever die niet beschikt over een interne preventieadviseur van niveau 2 of 1.

Dienstverlener

De preventieadviseur-veiligheid van **Cohezio**.

Praktische informatie

Elk ongeval dient zo snel mogelijk te worden gemeld aan **Cohezio**.
De arbeidsongevalaangifte, de arbeidsongevallenverzekering en het medisch attest moeten aan **Cohezio** worden bezorgd.
Het omstandig verslag en het door de werkgever opgestelde actieplan moeten worden bezorgd aan de FOD uiterlijk 10 dagen na het ernstig arbeidsongeval.

Voor meer informatie betreffende deze dienst mag u steeds contact opnemen met uw contactpersoon binnen Cohezio. U kan ons ook steeds contacteren op ons algemeen nummer 02 533 74 11 of via info@cohezio.be.

REF. sec_20/D/058

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 153 26/03/24 14:20

Dienst

Analyse van een niet-ernstig ongeval



Analyse van de oorzaken van een niet-ernstig ongeval, incident of bijna-ongeval en opstelling van een verslag.

Doelstellingen

De oorzaken van een (niet-ernstig) ongeval begrijpen en preventieve of corrigerende maatregelen voorstellen om herhaling ervan te vermijden.

Inhoud

> De codex over het welzijn op het werk en de wet van 4/08/1996 verplichten de werkgever om erover te waken dat zijn IDPB een arbeidsongevallenfiche opstelt voor elk ongeval dat heeft geleid tot een arbeidsongeschiktheid van vier dagen of langer.

> De arbeidsongevalaangifte kan worden gebruikt, maar laat niet toe de dieperliggende oorzaken te begrijpen.

> De analyse van niet-ernstige ongevallen, incidenten en bijna-ongevallen maakt een betere kennis mogelijk van de in het bedrijf aanwezige risico's. Een systematische analyse van alle ongewenste gebeurtenissen zal, indien de voorgestelde maatregelen worden genomen, het risico op ongevallen verkleinen.

Voor wie?

Elke werkgever.

Dienstverlener

De preventieadviseur-veiligheid van **Cohezio**.

Praktische informatie

De arbeidsongevalaangifte en het ongeschiktheidsattest moeten beschikbaar zijn.

Voor meer informatie betreffende deze dienst mag u steeds contact opnemen met uw contactpersoon binnen Cohezio. U kan ons ook steeds contacteren op ons algemeen nummer 02 533 74 11 of via info@cohezio.be.

REF. sec_20/D/059

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 154 26/03/24 14:20

Dienst

Grondige analyse van de arbeidsongevallen



Analyse van de frequentie, de ernst en de oorzaken van de ongevallen, in samenwerking met de IDPB en/of de hiërarchische lijn.

Doelstellingen

Deze analyse wordt gebaseerd op de gegevens met betrekking tot de arbeidsongevallen van de laatste 5 jaar. Vervolgens analyseren we de oorzaken van de ongevallen.

Het statistisch onderzoek maakt het mogelijk voor ons om de belangrijkste oorzaken van die ongevallen te identificeren, op basis van:
> de vorm;

> de materiële agentia;

> de plaats van de verwondingen;

> de aard van de verwondingen.

Inhoud

Voorstel en actieplan

Na het identificeren van de belangrijkste oorzaken van ongevallen, stellen we een aantal preventieve maatregelen voor om de risico's te beperken. Het is wenselijk om een actieplan op te stellen in samenwerking met de IDPB.
In een eerste fase wordt daarbij gekeken naar de ernstige ongevallen en naar de ongevallen met de meest ernstige verwondingen, die een hoge mate van absenteïsme als gevolg hebben.

Met uw hulp kunnen verschillende maatregelen worden getroffen:

> een sensibilisatiecampagne lanceren;
> de hiërarchische lijn informeren over de manier waarop ze het personeel kan informeren en aanmoedigen om de veiligheidsrichtlijnen na te leven;
> meewerken aan het opstellen van een veiligheidsregister;
> opleiden van de hiërarchische lijn;
> meewerken aan de opstelling van een jaarlijks actieplan;
> meewerken aan de opstelling van een vijfjarig plan;
> onderzoeken uitvoeren op de arbeidsplaats om de oorzaken van het ongeval te onderzoeken;
> artikels publiceren in het bedrijfsmagazine;
> de campagne ondersteunen met behulp van foto's en veiligheidsinstructies;
> zorgen voor een opvolging;
> zorgen voor een jaarlijkse evaluatie.

Voor wie?

Elke werkgever.

Dienstverlener

De preventieadviseur-veiligheid van **Cohezio**.

Praktische informatie

De arbeidsongevallenaangiftes en ongeschiktheidsverklaringen moeten beschikbaar zijn.

Voor meer informatie betreffende deze dienst mag u steeds contact opnemen met uw contactpersoon binnen Cohezio. U kan ons ook steeds contacteren op ons algemeen nummer 02 533 74 11 of via info@cohezio.be.

REF. sec_20/D/514

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 155 26/03/24 14:20

Dienst

Werfcoördinatie



Uitvoering van de specifieke risicoanalyse van een werf voor een bedrijf dat op hetzelfde moment actief is als andere bedrijven in het kader van een project met werfcoördinatie.
(KB 25/01/2001 betreffende de tijdelijke of mobiele bouwplaatsen).

Doelstellingen

> **Opsporing van de aanwezige risico's op bouwwerven.**

> **Voorstel van preventieve maatregelen om ervoor te zorgen dat elk bedrijf en iedere werknemer in veilige omstandigheden kan werken.**

> **Validatie van de specifieke risicoanalyse op de werf.**

> **Opstelling van het specifieke veiligheids- en gezondsheidsplan (SVGP).**

Inhoud

> Werfbezoek (gebruik van foto's en documenten die het bedrijf ter beschikking stelt).

> Het AVGP van de bouwheer lezen ter voorbereiding van het SVGP.

> Het SVGP opstellen.

> Optioneel: informatiedragers opstellen voor de werknemers (om de regels en gebruiken op de werven op te frissen).

Voor wie?

Werkgevers die mogelijk tegelijk met andere bedrijven op eenzelfde werf werken (werfcoördinatie).

Dienstverlener

De preventieadviseur-veiligheid van **Cohezio**.

Praktische informatie

Plaats: op de werf.

Opmerking: deze prestatie komt niet in de plaats van de opdracht van de veiligheidscoördinator.

Voor meer informatie betreffende deze dienst mag u steeds contact opnemen met uw contactpersoon binnen Cohezio. U kan ons ook steeds contacteren op ons algemeen nummer 02 533 74 11 of via info@cohezio.be.

REF. sec_20/D/510

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 156 26/03/24 14:20

Dienst

Indienststelling van machines en andere arbeidsmiddelen



Indienststelling van machines en andere arbeidsmiddelen.
Voor alle arbeidsmiddelen die de procedure van de 3 groene lichten niet hebben gepasseerd.

Doelstellingen

> **Voldoen aan de vigerende wetgeving die eist dat vóór elke indienststelling van een arbeidsmiddel de werkgever in het bezit dient te zijn van een indienststellingsverslag.**

> **Met het indienststellingsverslag stelt men de naleving of de niet-naleving vast van de vigerende wetten betreffende veiligheid en hygiëne evenals van andere bijkomende voorwaarden zoals voorzien bij de bestelling.**

> **De aspecten die niet gedekt zijn door de CE-markering alsook de aanpassing van de machine aan de specifieke werkingsvoorwaarden onderzoeken.**

Inhoud

Uitvoeren van een indienststelling van een arbeidsmiddel dat:

> geleverd werd met een CE-markering en een EG-conformiteitsverklaring;
> geleverd werd met een CE-markering en een EG-inbouwverklaring (Richtlijn machines 2006/42/EG);
> geen CE-markering en geen EG-Conformiteitsverklaring heeft;
> met nazicht van; bijkomend gestelde veiligheidseisen, gezondheidstoezicht, periodieke controles, onderhoud, veiligheidsafschermingen, CPM, IPM, enz.

Gebruikte methode

> Bezoek ter plaatse om een nader onderzoek uit te voeren van het arbeidsmiddel in de omgeving waar het gebruikt wordt.
> Nazicht van de CE-markering en de EG-conformiteitsverklaring.
> Bij gebrek van een CE-markering en/of EG-conformiteitsverklaring nagaan of een verslag beschikbaar is van een conformiteitsonderzoek van het arbeidsmiddel.
> Specifieke eisen en veiligheidsaspecten van de omgeving waar het arbeidsmiddel gebruikt wordt nazien.
> Functionele testen om de werking van de veiligheidscomponenten te evalueren worden uitgevoerd.
> Opstellen van een indienststellingsverslag per arbeidsmiddel.
> Geven van advies.
> Opm: het is niet de bedoeling dat **Cohezio** een CE-kenteken aanbrengt

Voor wie?

Werkgever, hiërarchische lijn, IDPB, technische diensten.

Dienstverlener

De preventieadviseur-veiligheid van **Cohezio**.

Praktische informatie

Plaats: in de onderneming waar het arbeidsmiddel zal gebruikt worden.
Een ervaren bedienaar/operator zal beschikbaar zijn om o.a. de functionele testen uit te voeren.

Voor meer informatie betreffende deze dienst mag u steeds contact opnemen met uw contactpersoon binnen Cohezio. U kan ons ook steeds contacteren op ons algemeen nummer 02 533 74 11 of via info@cohezio.be.

REF. sec_20/D/053

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 157 26/03/24 14:20

Dienst

Conformiteit van machines en andere arbeidsmiddelen



Nagaan of alle machines en arbeidsmiddelen in overeenstemming zijn met de geldende wetgeving, minimumvoorschriften en richtlijnen.

Doelstellingen

> **Voldoen aan de vigerende wetgeving die eist dat alle beschikbaar gestelde arbeidsmiddelen conform moeten zijn met de Europese richtlijn arbeidsmiddelen, deze richtlijn is omgezet in de codex welzijn op het werk, boek IV.-Arbeidsmiddelen.**

> **Met het conformiteitsonderzoek stelt men de naleving of de niet-naleving vast van de vigerende wetten wat betreft de conformiteit van arbeidsmiddelen die door de werkgever beschikbaar worden gesteld.**

> **De arbeidsmiddelen worden nagekeken op conformiteit met de minimumvoorschriften.**

Inhoud

Uitvoeren van een conformiteitsonderzoek op basis van bijlage IV.2-2 betreffende de algemene minimumvoorschriften (19 punten), titel 2 van boek IV van de codex over het welzijn op het werk op het werk.

> Indien een CE-markering aanwezig is op het arbeidsmiddel en EG-verklaring geleverd werd, nagaan of de CE-markering conform is met de vigerende machinerichtlijn en de EG-verklaring conform is met bijlage II.1.A.

> Functionele testen om de werking van de veiligheidscomponenten te evalueren.

Gebruikte methode

> Bezoek ter plaatse om een nader onderzoek uit te voeren van het arbeidsmiddel in de omgeving waar het gebruikt wordt.

> Uitvoeren van een conformiteitsonderzoek op basis van bijlage IV.2-2 betreffende de algemene minimumvoorschriften (19 punten), titel 2 van boek IV van de codex over het welzijn op het werk op het werk.

> Indien een CE-markering aanwezig is op het arbeidsmiddel en EG-verklaring geleverd werd, nagaan of de CE-markering conform is met de vigerende machinerichtlijn en de EG-verklaring conform is met bijlage II.1.A.

> Functionele testen om de werking van de veiligheidscomponenten te evalueren worden uitgevoerd.

> Opstellen van een conformiteitsverslag per arbeidsmiddel.

> Geven van advies.

Voor wie?

Werkgever, hiërarchische lijn, IDPB, technische diensten.

.

Dienstverlener

De preventieadviseur-veiligheid van **Cohezio**.

Praktische informatie

Plaats: in de onderneming waar het arbeidsmiddel gebruikt wordt.
Een ervaren bedienaar/operator zal beschikbaar zijn om o.a. de functionele testen uit te voeren.

Voor meer informatie betreffende deze dienst mag u steeds contact opnemen met uw contactpersoon binnen Cohezio. U kan ons ook steeds contacteren op ons algemeen nummer 02 533 74 11 of via info@cohezio.be.

REF. sec_20/D/515

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 158 26/03/24 14:20

Dienst

Risicoanalyse van machine of ander arbeidsmiddel



Risicoanalyse van machines en andere arbeidsmiddelen op te stellen.
Voor alle machines en arbeidsmiddelen.

Doelstellingen

> **Tegemoetkomen aan de algemene verplichtingen van de werkgevers om gevaren te identificeren, om de risico's vast te stellen en nader te bepalen en om de risico's te evalueren.**

> **Aanbevelingen/adviezen geven om de risico's te verminderen.**

Inhoud

Uitvoeren van een risicoanalyse bestaande uit:
1 - Het identificeren van de gevaren;
2 - Het vaststellen en nader bepalen van de risico's;
3 - Het evalueren van de risico's;
4 - Het geven van aanbevelingen/adviezen om de risico's te verminderen.

Gebruikte methode

> Bezoek ter plaatse om een risicoanalyse uit te voeren van het arbeidsmiddel in de omgeving waar het gebruikt wordt.
> Bij het uitvoeren van een risicoanalyse wordt o.a. aandacht gegeven aan:
- de werkpost (omgeving);
- het arbeidsmiddel;
- gebruikers/bedienaars en eventueel andere aanwezige personen;
- de ergonomische beginselen;
- de psychosociale aspecten;
- functionele testen.

> Functionele testen om de werking van de veiligheidscomponenten te evalueren worden uitgevoerd.
> Opstellen van een risicoanalyse per arbeidsmiddel.
> Geven van aanbevelingen/adviezen om de risico's te verminderen.

Voor wie?

Werkgever, hiërarchische lijn, IDPB, technische diensten.

Dienstverlener

De preventieadviseur-veiligheid van **Cohezio**.

Praktische informatie

Plaats: in de onderneming waar het arbeidsmiddel gebruikt wordt.
Een ervaren bedienaar/operator zal beschikbaar zijn om o.a. de functionele testen uit te voeren.

Voor meer informatie betreffende deze dienst mag u steeds contact opnemen met uw contactpersoon binnen Cohezio. U kan ons ook steeds contacteren op ons algemeen nummer 02 533 74 11 of via info@cohezio.be.

REF. sec_20/D/516

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 159 26/03/24 14:20

Dienst

Risicoanalyse van een elektrische LS-installatie



Opstellen van de risicoanalyse van de elektrische LS-installaties conform het KB van 4/12/2012.
Zowel voor nieuwe als voor bestaande elektrische LS-installaties.

Doelstellingen

Voldoen aan de wettelijke verplichtingen (titel 2 van boek III van de codex) van de werkgever om de werknemers te beschermen tegen de risico's verbonden aan elektrische installaties en het gebruik ervan.

Inhoud

Het uitvoeren van een risicoanalyse bestaat uit:
> het identificeren van de gevaren;
> het bepalen van de risico's;
> het evalueren van de risico's;
> het geven van aanbevelingen om de risico's te verminderen.

Gebruikte methode

> Bezoek ter plaatse om een risicoanalyse uit te voeren van de elektrische LS-installatie in de omgeving waar het zich bevindt.
> Bij het uitvoeren van een risicoanalyse wordt o.a. aandacht besteed aan:
  - de arbeidsplaatsen (omgeving);
  - de elektrische LS-installatie;
  - de elektrische LS-borden;
  - de keuringsverslagen en de elektrische schema's;
  - de technici die de elektrische LS-installatie gebruiken en werkzaamheden uitvoeren;
  - de ergonomische aspecten.
> Opstellen van een risicoanalyse per elektrisch LS-bord.
> Geven van aanbevelingen om de risico's te verminderen.

Voor wie?

Werkgever, IDPB, interne en externe technische diensten.

Dienstverlener

De preventieadviseur-arbeidsveiligheid van **Cohezio**

Praktische informatie

De risicoanalyse vindt plaats in de onderneming waar de elektrische LS-installatie zich bevindt.
Een technieker/ervaren persoon zal beschikbaar zijn om toegang te geven tot de installatie met de elektrische borden.

Voor meer informatie betreffende deze dienst mag u steeds contact opnemen met uw contactpersoon binnen Cohezio. U kan ons ook steeds contacteren op ons algemeen nummer 02 533 74 11 of via info@cohezio.be.

REF. sec_20/D/517 — **Prijs op aanvraag**

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 160 26/03/24 14:20

Dienst

Opstelling van een vereenvoudigde fiche voor het gebruik van een machine of arbeidsmiddel



Opstelling van een vereenvoudigde fiche met de belangrijkste informatie in verband met het gebruik van een machine of arbeidsmiddel.

Doelstellingen

> **Een fiche opstellen waarin op een eenvoudige en duidelijke manier de nuttige informatie wordt vermeld voor het gebruik van een machine of arbeidsmiddel.**

> **Aan elke gebruiker de belangrijkste veiligheidsinformatie geven in verband met het gebruik van een machine of arbeidsmiddel, door die informatie zichtbaar te maken in de omgeving ervan.**

Inhoud

Met de vereenvoudigde fiche is het mogelijk om de werknemer snel te informeren in verband met het gebruik van het arbeidsmiddel, bijvoorbeeld het starten, stoppen en gebruiken ervan, om veilig te werken.
Voor elke installatie, elke machine en elk gemechaniseerd werktuig moeten er schriftelijke instructies bestaan die noodzakelijk zijn voor de werking ervan, de manier waarop ze worden gebruikt en de inspectie en het onderhoud ervan. De informatie met betrekking tot de veiligheidsvoorzieningen worden bij die instructies gevoegd.

Deze vereenvoudigde fiche bevat minstens (zie artikel IV.2-5 van de codex over het welzijn op het werk op het werk):
> de omstandigheden waaronder de arbeidsmiddelen dienen te worden gebruikt;
> voorzienbare abnormale situaties;
> de conclusies die, in voorkomend geval, kunnen worden getrokken uit de bij het gebruik van arbeidsmiddelen opgedane ervaringen.

De volgende informatie is ook nuttig:
> de belangrijkste risico's en veiligheidsmaatregelen die worden ingevoerd (collectieve en persoonlijke beschermingsmiddelen),
> de gangbare onderhoudsbeurten die moeten worden uitgevoerd door de operator en de frequentie ervan (te smeren punten, reiniging, enz.),
> de vaak voorkomende storingen en het slechte functioneren waarmee de operator te maken kan krijgen en die hij alleen kan oplossen zonder de onderhoudsdienst te bellen, alsook de manier om die storingen op te lossen.

Voor wie?

Werkgever, hiërarchische lijn, IDPB, technische dienst.

Dienstverlener

De preventieadviseur-veiligheid van **Cohezio**.

Praktische informatie

Plaats: in de onderneming waar het arbeidsmiddel gebruikt wordt.
Een ervaren bedienaar/operator zal beschikbaar zijn om o.a. de functionele testen uit te voeren.
Het is ook noodzakelijk om de documenten te raadplegen die de werking van het arbeidsmiddel uitleggen: gebruiksaanwijzing, handleiding voor het onderhoud, enz.

Voor meer informatie betreffende deze dienst mag u steeds contact opnemen met uw contactpersoon binnen Cohezio. U kan ons ook steeds contacteren op ons algemeen nummer 02 533 74 11 of via info@cohezio.be.

REF. sec_20/D/518

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 161 26/03/24 14:20

Dienst

Lastenboek aankoop van machine of ander arbeidsmiddel



> Bij de aankoop van arbeidsmiddelen is het wettelijk verplicht een preventief beleid te voeren met als doel nieuwe risico's op het vlak van veiligheid en gezondheid te beheersen.

> Een belangrijke fase daarbij is de voorbereiding en het plaatsen van de bestelling. De procedure met de drie 'groene lichten' kan aanzienlijk helpen om de nieuwe risico's te beheersen.

> Het aankopen van arbeidsmiddelen vraagt bijgevolg een doordachte aanpak.

> In een lastenboek worden ook de aspecten meegenomen die niet gedekt zijn door de CE-markering alsook de aanpassingen van de machine aan de specifieke werkingsvoorwaarden.

> Een lastenboek kan voor machines, gemechaniseerde werktuigen, installaties, persoonlijke beschermingsmiddelen en collectieve beschermingsmiddelen opgesteld worden.

Doelstellingen

> **Tegemoet te komen aan de verplichtingen van de werkgevers om nieuwe risico's te weren uit de onderneming of ze tot een strikt minimum te beperken door een doordachte aanpak van de aankoop.**

> **Voorwaarden bij aankopen van installaties, machines, gemechaniseerde werktuigen, die onontbeerlijk zijn om het objectief te bereiken vooropgesteld door het dynamisch risicobeheersingssysteem te bundelen en daarmee tegemoet te komen aan de vigerende wetgeving zoals omschreven in de Art.IV.2-6 van de codex.**

> **Door het opstellen van een lastenboek de risico's op het vlak van veiligheid en gezondheid tot een minimum te bewerkstelligen.**

> **Aan de aankoopdienst een lastenboek bezorgen waarmee ze een marktonderzoek kunnen uitvoeren.**



Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 162 26/03/24 14:20

Inhoud

Opstellen van een lastenboek rekening houdend met:
1° de risicoanalyses;
2° de preventiehiërarchie ;
3° de beschikbare ervaring;
4° de eventueel bijkomende eisen.

Gebruikte methode

> Een lastenboek wordt opgesteld in samenwerking en overleg met belanghebbenden zoals:
  - de werkgever;
  - de interne preventiedienst;
  - de aankoopdienst;
  - ervaren bedienaars/operators (indien mogelijk);
  - andere personen die een nuttige inbreng kunnen hebben.

> Bezoek ter plaatse om de omgeving te zien waar het arbeidsmiddel zal ingezet worden.
> Indien er een reeds een risicoanalyse bestaat van de werkpost, nazien of er aanvullingen noodzakelijk zijn voor de nieuwe werkpost.
> Indien er nog geen risicoanalyse van de werkpost bestaat of indien een bestaande risicoanalyse aan herziening toe is, kan dat in overleg besproken worden en kan eventueel een nieuwe risicoanalyse opgesteld worden.

In het lastenboek wordt o.a. volgende items opgenomen:
> algemene veiligheidsdoelstelling;
> formuleren veiligheidsvoorschriften;
> overzicht aanvullende eisen;
> overzicht documenten te leveren door de leverancier;
> leverings-, garantie-, en betalingsvoorwaarden;
> installering en aansluiting van de machine;
> indien van toepassing, keuring door een EDTC;
> functionele testen om de werking van de veiligheidscomponenten te evalueren;
> proefdraaien;
> behandeling van niet-conformiteiten;
> voorlopige oplevering;
> oplevering;
> …

Voor wie?

Werkgever, IDPB, technische diensten.

Dienstverlener

De preventieadviseur-veiligheid van **Cohezio**.

Praktische informatie

Plaats: in de onderneming waar het arbeidsmiddel zal gebruikt wordt.

Voor meer informatie betreffende deze dienst mag u steeds contact opnemen met uw contactpersoon binnen Cohezio. U kan ons ook steeds contacteren op ons algemeen nummer 02 533 74 11 of via info@cohezio.be.

REF. sec_20/D/520 **Prijs op aanvraag**

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 163 26/03/24 14:20

Dienst

Advies, hulp en keuze van de persoonlijke en collectieve beschermingsmiddelen



Cohezio kan u helpen bij het evalueren van de persoonlijke of collectieve beschermingsmiddelen die u overweegt aan te kopen, zodat u weet in welke mate ze voldoen aan de voorgeschreven voorwaarden.

Cohezio kan ook zorgen voor een evaluatie van de huidige beschermingsmiddelen.

Doelstellingen

Een advies geven over de persoonlijke of collectieve beschermingsmiddelen.

Inhoud

Het advies van de preventieadviseur van **Cohezio** houdt rekening met:

> de risicoanalyse van de activiteit;
> de geldende wetgeving.

Het ter beschikking stellen van beschermingsmiddelen kan enkel worden overwogen wanneer een residueel risico niet aan de bron ingeperkt of tenietgedaan kan worden en wanneer alle andere technieken om de risico's te beperken bestudeerd en ontoereikend geacht werden.

Persoonlijke of collectieve beschermingsmiddelen (PBM's of CBM's) zijn alle middelen die door de werknemers gedragen of gebruikt moeten worden om hen te beschermen tegen één of meer risico's die hun veiligheid of gezondheid op het werk kunnen bedreigen, alsook alle aanvullingen en accessoires die hiervoor bestemd zijn.

Voor wie?

Elke werkgever, hiërarchische lijn, IDPB.

Dienstverlener

De preventieadviseur-veiligheid van **Cohezio**.
In samenwerking met de preventieadviseur-arbeidsarts.

Praktische informatie

De risicoanalyse van de werkpost leveren.
Er bezoek ter plaatse kan noodzakelijk blijken.

Voor meer informatie betreffende deze dienst mag u steeds contact opnemen met uw contactpersoon binnen Cohezio. U kan ons ook steeds contacteren op ons algemeen nummer 02 533 74 11 of via info@cohezio.be.

REF. sec_20/D/512

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 164 26/03/24 14:20

Dienst

Ter beschikking stellen van een preventieadviseur



Dankzij hun competenties en ervaring bieden onze preventieadviseurs u tijdelijke ondersteuning bij de taken en opdrachten die bepaald zijn in titel 1 van boek II van de codex over het welzijn op het werk op het werk (interne dienst voor preventie en bescherming op het werk).

Doelstellingen

> **Tijdelijk uw IDPB vervangen.**

> **De Interne Dienst voor Preventie en Bescherming versterken door een preventieadviseur-arbeidsveiligheid van niveau 1 of 2 tot uw beschikking te stellen, afhankelijk van de noden van uw bedrijf.**

> **De interne preventieadviseur coachen.**

Inhoud

Alle opdrachten die worden voorzien in de codex over het welzijn op het werk op het werk die moeten worden uitgevoerd door de interne preventieadviseur.

Alle specifieke opdrachten die worden gevraagd door de directeur van de IDPB in geval van versterking van de IDPB.

Voor wie?

Voor alle bedrijven.

Dienstverlener

De preventieadviseur-veiligheid van **Cohezio**.

Praktische informatie

Plaats: in het bedrijf.

Voor meer informatie betreffende deze dienst mag u steeds contact opnemen met uw contactpersoon binnen Cohezio. U kan ons ook steeds contacteren op ons algemeen nummer 02 533 74 11 of via info@cohezio.be.

REF. sec_20/D/513

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 165 26/03/24 14:20

Dienst

Monitoring en analyse van de trillingen in gebouwen en op gevoelige infrastructuur



Trillingen die worden overgedragen door de grond, kunnen gebouwen beschadigen en het comfort van de gebruikers ervan verstoren. Er kunnen ook gevolgen worden vastgesteld voor gevoelige elektronische apparatuur (servers, materiaal voor precisiemetingen, enz.). De belangrijkste bronnen van trillingen in gebouwen zijn zwaar vervoer, mijnwerkzaamheden met explosieven en werven (heipalen, afbraakwerken, enz.). Sommige machines met een groot vermogen kunnen ook trillingen veroorzaken (breekmachines, zeefmachines, enz.).

Om het structurele risico en het comfort in de gebouwen te evalueren en de trillingsbronnen te identificeren, stellen we voor om de trillingsniveaus in uw bedrijf of bij de omwonenden te evalueren.

Doelstellingen

> **De trillingen in cijfers uitdrukken en de trillingsniveaus vergelijken met de geldende normen (ISO 2631, DIN 4150, enz.).**

> **Het bedrijf waarschuwen bij overschrijding van de grenswaarden, via e-mail, sms, enz. (bv.: werf).**

> **De oorsprong van de trillingen bepalen, meer bepaald door analyse van de profielen of door frequentieanalyse.**

> **De technische maatregelen bepalen die het mogelijk maken de trillingen te beperken en een actieplan opstellen.**

> **De werknemer en de hiërarchische lijn informeren.**

Inhoud

Op basis van een voorafgaande analyse.

> **Stap 1**: invoering van een trillingsmonitoring op de ontvangstpunten (met een duur van enkele uren tot een permanente monitoring).

> **Stap 2**: inventaris van de duidelijke punten en hun eigenschappen.

> **Stap 3**: analyse van de gegevens, interpretatie van de resultaten en evaluatie van de conformiteit aan de wetgeving en de relevante normen.

> **Stap 4**: de technische maatregelen bepalen die moeten worden ingevoerd en er een hiërarchie in aanbrengen.

> **Stap 5**: finalisering van de resultaten en de aanbevelingen in een verslag.

Voor wie?

Alle bedrijven die worden geconfronteerd met de problematiek van trillingen die worden overgedragen door de grond, bouwbedrijven, steengroeves, datacenters, enz.

Dienstverlener

Modyva.

Praktische informatie

Plaats: in het bedrijf.
Duur: 1 dag tot 6 maanden, of permanente installatie bij de klant.

Voor meer informatie betreffende deze dienst mag u steeds contact opnemen met uw contactpersoon binnen Cohezio. U kan ons ook steeds contacteren op ons algemeen nummer 02 533 74 11 of via info@cohezio.be.

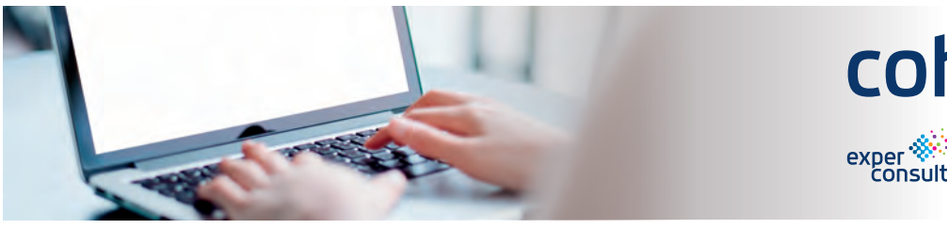
REF. mod_20/D/514

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 166 26/03/24 14:20

Dienst

Safetify



Het Safetify-platform is ontstaan uit een vaststelling die een team van ervaren professionals deed in bedrijven: een doeltreffend preventiebeleid invoeren en zorgen voor de permanente opvolging ervan is voor de meeste bedrijven geen gemakkelijke opgave.

We hebben daarom beslist om een complete en gebruiksvriendelijke computertool te ontwikkelen die kan worden gebruikt door alle actoren op het vlak van preventie en welzijn op het werk.

De functionaliteiten van Safetify werden gecreëerd op basis van de werkelijke noden van de bedrijven, maar ook door discussietafels te organiseren met belangrijke actoren, zoals ervaren interne preventieadviseurs, externe diensten voor preventie en ingenieurs van het Fonds voor de beroepsziekten (Fedris).
Safetify evolueert constant, op basis van de vragen en bijdragen van onze gebruikers.

Doelstellingen

> **Uw dynamisch risicobeheersingssysteem structureren met behulp van een collaboratieve softwaretool.**

> **Elke werkgever (of zijn IDPB) de mogelijkheid bieden om de dagelijkse opvolging van zijn preventieplannen te garanderen.**

Inhoud

> Inventarissen van uw arbeidsmiddelen, zones, taken en gevaarlijke producten.

> Risicoanalyse van elk beroep.

> Opvolging van de arbeidsongevallen.

> Opvolging van het actieplan en van de vaststellingen die werden gedaan op het terrein (via een smartphone-applicatie).

> Beheer van het opleidingsplan.

> Beheer van de persoonlijke beschermingsmiddelen.

> Toegang tot een database met gedeelde gegevens over risicoanalyses.

Voor wie?

Alle bedrijven.

Dienstverlener

Modyva (distributeur van Safetify).

Praktische informatie

Jaarlijks abonnement.

Voor meer informatie betreffende deze dienst mag u steeds contact opnemen met uw contactpersoon binnen Cohezio. U kan ons ook steeds contacteren op ons algemeen nummer 02 533 74 11 of via info@cohezio.be.

REF. mod_20/D/515

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 167 26/03/24 14:20

Opleiding

Sensibilisering van de hiërarchische lijn in verband met het welzijnsbeleid



Bij het invoeren van een welzijnsbeleid in de onderneming hebben verschillende personen een rol te vervullen of verantwoordelijkheid te dragen: de werkgever, de werknemers, de interne en de externe dienst voor preventie en bescherming en het comité voor preventie en bescherming op het werk, maar ook de hele hiërarchische lijn.

Doelstellingen

Indien een onderneming een efficiënt welzijnsbeleid wil voeren, moet de werkgever in eerste instantie van zijn hiërarchische lijn een positieve en duidelijke houding eisen wat dat betreft.
Daarnaast moet het beleid gevoerd en ondersteund worden door de hiërarchische lijn.
Vanuit wettelijk standpunt worden een aantal belangrijke verantwoordelijkheden toegekend aan deze sleutelpersonen in de onderneming.
Het doel van de gegeven opleiding is hen kennis te laten maken met die verantwoordelijkheden, maar ook hen bewust te maken van het belang van hun rol op het gebied van veiligheid en gezondheid op het werk.

Inhoud

De interventie draagt bij tot:

> het bieden van een overzicht van het dynamisch risicobeheersingssysteem;

> het sensibiliseren en verduidelijken van de rollen en verantwoordelijkheden van iedereen in de organisatie van het welzijnsbeleid;

> het aanreiken van de theoretische en praktische basis voor de invoering ervan;

> het voorstellen van de analyse van de arbeidsongevallen;

> het informeren over de juridische aspecten.

Voor wie?

Leden van de hiërarchische lijn.

Trainer

De preventieadviseur-veiligheid van **Cohezio**.

Gebruikte methode

De opleiding vertrekt vanuit de theoretische kennis en de concrete ervaring van de deelnemers en bouwt hierop voort vanuit een interactief werkmodel, wat een actieve participatie van de deelnemers met zich meebrengt. Tijdens de opleiding wisselen theorie, praktijk, denkoefeningen, werkgroepen en rollenspelen elkaar af.

Praktische informatie

Duur: 1 halve dag. Max. 15 personen.

Niet gevonden wat u zocht in deze selectie van ons aanbod?
Wij helpen u graag verder. Băo academy • 02 289 68 25 • info@baoacademy.be

REF. sec_20/O/514

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 168 26/03/24 14:20

Opleiding

Risicoanalyse in de praktijk



De opleiding is bestemd voor elke werkgever die een preventiebeleid wenst in te voeren in zijn bedrijf.
Eén van de eerste stappen van dat beleid is het identificeren van de gevaren en het kwantificeren van de risico's om te zorgen voor de meest gepaste preventiemaatregelen.

Doelstellingen

De personen die de risicoanalyse uitvoeren de mogelijkheid bieden om de risico's op het vlak van veiligheid op het werk te inventariseren en te evalueren, om de geschikte preventiemaatregelen te kunnen bepalen teneinde de risico's te elimineren of te reduceren tot een aanvaardbaar restrisico.

Deze aanpak leidt tot een duidelijk actieplan waarin de prioriteiten worden vastgelegd.

Inhoud

De risicoanalyse kan worden uitgevoerd op drie verschillende niveaus:
> **Niveau 1:** de werkposten;
> **Niveau 2**: de werkposten en/of de functies;
> **Niveau 3**: het individu.

Verschillende tools kunnen worden gebruikt voor het uitvoeren van een risicoanalyse:
> checklists;
> het bezoek aan de werkplekken;
> observatie;
> werkgroepen met actieve deelname van de betrokken werknemers;
> weging van de risico's met bepaling van de prioriteiten;
> uitvoering van metingen.

Presentatie van de Safetify-software.

Voor wie?

Leden van de hiërarchische lijn.

Trainer

De preventieadviseur-veiligheid van **Cohezio**.

Gebruikte methode

De opleiding vertrekt vanuit de theoretische kennis en de concrete ervaring van de deelnemers en bouwt hierop voort vanuit een interactief werkmodel, wat een actieve participatie van de werknemers met zich meebrengt. Tijdens de opleiding wisselen theorie, praktijk en denkoefeningen elkaar af.

Praktische informatie

Duur: 1 halve dag. Max. 15 personen.

Plaats: de sessie kan zowel plaatsvinden in uw bedrijf als in ons opleidingscentrum.

Niet gevonden wat u zocht in deze selectie van ons aanbod?
Wij helpen u graag verder. Academy • 02 289 68 25 • academy@cohezio.be

REF. sec_20/O/515

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 169 26/03/24 14:20

Opleiding

Arbeidsongevallenanalyse



Om te vermijden dat ongevallen zich herhalen, is het essentieel de werkelijke oorzaken van ongevallen en incidenten op de werkvloer te analyseren. Door preventief de oorzaken aan te pakken, vermindert de onderneming het risico op nieuwe ongevallen en neemt ze actief deel aan het dynamisch beheer van haar veiligheidssysteem.

Doelstellingen

Na afloop van deze opleiding moeten de werknemers in staat zijn om:

> een arbeidsongeval te beschrijven (ernstig, niet ernstig, bijna-ongeval, incident) en de wettelijke verplichtingen te kennen die daaruit voortvloeien;

> een arbeidsongevallenonderzoek uit te voeren;

> preventiemaatregelen te formuleren om te vermijden dat soortgelijke ongevallen zich herhalen.

Inhoud

De deelnemers worden vertrouwd gemaakt met een bepaald aantal methodes om zo'n analyse uit te voeren.

Na een theoretische uitleg over de methodes, worden deze in de praktijk gebracht met behulp van concrete voorbeelden.

Voor wie?

Werkgevers, IDPB en hiërarchische lijn.

Trainer

De preventieadviseur-veiligheid van **Cohezio**.

Gebruikte methode

De opleiding vertrekt vanuit de theoretische kennis en de concrete ervaring van de deelnemers en bouwt hierop voort vanuit een interactief werkmodel, wat een actieve participatie van de werknemers met zich meebrengt. Tijdens de opleiding wisselen theorie, praktijk en denkoefeningen elkaar af.

Praktische informatie

Duur: 1 halve dag. Max. 15 personen.

Plaats: de sessie kan zowel plaatsvinden in uw bedrijf als in ons opleidingscentrum.

Niet gevonden wat u zocht in deze selectie van ons aanbod?
Wij helpen u graag verder. Academy • 02 289 68 25 • academy@cohezio.be

REF. sec_20/O/516

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 170 26/03/24 14:20

Opleiding

Groendienst



Deze opleiding is geschikt voor ondernemingen waar de werknemers regelmatig omgaan met kettingzagen, grasmaaiers, struikruimers of heggenscharen. Iedere handeling die ze uitvoeren kan een gevaar betekenen voor hun collega's of voor henzelf, ook al worden de elementaire veiligheidsinstructies over het algemeen goed opgevolgd. Het is noodzakelijk om deze werknemers regelmatig te wijzen op de gevaren en ze te informeren en te sensibiliseren.

Doelstellingen

> **Verminderen van het aantal arbeidsongevallen.**

> **Beperken van de risico's op gezondheidsschade (lawaai, chemische producten, ergonomische handelingen, werken met machines, enz.).**

> **Stimuleren van een rugsparende houding.**

> **Stimuleren van het bewustzijn voor risico's die verband houden met het gebruik van machines.**

> **Streven naar een meer ecologisch gedrag (beperking van het gebruik van chemische producten, efficiënt werken, enz.).**

Inhoud

Volgende thema's komen aan bod:

1. Wetgeving

Beschrijving van de verantwoordelijkheden, verplichtingen van werknemers en de hiërarchische lijn; wet op het welzijn

2. Risicofactoren

> Risico's op ongevallen met gekwetsten.
> Lawaai en trillingen.
> Chemische risico's, gevaarlijke producten, uitlaatgassen.
> Biologische risico's, tetanus, enz.
> Risico's die te maken hebben met het gebruik van kettingzagen, grasmaaiers, struikruimers of heggenscharen, enz.

3. Ergonomische handelingen

4. Persoonlijke beschermingsmiddelen

Brillen, helmen, oorbeschermers, handschoenen, veiligheidskleding, enz.

5. Praktische adviezen voor het verbeteren van de veiligheid en het welzijn van de werknemers.

Voor wie?

Gemeentearbeiders, boswachters, tuiniers, parkwachters, wegenwerkers, verantwoordelijken en preventieadviseurs.

Trainer

De preventieadviseur-veiligheid van **Cohezio**.

Gebruikte methode

De opleiding vertrekt vanuit de concrete ervaring van de deelnemers en bouwt hierop voort vanuit een interactief werkmodel, wat een actieve participatie van de deelnemers met zich meebrengt. Tijdens de opleiding wisselen theorie, praktijk, denkoefeningen, werkgroepen en rollenspelen elkaar af.

Praktische informatie

Duur: 1 halve dag. Max. 15 personen.

Plaats: de sessie kan zowel plaatsvinden in uw bedrijf als in ons opleidingscentrum.

Niet gevonden wat u zocht in deze selectie van ons aanbod?
Wij helpen u graag verder. Băo academy • 02 289 68 25 • info@baoacademy.be

REF. sec_20/O/517

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 171 26/03/24 14:20

Opleiding

Dienstencheques



PARTNER

De job van huishoudhulpen is alles behalve evident. Dagelijks verandert je werkomgeving en krijg je met andere producten en werkmaterialen te maken. Je moet je organisatie steeds aanpassen en je moet je kennis voortdurend uitbreiden. Dit kan stress veroorzaken, zeker voor startende huishoudhulpen. Opleiding kan een deel van deze stress wegnemen. Voor meer ervaren huishoudhulpen kan een uitbreiding van kennis motiverend zijn. Je kan immers steeds bijleren in je vak.

Doelstellingen

> Kennis omtrent de job opdoen.

> Veiligheid op de werkvloer verhogen.

> Arbeidsongevallen en schadegevallen verminderen.

> Andere manier van poetsen laten zien.

Inhoud

> Productenkennis.
> Werkorganisatie.
> Klantgerichtheid.
> Ergonomie.
> Strijken.
> Preventie en veiligheid.
> Omgaan met zorgbehoevenden.
> Lekker en gezond koken.
> Proper huis door natuurlijk poetsen.
> Help, mijn klant is in nood! (reanimatie).

Voor wie?

Iedere medewerker die met dienstencheques bij particuliere klanten werkt.

Trainer

De opleiding wordt gegeven door ervaren en gecertificeerde XL Group senior coaches.

Praktische informatie

Duur: 1 dag of 1/4 dag. Max. 12 personen.
Taal: Nederlands, Frans of Engels.

Plaats: de sessie kan zowel plaatsvinden in uw bedrijf als in ons opleidingscentrum.
Evaluatie: iedere medewerker krijgt een deelnameattest.
Prijs: syllabus en attest inbegrepen.
Catering is enkel inbegrepen indien de opleiding een volledige dag duurt.

Niet gevonden wat u zocht in deze selectie van ons aanbod?
Wij helpen u graag verder. Academy • 02 289 68 25 • academy@cohezio.be

REF. xlt_20/O/518

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 172 26/03/24 14:20

Opleiding

Preventieadviseur niveau III



Elk bedrijf is verplicht om over één of meer preventieadviseurs te beschikken. Deze opleiding dient om personen de basisprincipes van preventie binnen hun bedrijf te leren beheren.

Doelstellingen

De deelnemers de mogelijkheid bieden om de functies van een preventieadviseur niveau III uit te voeren, en meer bepaald om:

> **de correcte informatie te vinden om advies te geven aan de werkgever, de hiërarchische lijn en de werknemers, door kennis van de wetgeving over het welzijn;**

> **de gevaren te identificeren, de risico's te beoordelen en actieplannen op te maken aan de hand van de preventiebeginselen;**

> **in staat te zijn om de ongevallen te analyseren;**

> **te zorgen voor de coördinatie van de preventieactiviteiten in het bedrijf, met derden en externe diensten;**

> **de werkgever bij te staan bij het op wettelijk en reglementair vlak in orde stellen van het bedrijf.**

Inhoud

> **Module 1**: inleiding + wetgeving.
> **Module 2**: actoren van het welzijn: rollen en verantwoordelijkheden.
> **Module 3**: dynamisch risicobeheersingssysteem en risicoanalyse.
> **Module 4**: arbeidsongevallenanalyses + actieplannen.
> **Module 5**: medisch gezondheidstoezicht.
> **Module 6**: ergonomie: lawaai, thermisch comfort, trillingen, omgevingsfactoren; hanteren van lasten en beeldschermwerk.
> **Module 7**: psychosociale risico's.
> **Module 8**: bedrijfshygiëne, gevaarlijke producten, asbest.
> **Module 9**: onthaal van nieuwe werknemers, werken met derden, tijdelijke of mobiele bouwplaatsen en uitzendkrachten.
> **Module 10**: intern noodplan, brandpreventie, EHBO + veiligheidssignalisatie.
> **Module 11**: elektriciteit, EXplosieve ATmosferen (ATEX), besloten ruimten.
> **Module 12**: arbeidsmiddelen, hef- en hijswerktuigen, werken op hoogte, periodieke controles, collectieve en persoonlijke beschermingsmiddelen. Examen.

Voor wie?

Toekomstige preventieadviseurs niveau III, leden van de hiërarchische lijn, personeelsverantwoordelijken, leden van het CPBW. Er is geen specifieke voorkennis vereist voor het volgen van deze opleiding.

Trainer

De preventieadviseur-veiligheid van **Cohezio**.

Examen

Na afloop van de 6e dag zullen de kandidaten een examen afleggen. Als ze slagen, ontvangen de deelnemers een attest.

Praktische informatie

Duur: 6 dagen. Max. 16 personen.
Plaats: de sessie kan zowel plaatsvinden in uw bedrijf als in ons opleidingscentrum.
Uren: van 9u tot 17u.
Maaltijd: lunch en koffie is beschikbaar tijdens de pauzes (als de opleiding in de kantoren van **Cohezio** gegeven wordt).

Niet gevonden wat u zocht in deze selectie van ons aanbod?
Wij helpen u graag verder. Băo academy • 02 289 68 25 • info@baoacademy.be

REF. sec_20/O/519

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 173 26/03/24 14:20

Opleiding

Werken met een hoogwerker



PARTNER

In deze praktijkgerichte opleiding leert de cursist op een veilige manier een hoogwerker te bedienen. De cursus omvat een theoretisch gedeelte en vervolgens een praktisch gedeelte. Hier worden de meest voorkomende werfomstandigheden gesimuleerd.

Doelstellingen

Het doel van deze opleiding is naast het verwerven van de basisbegrippen, theoretische en praktische kennis, eveneens het stimuleren van verantwoordelijkheidszin en het doeltreffend gebruik van het toestel.

Inhoud

> Verschillende types hoogwerker.
> Veiligheidsvoorschriften en verkeersregels.
> Basiswetgeving.
> Bediening van het toestel.
> Risico's en preventiemaatregelen.
> Zijdelingse belasting.
> Verschillende types aandrijving.
> Start werkzaamheden.
> Einde werkzaamheden.
> Goede en veilige rijtechniek.

Voor wie?

Personen die in bedrijven eenvoudige werkzaamheden moeten uitvoeren met een zelfrijdende hoogwerker.

Trainer

De preventieadviseur-veiligheid van **Cohezio**.

Gebruikte methode

De opleiding wordt gegeven door ervaren en gecertificeerde XL Group senior coaches.

Praktische informatie

Duur:
Ervaren chauffeurs: 1 dag. Max. 6 personen.
Onervaren chauffeurs: 2 à 3 dagen
(afhankelijk van kunde medewerkers).

Taal: Nederlands.

Plaats: de sessie kan zowel plaatsvinden in uw bedrijf als in ons opleidingscentrum.

Formule: de cursus kan worden aangepast aan specifieke veiligheidsregels van uw bedrijf.

Evaluatie: Het examen bestaat uit zowel een theoretisch als een praktisch gedeelte. Men dient voor beide delen geslaagd te zijn. Indien gewenst, kan er een door BeSaCC VCA erkend diploma "IS005: werken met een zelfrijdende hoogwerker" worden afgeleverd. Dit diploma is 5 jaar geldig.

Prijs: syllabus, catering, examen en attest inbegrepen.

Niet gevonden wat u zocht in deze selectie van ons aanbod?
Wij helpen u graag verder. Academy • 02 289 68 25 • academy@cohezio.be

REF. xlt_20/O/524

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 174 26/03/24 14:20

Opleiding en examen

Operationele medewerkers – VCA veiligheid



PARTNER

VCA is een zorgsysteem dat staat voor Veiligheid Checklist Aannemers. Het is een certificatiesysteem dat aantoont dat het bedrijf en de medewerkers aandacht besteden aan preventie. Dit betekent o.a. dat alle operationele medewerkers onder meer een opleiding inzake veiligheid, gezondheid en milieu, inclusief examen, met succes voltooid hebben.

Doelstellingen

Tijdens deze opleiding trachten we de kennis van de veiligheidsreglementering te verhogen.

Het is belangrijk dat medewerkers leren om risico's, onveilige handelingen en onveilige situaties te herkennen en zodoende veiliger te kunnen werken.

Inhoud

> Wetgeving.

> Gevaren, risico's en preventies.

> Ongevallen voorkomen.

> Procedures, instructies en signaleren.

> Gevaarlijke producten.

> Brand- en explosiegevaar.

> Risico's bij arbeidsmiddelen.

> Specifieke groepen.

> Elektriciteit.

> PBM's.

Voor wie?

Iedere medewerker van VCA-gecertificeerde bedrijven die meer willen weten over veilig werken.

Gebruikte methode

De opleiding wordt gegeven door ervaren en gecertificeerde XL Group senior coaches.

Praktische informatie

Duur: 1 dag.
Taal: nederlands, frans of engels.

Plaats: de sessie kan zowel plaatsvinden in uw bedrijf als in ons opleidingscentrum.

Formule: de cursus kan worden aangepast aan specifieke veiligheidsregels van uw bedrijf.

Evaluatie: het examen wordt via een beeldscherm afgenomen. Dit kan eveneens met auditieve hulp.

Prijs: syllabus, catering, examen en attest inbegrepen.

Niet gevonden wat u zocht in deze selectie van ons aanbod?
Wij helpen u graag verder. Academy • 02 289 68 25 • academy@cohezio.be

REF. xlt_20/O/533

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 175 26/03/24 14:20

Opleiding en examen

Operationeel leidinggevenden – VOL-VCA veiligheid



PARTNER

VCA is een zorgsysteem dat staat voor Veiligheid Checklist Aannemers. Het is een certificatiesysteem dat aantoont dat het bedrijf en de medewerkers aandacht besteden aan preventie. Dit betekent o.a. dat alle operationele medewerkers onder meer een opleiding inzake veiligheid, gezondheid en milieu, inclusief examen, met succes voltooid hebben. Deze opleiding richt zich tot de operationele leidinggevenden (VOL).

Doelstellingen

Tijdens deze opleiding trachten we de kennis van de veiligheidsreglementering te verhogen.

Het is belangrijk dat medewerkers leren om risico's, onveilige handelingen en onveilige situaties te herkennen en zodoende veiliger te kunnen werken.

Inhoud

> Wetgeving.
> Gevaren, risico's en preventies.
> Ongevallen: oorzaken en preventie.
> Veiligheidsgedrag.
> Taken, rechten, plichten en overleg.
> Procedures, instructies en signalering.
> Noodsituaties.
> Gevaarlijke producten.
> Brand- en explosiegevaar.
> Risico's bij arbeidsmiddelen.
> Specifieke werkzaamheden en omstandigheden.
> Elektriciteit en straling.
> Ergonomische werkplek.
> PBM's.

Voor wie?

Leidinggevenden van VCA-gecertificeerde bedrijven of bedrijven waar veilig werken belangrijk is.

Trainer

De opleiding wordt gegeven door ervaren en gecertificeerde XL Group senior coaches.

Praktische informatie

Duur: 2 dagen.
Taal: nederlands, frans of engels.

Plaats: de sessie kan zowel plaatsvinden in uw bedrijf als in ons opleidingscentrum.

Formule: de cursus kan worden aangepast aan specifieke veiligheidsregels van uw bedrijf.

Evaluatie: het examen wordt via een beeldscherm afgenomen. Dit kan eveneens met auditieve hulp.

Prijs: syllabus, catering, examen en attest inbegrepen.

Niet gevonden wat u zocht in deze selectie van ons aanbod?
Wij helpen u graag verder. Academy • 02 289 68 25 • academy@cohezio.be

REF. xlt_20/O/535

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 176 26/03/24 14:20

Opleiding

Veiligheidswacht



PARTNER

Een veiligheidswacht staat in voor de veiligheid van uitvoerders van werken in besloten ruimte. Tijdens de opleiding richten we ons op de risico's van verschillende werkzaamheden en welke maatregelen genomen dienen te worden.

De opleiding bestaat uit zowel een theoretisch als een praktisch gedeelte.

Doelstellingen

> **De taken van een veiligheidswacht kunnen benoemen.**
> **De gevaren van een besloten ruimte kennen en de gepaste maatregelen kunnen nemen.**
> **De nodige PBM's kennen, kunnen benoemen en ze juist kunnen gebruiken.**
> **Een juiste oproep kunnen doen naar de controlekamer.**
> **Een werkvergunning kunnen lezen.**
> **Een eerstelijnsinterventie kunnen uitvoeren.**
> **Eerste hulp kunnen toepassen.**
> **Metingen juist kunnen interpreteren.**

Inhoud

> Wetgeving.
> Veiligheidswacht en de taken van een veiligheidswacht.
> Besloten ruimte en zijn kenmerken.
> Gevaren van een besloten ruimte.
> Maatregelen die genomen dienen te worden voor werken van start gaan.
> Werken als veiligheidswacht in de praktijk.
> Eerstelijnsinterventie.
> Tweedelijnsinterventie.
> Levensreddend handelen.
> Radiocommunicatie.
> PBM's.
> Werkvergunning.
> Meten en detecteren.

Voor wie?

Medewerkers die instaan voor de veiligheid van betreders in een besloten ruimte die, indien nodig, een eerstelijnsinterventie moeten uitvoeren.

Trainer

De opleiding wordt gegeven door ervaren en gecertificeerde XL Group senior coaches.

Praktische informatie

Duur: 2 dagen. Max 8 personen.
Taal: nederlands, frans of engels.
Plaats: de sessie kan zowel plaatsvinden in uw bedrijf als in ons opleidingscentrum.

Formule: de cursus kan worden aangepast aan specifieke veiligheidsregels van uw bedrijf.

Evaluatie: het examen bestaat uit zowel een theoretisch als een praktisch gedeelte. Nadien wordt er een door BeSaCC VCA erkend diploma "IS007: Veiligheidswacht" afgeleverd. Dit diploma is 3 jaar geldig.

Prijs: syllabus, catering, examen en attest inbegrepen.

Niet gevonden wat u zocht in deze selectie van ons aanbod?
Wij helpen u graag verder. Academy • 02 289 68 25 • academy@cohezio.be

REF. xlt_20/O/536

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 177 26/03/24 14:20

Opleiding

Atex: risico's in verband met explosieve omgevingen



PARTNER

De regelgeving inzake explosieve omgevingen vraagt aan iedere onderneming om de risico's in verband met de explosie op dezelfde manier als ieder ander beroepsrisico te beheren. Om hiertoe te komen, is een evaluatie van het ontploffingsgevaar binnen de onderneming nodig, maar dit is zeker niet voldoende. De werknemers van de onderneming en iedere andere persoon die toegang tot de explosieve omgevingen heeft, moeten opgeleid worden om op adequate en veilige manier in deze zones te kunnen werken. Het geïnstalleerde en/of gebruikte materiaal moet op een specifieke manier voldoen aan de technische productievereisten die aan deze zones gelinkt zijn (beschermingssystemen).Deze opleiding wil de deelnemers leren een kritische analyse te maken van arbeidssituaties die een ATEX-omgeving (met ontploffingsgevaar) in/buiten de zone kunnen genereren en zo goed mogelijk de preventie- en beschermingsmanieren te beheersen om deze ontploffingsgevaren te vermijden.

Doelstellingen

Jouw personeel kennis bijbrengen over veilig gedrag, verkeer en werk in explosieve omgevingen en voldoen aan de wettelijke en reglementaire verplichtingen.

Inhoud

Theorie

> lementen van een ontploffing
> Analyse van alle criteria, wijzend op de producten van de onderneming.
> Vlampunt, MOE (Minimale ontstekingsenergie), MESG (Minimale experimentele ontstekingsafstand), UEL-LEL (ontsteking - explosie), ...
> Analyse van de kenmerken van de producten die in de ondernemingen gebruikt, geproduceerd worden.
> Andere ATEX-bron: warm verpoederde brandstof, verven, ...
> Preventie: hoe, ondanks de aanwezigheid van producten, een ATEX-omgeving voorkomen?
> De 13 bronnen: warme oppervlakken, vlammen en warme gassen, ...
> Preventie: hoe ontsteking voorkomen?
> Normen voor de zone-indeling - Huidige methodes voor zone-indeling en ontzoning.
> Organisatie van het intern werk met externe werknemers: vergunningen, lockout-tagout, coördinatie, opleiding, ...
> Bescherming: explosiepanelen, vlamvallen, ...
> Het materiaal: markering - gelijkvormigheidsattesten en typeattesten - gebruikers- en onderhoudshandleiding
> Zone-indeling - categorie - classificatie van gas - beschermingswijze, ...
> Materiaal en gereedschap voor het werk in een zone met ontploffingsgevaar.
> Document inzake de bescherming tegen ontploffingsgevaar.
> Analyse van de structuur en aandachtspunten.
> Wettelijke verwijzingen: richtlijnen ATEX 94/9/CE en 99/92/CE + de bijzonderheden van hun omzetting in Belgisch recht.
> Kwaliteitsvolle normen en websites.

Praktijk

> Markering, de zones, het inert maken, ontluchtingswijzen, beschermingssystemen, ...
> Praktische situaties: risicoanalyse voor aanvang der werken en het treffen van maatregelen (onderhoudsacties)
> Praktische situaties: zone-indeling, plannen en maatregelen om de gevolgen te beperken.
> Samenvatting van de observaties ter plaatse en herinnering aan de toepassing van de theorie op concrete situaties en gebeurtenissen.

Voor wie?

Beheerders van installaties, machineparken, productie-operatoren, preventiepersoneel (adviseurs en beheerders), kaderpersoneel, leden van een onderhouds- of engineeringsafdeling.

Praktische informatie

Plaats: in de opleidingsinstelling of ter plaatse bij de klant. **Duur**: 7u30 in 1 dag. **Omvang van de groepen**: minimum 8 personen - maximum 12 personen. **Attest**: uitreiking van een opleidingsattest. **Vereiste voorkennis**: geen.

Niet gevonden wat u zocht in deze selectie van ons aanbod?
Wij helpen u graag verder. Academy • 02 289 68 25 • academy@cohezio.be

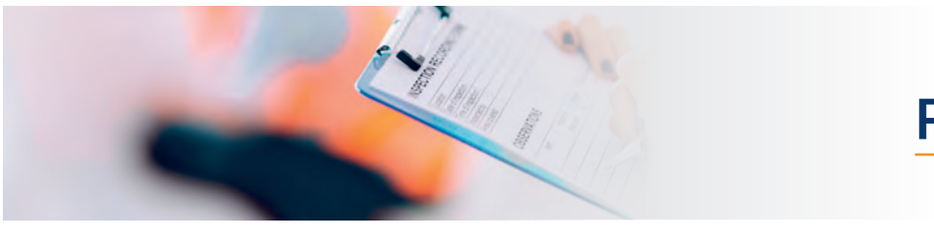
REF. gue_20/O/501

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 178 26/03/24 14:20

Opleiding

VCA operationeel kader



PARTNER

De VCA-opleiding sensibiliseert de werknemers met betrekking tot de risico's en het potentieel gevaar op de werkplaats. Basisprincipes inzake veiligheid, risicoprincipes, hoe een ongeval vermijden en de risico's evalueren.

Doelstellingen

In het kader van de plaatsing van een systeem voor management van de gezondheid en veiligheid volgens referentie VCA 2008/05, moeten alle operationele werknemers een diploma behalen dat is uitgereikt door een erkend examencentrum.

Inhoud

> **Wetgeving** (ARAB - Wetboek - verantwoordelijkheden van de werkgever, de hiërarchische lijn, de werknemer, burgerlijke, strafrechtelijke - medische controle - opdrachtgever - aannemer - onderaannemer).
> **Risico** (definitie risico - analyse - voorbereiding van het werk - aanpak - maatregelen - communicatie).
> **Ongeval** (interactie tussen mens, uitrusting en omgeving - bijna ongeval - klachten - ziekte - beroepsziekte - afwezigheid).
> **Veilig werken bevorderen** (motivatie - wet van Burkhardt - rol van de bestuurder - VCA-certificatie).
> **Werkvergunning** (procedure - inhoud - bewaartermijn - specifieke vergunningen - brandweerman - veiligheidsagent).
> **Intern noodplan** (definitie - doel - voorwaarden - inhoud - opleiding en oefeningen).
> **Gevaarlijke producten** (definitie - risico's - maatregelen - beperkte toelaatbare waarden - blootstelling en absorptiemanieren - persoonlijke hygiëne - opslag en gebruik).
> **Brand** (ontstaan - types verbranding - zelfontbranding - explosiegrenzen - verspreiding van het vuur - preventie - blusmiddelen en -toestellen).
> **Machines en gereedschap** (definitie - wetgeving - risico's - maatregelen - handgereedschap - isolatieflensen).
> **Heffen, hijsen, dragen** (hijstoestellen - interne transportuitrusting - manuele bediening).
> **Struikelen en uitglijden** (risico's - preventie - intern verkeer).
> **Werken op hoogte** (ladders - steigers - gondels - dakwerken - valbescherming).
> **Elektriciteit** (definitie - risico's - omgeving - gevolgen - soorten elektriciteit - maatregelen).
> **Lassen** (elektrisch lassen - acetyleenlassen of autogeen lassen).
> **Straling** (definitie - ioniserend en niet-ioniserend - ultraviolet - infrarood - maatregelen - medische opvolging).
> **Asbest** (definitie - gezondheidsrisico's - maatregelen).
> **Geluiden en trillingen** (maatregelen - ernst van de beschadigingen - bescherming voor handen-armen - maatregelen).
> **Ergonomie** (definitie - fysieke en mentale belasting - omgevingsfactoren - beeldschermen) .
> Besloten ruimtes (kenmerken - risico's - brand - verluchting - ontvlambare en zelfontbrandende stoffen - asfyxie en intoxicatie - elektrocutie - struikelen - voorbereidende maatregelen - PBM).
> **PBM** (gebruik - bediening en aankoop - gebruikshandleiding - verschillende types).
> **Signalisatie** (doelen en normen - bordengroepen - gasflessen - kleurmarkering en markering en etiket).

Voor wie?

Hiërarchische personen die in dienst zijn van een bedrijf dat een systeem voor management van de gezondheid en veiligheid volgens referentie VCA 2008/05 plaatst of gebruikt.

Praktische informatie

Plaats: in de opleidingsinstelling of ter plaatse bij de klant. **Duur**: 14 uur opleiding + 75 minuten examen over 2 dagen. **Omvang van de groepen**: maximum 20 personen. **Attest**: Na de opleiding en het examen wordt er door een door BeSaCC-VCA vzw erkend examencentrum een diploma uitgereikt aan iedere deelnemer die slaagde voor het examen. **Vereiste voorkennis**: geen.

Niet gevonden wat u zocht in deze selectie van ons aanbod?
Wij helpen u graag verder. Academy • 02 289 68 25 • academy@cohezio.be

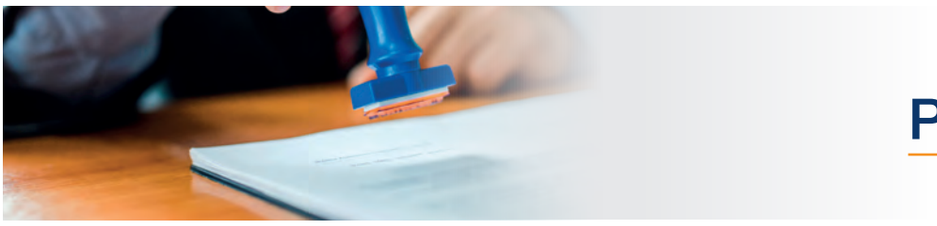
REF. gue_20/O/513

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 179 26/03/24 14:20

Opleiding

VCA Basisveiligheid



PARTNER

De VCA-opleiding sensibiliseert de werknemers met betrekking tot de risico's en het potentieel gevaar op de werkplaats. Basisprincipes inzake veiligheid, risicoprincipes, hoe een ongeval vermijden en de risico's evalueren.

Doelstellingen

In het kader van de plaatsing van een systeem voor management van de gezondheid en veiligheid volgens referentie VCA 2008/05, moeten alle operationele werknemers een diploma behalen dat is uitgereikt door een erkend examencentrum.

Inhoud

> Wetgeving (ARAB - Wetboek - verantwoordelijkheden van de werkgever, de hiërarchische lijn, de werknemer, burgerlijke, strafrechtelijke - medische controle - opdrachtgever - aannemer - onderaannemer).
> Risico (definitie risico - analyse - voorbereiding van het werk - aanpak - maatregelen - communicatie).
> Ongeval (interactie tussen mens, uitrusting en omgeving - bijna ongeval - klachten - ziekte - beroepsziekte - afwezigheid).
> Veilig werken bevorderen (motivatie - wet van Burkhardt - rol van de bestuurder - VCA-certificatie).
> Werkvergunning (procedure - inhoud - bewaartermijn - specifieke vergunningen - brandweerman - veiligheidsagent).
> Intern noodplan (definitie - doel - voorwaarden - inhoud - opleiding en oefeningen).
> Gevaarlijke producten (definitie - risico's - maatregelen - beperkte toelaatbare waarden - blootstelling en absorptiemanieren - persoonlijke hygiëne - opslag en gebruik).
> Brand (ontstaan - types verbranding - zelfontbranding - explosiegrenzen - verspreiding van het vuur - preventie - blusmiddelen en -toestellen).
> Machines en gereedschap (definitie - wetgeving - risico's - maatregelen - handgereedschap - isolatieflensen).
> Heffen, hijsen, dragen (hijstoestellen - interne transportuitrusting - manuele bediening).
> Struikelen en uitglijden (risico's - preventie - intern verkeer).
> Werken op hoogte (ladders - steigers - gondels - dakwerken - valbescherming).
> Elektriciteit (definitie - risico's - omgeving - gevolgen - soorten elektriciteit - maatregelen).
> Individuele beschermingsuitrusting (beschrijving en gebruik - type PBM).
> Signalisatie (doelen en normen - bordengroepen - gasflessen - kleurmarkering en markering en etiket)

Voor wie?

Hiërarchische personen die in dienst zijn van een bedrijf dat een systeem voor management van de gezondheid en veiligheid volgens referentie VCA 2008/05 plaatst of gebruikt.

Praktische informatie

Plaats: in de opleidingsinstelling of ter plaatse bij de klant.
Duur: 7u00 opleiding + 1u00 examen in 1 dag.
Omvang van de groepen: maximum 20 personen.
Attest: Na de opleiding en het examen wordt er door een door BeSaCC-VCA vzw erkend examencentrum een diploma uitgereikt aan iedere deelnemer die slaagde voor het examen.
Vereiste voorkennis: geen.

Niet gevonden wat u zocht in deze selectie van ons aanbod?
Wij helpen u graag verder. Academy • 02 289 68 25 • academy@cohezio.be

REF. gue_20/O/514

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 180 26/03/24 14:20

Opleiding

Elektrische risico's BA4



PARTNER

De competentie van personen die onder BA4 gecodeerd worden, wordt door de werknemer aan de werkgevers toegekend. De diversiteit van deze toekenning volgens type elektrische installatie of type werk waarvoor deze competentie geldig is, moet bepaald worden.
De beoordeling van deze bekwaamheid bij al dan niet elektrisch geschoolde personen, moet rekening houden met: de kennis van de werknemers met betrekking tot de risico's die veroorzaakt worden door de elektrische installaties, verworven door de opleiding of door ervaring in of buiten de instelling van de werkgever.

Doelstellingen

> **Het beheren van de risico's en de gevaren rond elektrische installaties, het elektrisch risico beheren, in staat zijn om in ploeg te werken onder toezicht van een BA5.**

> **De risico's inzake het werk op en rond elektrische installaties kennen**

> **In staat zijn om in veiligheid te werken met toepassing van de opgestelde regelingen**

> **In staat zijn om iedere veiligheidsafwijking te signaleren, zich te beschermen wanneer de veiligheid niet meer verzekerd is**

Inhoud

Kennis en beheer van elektrische risico's

> Wettelijke begrippen en aspecten (AREI, wet Welzijn op het Werk), concrete wettelijke verplichtingen, definities, machtigingscodes (algemeenheden).
> Elektrische risico's, ongevallen, preventiebeheer en -maatregelen (algemeenheden).
> Fundamentele kennis van elektriciteit.
> Preventie- en beschermingsprincipes.
> Beveiliging van de netten.
> Materiaalklassen.
> Dagelijkse preventiemaatregelen, veilig werken (Lockout-tagout (LOTO), scheiding, bediening, ...).
> Types apparatuur.
> Individuele beschermingsmiddelen, gebruiksmodaliteiten (voorstelling van de verschillende PBM).
> LOTO-principes (algemeenheden).
> Wat te doen in geval van ongeval? (algemeenheden).
> Wat te doen in geval van brand, effect van blusmiddelen (algemeenheden)?
> Inhoud van de machtiging BA4 vs. BA5, uitwisseling tussen BA5 en BA4.
> Verantwoordelijkheden van de operatoren.
> Ludieke benadering van elektriciteit met eenvoudige, maar duidelijke voorbeelden + filmpjes die de belangrijkste.

Kennistest d.m.v. meerkeuzevragen

Voor wie?

Onderhoudspersoneel (al dan niet elektricien) dat moet werken onder het toezicht van een BA5 in het kader van een blootstelling aan elektrische risico's en in dit kader in staat is om de veiligheidsinstructies te begrijpen en toe te passen.

Praktische informatie

Plaats: in de opleidingsinstelling of ter plaatse bij de klant.
Duur: 7 u in 1 dag. **Omvang van de groepen:** maximum 15 personen. **Attest**: uitreiking van een kenniscertificaat op naam met vermelding van de inhoud van de gegeven opleiding en de bevestiging dat de desbetreffende deelnemen geslaagd is voor de theoretische test. **Vereiste voorkennis**: geen.

Niet gevonden wat u zocht in deze selectie van ons aanbod?
Wij helpen u graag verder. Academy • 02 289 68 25 • academy@cohezio.be

REF. gue_20/O/503

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 181 26/03/24 14:20

Opleiding

Elektrische risico's BA5



PARTNER

De competentie van personen die onder BA5 gecodeerd worden, wordt door de werknemer aan de werkgevers toegekend. De diversiteit van deze toekenning volgens type elektrische installatie of type werk waarvoor deze competentie geldig is, moet bepaald worden.
De waardering van deze competentie bij al dan niet elektrisch geschoolde personen, moet rekening houden met: de kennis van de werknemers met betrekking tot de risico's die veroorzaakt worden door de elektrische installaties, verworven door de opleiding of door ervaring in of buiten de instelling van de werkgever.

Doelstellingen

> **Evaluatie en beheer van risico's en de gevaren van elektrische stroom, beheersing van het elektrisch risico, bekwaamheid om de elektrische veiligheid van een werf te verzekeren en te omkaderen, bekwaamheid om alleen in veiligheid te werken.**
> **Alleen de risico's in verband met het werk in/rond elektrische installaties identificeren, evalueren en beheren.**
> **In staat zijn veilig te werken als geïsoleerd uitvoerder/werfopzichter (autonoom beheer van de elektrische veiligheid van de werf)**
> **Ploegbaas (beheer van de elektrische veiligheid van de werf, begeleiden van de collega's BA4).**
> **In staat zijn de preventieprincipes in verband met het beheer van het elektrisch risico voor zichzelf/zijn ploeg toe te passen.**

Voor wie?

Onderhoudsmedewerkers (elektriciens of andere technici) die hun collega's BA4 moeten begeleiden (de veiligheid van de werf in verhouding tot de elektrische risico's beheersend) of op geïsoleerde manier moeten werken en op een autonome manier (om zo in te staan voor hun eigen veiligheid doorheen een autonoom beheer van de elektrische risico's). Operatoren die verantwoordelijk zijn voor de werkzaamheden inzake terug inschakelen, onderhoud of herstel.

Inhoud

Kennis en beheer van elektrische risico's.
> Juridische begrippen en aspecten (AREI, Wet Welzijn op het Werk), concrete wettelijke verplichtingen, bepalingen, machtigingscodes, taken en opdrachten van de BA5 (details)
> Elektrisch risico, ongevallen, preventiebeheer en -maatregelen (details)
> Kernbegrippen van elektriciteit (herinnering aan de begrippen)
> Preventie- en beschermingsprincipes, specifieke rol van de BA5
> Beveiliging van de netten.
> Materiaalklassen.
> Dagelijkse preventiemaatregelen, veilig werken (Lockout-tagout (LOTO), scheiding, bediening, ...) rol van de BA5 (Risicoanalyse (aanpak) en praktijk).
> Types apparatuur, maatregelen bij nulspanning.
> Werkzaamheden zonder spanning/onder spanning (uitleg van de cases)
> PBM, gebruiksmodaliteiten (keuze, bruikbaarheid, ...).
> LOTO-principes, specifieke rol van de BA5 (Verantwoordelijkheden).
> Bescherming tegen warmte-effecten, overspanning.
> Aardingsschema's (TT-TN-IT) - Voorstelling van de verschillende schema's.
> Wat te doen bij een ongeval (aan te nemen reactie)?
> Wat te doen bij brand, effecten van brandbestrijdingsmiddelen?
> Inhoud van machtiging BA4-BA5, uitwisseling tussen BA5 en BA4.
> Verantwoordelijkheden van de operatoren, in het bijzonder deze van BA5.

Kennistest d.m.v. meerkeuzevragen (MKV).

Praktische informatie

Plaats: in de opleidingsinstelling of ter plaatse bij de klant.
Duur: 7 u in 1 dag. **Omvang van de groepen:** maximum 15 personen.
Attest: uitreiking van een kenniscertificaat op naam met vermelding van de inhoud van de gegeven opleiding en de bevestiging dat de desbetreffende deelnemen geslaagd is voor de theoretische test.
Vereiste voorkennis: geen.

Niet gevonden wat u zocht in deze selectie van ons aanbod?
Wij helpen u graag verder. Academy • 02 289 68 25 • academy@cohezio.be

REF. gue_20/O/504

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 182 26/03/24 14:20

Opleiding

Basisopleiding – Heftruckchauffeur



PARTNER

De bekwaamheid van een heftruckchauffeur wordt gemeten aan de hand van:
> zijn capaciteit om zijn laad- en loswerktuig te beheersen en te manoeuvreren met snelheid, precisie en voorzichtigheid voor de goederen tijdens het laden, lossen en stapelen;
> het verplaatsingsgemak, terwijl hij de veiligheids- en gedragsregels voor zichzelf en zijn collega's respecteert.
> het zorg dragen voor zijn werkinstrument door een correct en veilig gebruik;
Boven op deze competenties, komt er nog druk i.v.m. productiviteit, veiligheid en kwaliteit van het werk.

Doelstellingen

> **Een professioneel niveau bereiken inzake het veilig uitvoeren van manoeuvres en courante activiteiten met behulp van een laad- en loswerktuig en zo meewerken aan het doel "wij gaan voor geen schade en geen ongevallen".**

> **De deelnemers kennis bijbrengen omtrent de voertuigen**

Voor wie?

Heftruckchauffeurs die geen of weinig ervaring hebben

Medewerkers die met een heftruck met uitschuifbare vork/met frontbelading op een werkterrein, in installaties, ateliers, magazijnen moeten werken, waarbij de werken een bepaalde moeilijkheidsgraad hebben.

De rijopleiding voor heftrucks is er voor de veiligheid van iedereen, niet noodzakelijk de titularissen van het rijbewijs, die de heftrucks gebruikt én de personen die zich op het ogenblik van de manoeuvres in de nabije omgeving bevinden.

Inhoud

Theorie
> De burgerlijke en strafrechtelijke wetgeving en verantwoordelijkheden.
> Veiligheidsregels.
> Technische kenmerken van de vorkheftruck.
> Stabiliteit van de wagens.
> Lastentabel.
> Lastenevaluatie.
> Draaipunt.
> Aanvang van de post.
> Einde van de post.
> Verkeersregels.
> Verboden.
> Risico's op kantelen.
> Stapeltechnieken.
> Gevaren in verband met manipulatie.
> Evaluatie: MKV.

Praktijk
> Rijtechniek.
> Stapel- en ontstapeltechnieken.
> Technieken voor het einde van de post.
> Praktische evaluatie.

Praktische informatie

Plaats: Plaats: ter plaatse bij de klant, op basis van een voorbereiding door de instructeur, of in de opleidingsinstelling.
Duur: 18 uur verdeeld over 3 dagen van 6 uur.
Omvang van de groepen: maximum 6 personen.
Attest: uitreiking van een bevoegdheidscertificaat.
Vereiste voorkennis: attest van medische geschiktheid, uitgereikt door de arbeidsgeneesheer (veiligheidspost). 18 jaar zijn.

Niet gevonden wat u zocht in deze selectie van ons aanbod?
Wij helpen u graag verder. Academy • 02 289 68 25 • academy@cohezio.be

REF. gue_20/O/505

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 183 26/03/24 14:20

Bijscholing

Validatie van de vaardigheid/Opfrissing - Heftruckchauffeur



PARTNER

De bekwaamheid van een heftruckchauffeur wordt gemeten aan de hand van:
> zijn capaciteit om zijn laad- en loswerktuig te beheersen en te manoeuvreren met snelheid, precisie en voorzichtigheid voor de goederen tijdens het laden, lossen en stapelen;
> het verplaatsingsgemak, terwijl hij de veiligheids- en gedragsregels voor zichzelf en zijn collega's respecteert;
> het zorg dragen voor zijn werkinstrument door een correct en veilig gebruik.

Doelstellingen

Dit programma biedt de deelnemers de kans om hun professioneel niveau te meten inzake het veilig uitvoeren van manoeuvres en courante activiteiten met behulp van een laad- en loswerktuig en zo meewerken aan het doel "wij gaan voor geen schade en geen ongevallen".

Inhoud

Theorie
> De burgerlijke en strafrechtelijke wetgeving en verantwoordelijkheden.
> Veiligheidsregels en verkeersregels.
> Aanvang van de post.
> Lastentabel.
> Gevaren verbonden aan de manipulatie van batterijen, vullen van de brandstoftank.
> Risico's op kantelen.
> Verboden.
> Einde van de post.

Praktijk
> Rijtechniek.
> Stapel- en ontstapeltechnieken.
> Technieken voor het einde van de post.
> Praktische evaluatie.
> Débriefing.

Voor wie?

Heftruckchauffeurs met ervaring.

Praktische informatie

Plaats: Plaats: ter plaatse bij de klant, op basis van een voorbereiding door de instructeur, of in de opleidingsinstelling. **Duur:** 1 dag van 6 uur. **Omvang van de groepen:** maximum 6 personen. **Attesten/Brevetten**: waardering van de bekwaamheid - uitreiking van een bevoegdheidscertificaat, geldigheid: 5 jaar. **Recyclage**: Recyclage: uitreiking van een attest van opvolging en balans van de bekwaamheid.
Voorwaarde: attest van medische geschiktheid afgeleverd door de arbeidsgeneesheer (veiligheidspost) - 18 jaar zijn.

Niet gevonden wat u zocht in deze selectie van ons aanbod?
Wij helpen u graag verder. Academy • 02 289 68 25 • academy@cohezio.be

REF. gue_20/O/506

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 184 26/03/24 14:20

Basisopleiding

Besturen en werken met een verreiker met telescopische arm



PARTNER

De bekwaamheid van een bestuurder van een verreiker wordt bepaald:
> aan de hand van zijn capaciteit om zijn laad- en loswerktuig te manoeuvreren en te beheersen met snelheid, precisie en voorzorg voor de goederen tijdens het laden, lossen, werken met kuip en stapelen;
> aan de hand van het verplaatsingsgemak, waarbij de veiligheids- en gedragsregels voor zichzelf en zijn collega's gerespecteerd worden;
> het zorg dragen voor zijn werkinstrument door een correct en veilig gebruik.

Al deze elementen worden verworven en gevalideerd op theoretisch vlak, maar vooral in de praktijk gedurende een cursus van drie dagen. Deze opleiding wordt bekroond met een getuigschrift voor vakbekwaamheid, wat door de meeste ondernemingen gevraagd wordt.

Doelstellingen

Bijdragen aan de doelstelling "Wij gaan voor geen schade en geen ongevallen" door theorie en praktijk af te wisselen. Dit programma staat de deelnemers toe om een voldoende professioneel niveau te bereiken om de manoeuvres en basisactiviteiten met behulp van een laad- en loswerktuig veilig uit te voeren.

Inhoud

Theorie
> Wetgeving.
> Veiligheidsregels en verkeersregels.
> Technische kenmerken van een heftruck (type verreiker met telescopische arm).
> Ingebruikname en checklist.
> Rijden: algemeen.
> Basiskennis.
> Het werken met een verreiker met telescopische arm.
> Wetten van de fysica, evenwicht van de lasten.
> Kennisevaluatie: meerkeuzenvragen.

Praktijk
> Opstelling van een checklist ingebruikname.
> Leeg rijden.
> Veilig rijden.
> Parcours op de grond.
> Statische behandeling van ladingen.
> Verschillende types ladingen.
> Rijden met lading en werken met kuip.
> Hanteren van lading op hoogte.
> Laden en lossen.
> Technisch rijden.
> Eindevaluatie van de bekwaamheid.
> Afleggen van een technisch parcours.

Voor wie?

Beginnend bestuurders.

Praktische informatie

Plaats: Plaats: ter plaatse bij de klant, op basis van een voorbereiding door de instructeur, of in de opleidingsinstelling.
Duur: 3 dagen - 24 uur.
Omvang van de groepen: Maximum 6 personen in functie van het aantal beschikbare voertuigen.
Attesten/brevetten: uitreiking van een getuigschrift voor het besturen van een verreiker met telescopische arm (toestel om lasten te heffen en te verplaatsen - type heftruck). **Vereiste voorkennis**: attest van medische geschiktheid, uitgereikt door de arbeidsgeneesheer (veiligheidspost).

Niet gevonden wat u zocht in deze selectie van ons aanbod?
Wij helpen u graag verder. Academy • 02 289 68 25 • academy@cohezio.be

REF. gue_20/O/507

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 185 26/03/24 14:20

Basisopleiding

Kraanbestuurder



PARTNER

De bekwaamheid van een kraanhulp wordt gemeten:
> aan de hand van zijn capaciteit om stroppen en accessoires in functie van het te verplaatsen onderdeel, de omgeving en het ter beschikking gestelde materiaal te kiezen;
> aan de hand van zijn inschattingsvermogen omtrent de toestand van de stroppen en accessoires, om de accessoires aan te brengen voor courante en specifieke hijswerken met stroppen;
> aan de hand van het gemak om de last tijdens het opnemen, het transport en het neerzetten te begeleiden;
> aan de hand van het gemak waarmee een bestuurder van een hefwerktuig met bewegingen aangestuurd kan worden.
> aan de hand van de zorg voor werkgereedschap door een correct en veilig gebruik ervan.
Al deze elementen worden op vlak van theorie, maar vooral praktisch in een cursus van een dag verworven en gevalideerd.

Doelstellingen

Bijdragen aan de doelstelling "Wij gaan voor geen schade en geen ongevallen" door theorie en praktijk af te wisselen.

Dit programma zorgt ervoor dat de deelnemers een professioneel niveau bereiken dat voldoende is voor het veilig uitvoeren van de manoeuvres en basisactiviteiten met behulp van het ter beschikking gestelde materiaal. Dankzij dit programma kunnen zij formeel een gecertificeerde theoretische en praktische opleiding intern doorgeven.

Inhoud

Theorie
> Taken en verantwoordelijkheid van de kraanhulp.
> Veiligheidsvoorschriften en stropregels (hoeken, tabellen, maximale tophoek, inschatting van de lasten, keuze en plaatsing van de stroppen, ...).
> De bediening.
> Types kranen, voor- en nadelen, accessoires.
> Veiligheid en hand- en armseinen.
> Opvolgen van de stroppen.
> controle.

Praktijk
> Beschrijving van de kranen.
> Oefenen op het stroppen van onderdelen.
> Vervoer en plaatsing van stukken.
> Bediening van de kraanmachinist.
> Bijzondere stroppen.
> Controle van de stroppen.

Voor wie?

Kraanhulp met weinig ervaring (minder dan 6 maanden) of kandidaat-kraanhulp.

Praktische informatie

Plaats: ter plaatse bij de klant, op basis van een voorbereiding door de instructeur, of in de opleidingsinstelling.
Duur: 6 uur verdeeld over 1 dag.
Taille du groupe : maximum 10 personen.
Attesten/brevetten: uitreiking van een certificaat kraanhulp.
Vereiste voorkennis: attest van medische geschiktheid, uitgereikt door de arbeidsgeneesheer (veiligheidspost).

Niet gevonden wat u zocht in deze selectie van ons aanbod?
Wij helpen u graag verder. Academy • 02 289 68 25 • academy@cohezio.be

REF. gue_20/O/508

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 186 26/03/24 14:20

Opleiding

Rolbrugbestuurder



PARTNER

De bekwaamheid van een machinist van een draadloze brugkraan wordt bepaald:
> aan de hand van zijn capaciteit om de brugkraan snel, precies en met voorzorg voor de lasten tijdens het laden, transport en lossen te besturen en te beheersen;
> aan de hand van het vermogen om de instructies te volgen met respect voor de veiligheidsregels in verband met het gebruik van brugkranen voor zichzelf en zijn collega's;
> het zorg dragen voor zijn werkinstrument door een correct en veilig gebruik.

Al deze elementen worden verworven en gevalideerd op theoretisch vlak, maar vooral in de praktijk gedurende een cursus van drie dagen. Deze opleiding wordt bekroond met een getuigschrift voor vakbekwaamheid, wat door de meeste ondernemingen gevraagd wordt.

Doelstellingen

Dit programma stelt de deelnemers in staat om een voldoende professioneel niveau te behalen voor het veilig uitvoeren van manoeuvres en courante activiteiten via een draadloze brugkraan, kraan of kraancabine*, waarbij het doel "Wij gaan voor geen schade en geen ongevallen" zeker niet uit het oog verloren wordt. Het courant onderhoud van het werktuig om een optimale werking, veiligheid en duurzaamheid van het werktuig te garanderen.

Inhoud

Theorie
> De wetgeving.
> Veiligheidsvoorschriften in een genormaliseerde instructietaal.
> De technische kenmerken en onderdelen van de draadloze brugkraan en de kraancabine*.
> Ingebruikname en checklist.
> De manoeuvres en verplaatsingen van lasten, het stoppen van het zwenken, het stroppen.
> Hand- en armsein voor een ontstane brand.
> Veilig gebruik van de afstandsbediening.
> Wetten van de fysica, evenwicht van de lasten.
> Courante onderhoudselementen van de kraan.
> Kennisevaluatie.

Praktijk
> Opstelling van de checklist voor ingebruikname.
> De brugkraan, de afstandsbediening.
> De brugkraancabine*.
> Leeg rijden, zonder zwenken.
> Statische behandeling van ladingen.
> Rijden met lasten.
> eenvoudige en gecombineerde verplaatsingen in de ruimte met of zonder zichtbaarheid.
> Precieze neerzetting.
> Eindevaluatie van de bekwaamheid.
> Afleggen van een volledig en complex parcours.

Voor wie?

Kandidaat-brugkraanmachinist of brugkraanmachinist met weinig ervaring (minder dan 6 maanden ervaring).

Praktische informatie

Plaats: ter plaatse bij de klant, op basis van een voorbereiding door de instructeur, of in de opleidingsinstelling.
Duur: 18 uur verdeeld over 3 dagen van 6 uur.
Omvang van de groepen: maximum 6 personen.
Attest: uitreiking van een getuigschrift Bestuurder van een draadloze kraan of kraancabine. **Vereiste voorkennis**: attest medische geschiktheid door de arbeidsgeneesheer (veiligheidspost). Geslaagd voor de psychotechnische tests inzake ruimtelijk inzicht, geheugen en vaardigheid.
*kraancabine is enkel ter plaatse bij de klant beschikbaar.

Niet gevonden wat u zocht in deze selectie van ons aanbod?
Wij helpen u graag verder. Academy • 02 289 68 25 • academy@cohezio.be

REF. gue_20/O/510

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 187 26/03/24 14:20

Opleiding

Werken en evolutie op hoogte – Dragen van het harnas en begrip van redding



PARTNER

Elke onderneming streeft naar rentabiliteit en het halen van deadlines. Dit zorgt voor grote druk. De risico's die gepaard gaan met het werken op hoogte zijn ernstig en de wet wordt alsmaar strikter.
Elk ongeval wordt "cash" betaald: de ernst van de letsels houdt rechtstreeks verband met de kernactiviteiten van het werk.
De gevolgen van gebreken of onwetendheid kunnen ontzettend ernstig zijn. De werkgever of zijn vertegenwoordigers kunnen zwaar persoonlijk aansprakelijk worden gesteld.
De prestaties van deze personen steunen dus continu op het gemak en de zekerheid tijdens hun verplaatsingen, het correct gebruik van hun individuele beschermingsuitrusting en op verantwoordelijk gedrag jegens henzelf en hun collega's.
Al deze veilige basishoudingen worden je door onze experts voorgesteld om tijdens een eerste opleiding te verwerven, te versterken en te evalueren. De opleiding baseert zich op de kennis van het materiaal en aangepaste oefeningen in de praktijk.

Doelstellingen

Performanter en veiliger worden bij de dagelijkse uitvoering van hun werk dankzij het beheersen van technieken om zich op hoogte te verplaatsen en het efficiënt gebruik van hun individuele beschermingsuitrusting.

Inhoud

Theorie
> Reglementering rond het tijdelijk werk op hoogte.
> Rechten en plichten werkgevers/werknemers.
> Preventiehiërarchie.
> Collectieve bescherming.
> Individuele bescherming: regels en verplichtingen.
> PBM bestemd voor het werk op hoogte.
> Gebruiksregels.
> De gevaren.
> Takels en katrollen.
> De individuele redding.

Praktijk
> Bewerkstelligen van de PBM die aangepast zijn aan het werk op hoogte.
> Realisatie van verankeringspunten in de grond.
> Demonstratie van het installeren van een tijdelijke veiligheidslijn.
> Plaatsing van een tijdelijke veiligheidslijn.
> Plaatsing en Verplaatsing over een horizontale veiligheidslijn.
> Plaatsing en Verplaatsing over een verticale veiligheidslijn.
> Verplaatsing in een ladderkooi met rail lock.
> Plaatsing van een valbreker.
> Takels en katrollen.
> De individuele redding.
> Evaluatie.

Voor wie?

Iedereen die incidenteel of regelmatig op hoogte werkt en die de basisreflexen voor het uitvoeren van zijn/haar activiteit wenst te verwerven.

Praktische informatie

Plaats: in de onderneming of in de opleidingsinstelling.
Duur: u verdeeld over 1 werkdag
Omvang van de groepen: maximum 8 personen
Attest/Brevet: certificaat voor het volgen van een sensibilisering inzake werken en evolutie op hoogte: "Dragen van het harnas - Veiligheidslijn - Ladder - Steiger - Gondel", uitgereikt op basis van het slagen op de theoretische en praktische evaluatie.
Vereiste voorkennis: voor deze basisopleiding is voorafgaand enkel het attest medische geschiktheid vereist.

Niet gevonden wat u zocht in deze selectie van ons aanbod?
Wij helpen u graag verder. Academy • 02 289 68 25 • academy@cohezio.be

REF. gue_20/O/511

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 188 26/03/24 14:20

Opleiding

Werken met vaste en mobiele steigers



PARTNER

Een plan en handleiding voor de montage van steigers begrijpen, onmiddellijk de referenties voor weerstand en stabiliteit van de structuur van de verschillende steigers herkennen, vervolgens analyse van de goede plaatsing van de onderdelen die het vallen van de werknemers voorkomen (Collectieve Beschermingsmiddelen), al naargelang de behoefte corrigeren/verbeteren en zich ervoor zorgen dat deze montagewerken op zich geen verbonden risico worden: deze verschillende punten vormen het doel van deze opleiding voor mensen die een vaste of mobiele steiger monteren.

Doelstellingen

> **Op een participatieve manier de basisprincipes analyseren om stabiliteit - weerstand - stevigheid - Collectieve Beschermingsmiddelen, die eigen zijn aan de materialen bestemd voor het werk op hoogte, te verzekeren.**

> **Verder worden de specifieke punten geanalyseerd en kijken we terug op ervaring en gekende ongevallen om de effecten en gevolgen van een slecht gebruik en een slecht risicobeheer tijdens het werk op steigers beter te begrijpen.**

> **De analyse van de montageplannen/-handleidingen en de algemene montageprincipes met betrekking tot het materiaal en de werkwijze (te vermijden valrisico's tijdens de montage) worden bekeken.**

Inhoud

Theorie

> Terminologie van de onderdelen.
> Criteria inzake stabiliteit - weerstand - stevigheid.
> Verankering, koppeling.
> Totale dimensie/Toegang/Evacuatie .
> Handleidingen met betrekking tot analyse van de risico's en preventiemaatregelen die verband houden met het tijdelijk werk op hoogte..
> Preventie: Collectieve en individuele bescherming van de werknemers (harnas en veiligheidslijn).
> Kennis van de toelaatbare belasting.
> Montageplan, -handleiding.

Praktijk

> Analyse van de montageplannen en -handleidingen.
> Gebruiksbeperkingen (weersomstandigheden).
> Verschillende bevestigingswijzen (verankering en koppeling).
> Rollenspel in kleine groepen.
> Gebruik van verankeringspunten en veiligheidslijnen indien aanwezig.
> Montage van de steigerelementen op basis van de handleidingen.
> Controle-onderdeel.

Voor wie?

Personeel van private of publieke ondernemingen die te maken hebben met de montage, afbraak, eventuele wijziging en controle van eigen of externe steigers (gehuurd of toebehorend aan derden).

Praktische informatie

Plaats: in de onderneming of in de opleidingsinstelling.
Duur: 8u verdeeld over 1 werkdag.
Omvang van de groepen: maximum 12 deelnemers.
Attest/brevet: uitreiking van een brevet «monteur/demonteur van steigers en controleur».
Vereist voorkennis: er is geen enkele voorwaarde voor de basisopleiding. Medisch geschikt zijn.

Niet gevonden wat u zocht in deze selectie van ons aanbod?
Wij helpen u graag verder. Academy • 02 289 68 25 • academy@cohezio.be

REF. gue_20/O/512

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 189 26/03/24 14:20

Opleiding

Prioritair rijden



PARTNER

Het rijden met blauwe knipperlichten en sirene, het prioritair rijden, is niet zo simpel als het lijkt. Hoe ga je als bestuurder van het prioritaire voertuig om met stress? Hoe reageren andere weggebruikers op je? Hoe komt het dat ze foute dingen doen? Hoe kun je hen zodanig beïnvloeden zodat ze doen wat je van hen verlangt in plaats van net andersom? En hoe ga je reageren als het even mis gaat en een noodsituatie tijdens je prioritaire rit ontstaat?

Dit alles leer je in de gemoduleerd opgebouwd opleiding “Prioritair rijden”.

Doelstellingen

De hulpverleners leren, via praktische oefeningen en theoretische inzichten, een aantal basistechnieken aan om zich op een veilige en verantwoorde manier prioritair door het verkeer te begeven naar hun opdracht.

Inhoud

Je kan een keuze maken in samenstelling van de opleiding die je wenst.
De basisopleiding bestaat uit onderstaande modules. Iedere module betreft een volledige lesdag.
> Theorie.
> Verhoogde rijvaardigheid op privaat opleidingsterrein (circuit en slipplaat).
> Prioritair rijden openbare weg.

Tijdens de module theorie leer je oa:
> Wat zijn je rechten en plichten als bestuurder van een prioritair voertuig?
> Hoe kan ik het verkeer manipuleren als prioritair voertuig?
> Hoe ga ik om met stress bij mezelf en andere weggebruikers?
> Waarom gaat het zo vaak fout tijdens een prioritaire rit?
> Hoe kan ik daar iets aan doen?
> Hoe werk ik correct met mijn prioritaire uitrusting?
> Ongeval analyse.
> Vervolgingsbeleid.

Tijdens de module rijvaardigheid op privaat opleidingsterrein leer je oa:
> juiste zit- en stuurhouding;
> kijktechniek;
> omgang met aslastverplaatsingen;
> hoe reageren op over- en onderstuur;
> noodstop;
> bochtentechniek;
> noodstop op glad wegdek;
> uitwijken op glad wegdek;
> aquaplaning;
> ongevalvermijdende handelingen;
> stressparcours.

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 190 26/03/24 14:20

Tijdens de module prioritair rijden op de openbare weg leer je oa:
> bochten te rijden met een veilige bochtlijn, conform de procedure;
> voertuigen (met gemiddeld hogere snelheden) veilig in te halen (inhaaltechniek);
> verkeersinzichtelijk te rijden; de taal van de weg te lezen;
> anticipatievermogen in te zetten;
> toepassen van de rijtechnieken prioritair rijden in de praktijk;
> het verkeer rondom je zodanig te beïnvloeden dat je vlot en veilig moeilijke punten kunt passeren.

Voor wie?

De opleiding is bestemd voor iedere bestuurder van een prioritair voertuig.

Trainer

Via een interactieve manier (praktische oefeningen, simulaties, rollenspelen) worden uw medewerkers opgeleid tot verantwoordelijke bestuurders van prioritaire voertuigen.

Praktische informatie

Duur: iedere module betreft 1 lesdag.

Deze opleiding kan gebruikt worden voor 8u bijscholing voor de medische sector, mits aanvraag bij uw lokaal centrum.

Maximum aantal deelnemers:
> theorie: 15;
> praktijk op privaat terrein: 10;
> bij de module prioritair rijden openbare weg:
2 cursisten per instructeur.

Plaats: De theoretische sessie kan zowel doorgaan bij de opdrachtgever als in ons opleidingscentrum.
De module ‘verhoogde rijvaardigheid’ gaat door op ons rijvaardigheidscentrum.
De module “prioritair rijden openbare weg” kan doorgaan in de omschrijving van de opdrachtgever alsook op onze locatie te Temse.

Niet gevonden wat u zocht in deze selectie van ons aanbod?
Wij helpen u graag verder. Academy • 02 289 68 25 • academy@cohezio.be

REF. pri_20/O/537

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 191 26/03/24 14:20



6. Brand-preventie



Dienst

Brandrisicoanalyse



Sinds 2014 moet voor elk gebouw een brandrisicoanalyse worden uitgevoerd (hoofdstuk II van boek III, titel 3 van de codex over het welzijn op het werk op het werk)

> evaluatie van de initiële situatie ter plaatse op basis van de wettelijke normen en aanvullende voorschriften rond brandveiligheid; evaluatie van de bestaande veiligheidsverlichting, nooduitgangen en normale toegangswegen; evaluatie van de aanwezige alarmen en rookafvoersystemen.
> advies over de instructies, pictogrammen en plannen die aanwezig dienen te zijn; invoer van een interventie- en alarmprocedure en invoer van een evacuatieplan, enz.

Doelstellingen

> **Beheersing van de eigen brandrisico's door het bedrijf**
> **Zich in orde stellen met hoofdstuk II van boek III, titel 3 van de codex betreffende brandpreventie**

Inhoud

Bij het uitvoeren van de risicoanalyse houden we onder meer rekening met de volgende risicofactoren:

> de waarschijnlijkheid van de gelijktijdige aanwezigheid van een brandstof, een oxidatiemiddel en een ontstekingsbron, noodzakelijk voor het ontstaan van een brand;
> de arbeidsmiddelen, de gebruikte stoffen, de processen en hun eventuele interacties;
> de aard van de activiteiten;
> de grootte van de onderneming of inrichting;
> het maximale aantal werknemers en andere personen die aanwezig kunnen zijn in de onderneming of inrichting;
> de specifieke risico's eigen aan bepaalde groepen van personen aanwezig in de onderneming of inrichting;
> de ligging en de bestemming van de lokalen;
> de aanwezigheid van meerdere ondernemingen of instellingen op eenzelfde arbeidsplaats of op een aanpalende arbeidsplaats;
> de werkzaamheden uitgevoerd door externe ondernemingen.

Cohezio kan u ook bijstaan bij het uitvoeren van de verplichtingen inzake brandpreventie, waaronder:

> het uitvoeren van een brandoefening,
> het opstellen/bijwerken van evacuatieplannen,
> het controleren van de signalisatie en van de noodverlichting.

Voor wie?

Alle werkgevers, inclusief bedrijven die hun arbeidsplaatsen huren.

Dienstverlener

De preventieadviseur – veiligheid niveau I of II van **Cohezio**.

Praktische informatie

Voorafgaand aan de interventie zal een checklist worden bezorgd om de nodige documenten voor te bereiden.
Toegang tot alle lokalen is noodzakelijk.

Voor meer informatie betreffende deze dienst mag u steeds contact opnemen met uw contactpersoon binnen Cohezio. U kan ons ook steeds contacteren op ons algemeen nummer 02 533 74 11 of via info@cohezio.be.

REF. inc_20/D/061

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 194 26/03/24 14:21

Dienst

Checklist conformiteit brand



cohezio

exper consult bäo modyva

Met de checklist conformiteit brand kan worden gecontroleerd of een gebouw beantwoordt aan de belangrijkste wettelijke vereisten op het vlak van brand.

Doelstellingen

De hoofddoelstelling is het opmaken van een stand van zaken van het administratieve en praktische beheer van de brandpreventie binnen het bedrijf, in verhouding tot de vereisten van de wetgeving (titel 3 van boek III van de codex over het welzijn op het werk op het werk).

Inhoud

De interventie maakt het mogelijk om aan de hand van een checklist een stand van zaken op te maken wat betreft de aanwezigheid van de wettelijke verplichtingen op het vlak van brand, meer bepaald:

> de risicoanalyse;
> de preventiemaatregelen;
> specifieke preventiemaatregelen (brandbestrijdingsdiensten);
> de evacuatie;
> het intern noodplan;
> het brandpreventiedossier;
> de opleiding en het informeren van de werknemers;
> de informatie die aan derden wordt gegeven;
> enz.

Voor wie?

Voor alle werkgevers, inclusief werkgevers die hun arbeidsplaatsen huren.

Dienstverlener

De preventieadviseur-veiligheid van **Cohezio**.

Praktische informatie

Voorafgaand aan de interventie zal een checklist worden bezorgd om de nodige documenten voor te bereiden. Toegang tot alle lokalen is noodzakelijk.

Voor meer informatie betreffende deze dienst mag u steeds contact opnemen met uw contactpersoon binnen Cohezio. U kan ons ook steeds contacteren op ons algemeen nummer 02 533 74 11 of via info@cohezio.be.

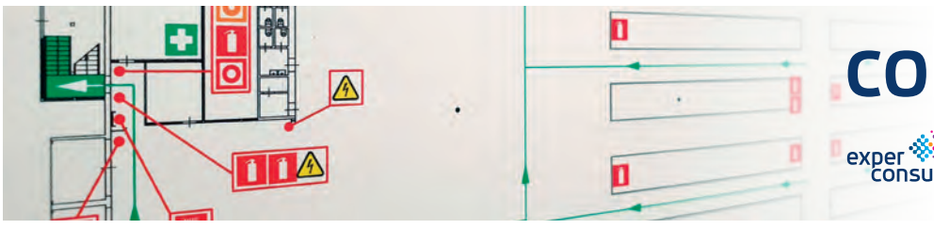
REF. inc_20/D/062

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 195 26/03/24 14:21

Dienst

Opstellen van evacuatieplannen



Opstelling van evacuatieplannen om in uw gebouw uit te hangen (Art. III.3-13 van de Codex over welzijn op het werk).

Doelstellingen

> **Personeel en bezoekers laten weten waar de nooduitgangen en brandbestrijdingsmiddelen zich bevinden.**

> **Interventies van hulpdiensten vergemakkelijken door de plaats van gevaarlijke lokalen en beschikbare brandbestrijdingsmiddelen aan te duiden.**

Inhoud

Opstelling van evacuatieplannen op basis van bestaande plannen of helemaal van nul.
Volgens artikel III.3-13 moet het evacuatieplan bepaalde informatie bevatten, meer bepaald:

> indeling en bestemming van de lokalen, plaats van de grenzen van de compartimenten;
> plaats van lokalen met een verhoogd brandgevaar (elektriciteit, brandstofopslag);
> plaats van uitgangen, nooduitgangen, verzamelplaatsen na evacuatie en traject van de evacuatieroutes.
> Andere nuttige informatie die de preventieadviseurs van **Cohezio** toevoegen:
> "U bevindt zich hier"-aanduiding; de kaart wordt georiënteerd afhankelijk van de plaats waar ze hangt, zodat het gemakkelijk is om er zich een ruimtelijke voorstelling van te maken en men de kaart op papier makkelijk kan lezen en interpreteren;
> brandblussers, type, aantal en grootte;
> alarm- en evacuatiedrukknoppen;
> plaats van de knop voor het activeren van de automatische blusapparatuur;
> plaats van de sirenes;
> plaats van de afsluiters (stroom, gas, enz.).

Voor wie?

Alle werkgevers, ook bedrijven die huurder zijn van hun werkplek.

Dienstverlener

De preventieadviseur-veiligheid van **Cohezio**.

Praktische informatie

Toegang tot alle gebouwen is noodzakelijk.
Om de uitvoeringstijd te verkorten, is het handig om de plannen in digitale (idealiter) of papieren versie ter beschikking te stellen.

Voor meer informatie betreffende deze dienst mag u steeds contact opnemen met uw contactpersoon binnen Cohezio. U kan ons ook steeds contacteren op ons algemeen nummer 02 533 74 11 of via info@cohezio.be.

REF. inc_20/D/063

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 196 26/03/24 14:21

Dienst

Begeleiding bij een evacuatieoefening



Begeleiding bij de voorbereiding en de uitvoering van een jaarlijkse evacuatieoefening. De wetgeving voorziet in een jaarlijkse evacuatieoefening.

Doelstellingen

> **Het personeel de mogelijkheid bieden om te leren reageren om een gebouw te evacueren en naar een veilige plaats te gaan.**

> **Controleren of de technische uitrusting een snelle en veilige evacuatie van het gebouw toelaat.**

Inhoud

Uitvoering van een evacuatieoefening, bestaande uit:

> voorbereidende vergadering;

> hulp bij het bepalen van het scenario dat tot de evacuatie leidt;

> hulp bij het plaatsen van de waarnemers;

> invullen van een rooster ter beoordeling;

> houden van de debriefing;

> voorstel van te treffen preventieve en/of corrigerende maatregelen.

De moeilijkheidsgraad van de oefening zal aangepast zijn aan het brandpreventieniveau dat u reeds hebt ingevoerd.

Voor wie?

Alle werkgevers, inclusief bedrijven die hun arbeidsplaatsen huren.

Dienstverlener

De preventieadviseur-veiligheid van **Cohezio**.

Praktische informatie

Bij de voorbereiding van de oefening zal het nuttig zijn om de bestaande informatie te bezorgen, zodat de voorgestelde oefening zo goed mogelijk aangepast is:
- de beoordelingen van de eerder uitgevoerde oefeningen,
- de verschillende bestaande evacuatieprocedures.

Voor meer informatie betreffende deze dienst mag u steeds contact opnemen met uw contactpersoon binnen Cohezio. U kan ons ook steeds contacteren op ons algemeen nummer 02 533 74 11 of via info@cohezio.be.

REF. inc_20/D/064

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 197 26/03/24 14:21

Dienst

Opstelling van een brandpreventiedossier



Opstelling van het brandpreventiedossier.

Doelstellingen

Opstellen van het brandpreventiedossier om te voldoen aan de wettelijke verplichting (artikel III.3-24 van de codex over het welzijn op het werk op het werk).

Dat dossier bevat alle documentatie die nodig is voor een goede brandpreventie en maakt het mogelijk de documenten te verzamelen op één en dezelfde plaats, zodat ze makkelijker kunnen worden geraadpleegd.

Inhoud

Het dossier bevat:
> het document met de resultaten van de risicoanalyse en de preventiemaatregelen;
> het document dat de organisatie van de brandbestrijdingsdienst beschrijft;
> de opgestelde procedures voor het Intern Noodplan;
> de evacuatieplannen;
> het interventiedossier bestemd voor de hulpdiensten;
> de verslagen van de evacuatieoefeningen;
> een lijst met de beschermingsmiddelen tegen brand die beschikbaar zijn op de arbeidsplaats en de locatie ervan op een plan;
> het veiligheidsregister met de resultaten van de periodieke controles;
> de lijst met de eventuele individuele afwijkingen die aan de werkgever werden verleend op basis van artikel 52 van het ARAB;
> de adviezen van de verschillende tussenkomende preventieactoren op het vlak van gezondheid, veiligheid en brandpreventie;
> de informatie die eventueel werd doorgegeven, meer bepaald op verzoek van de openbare hulpdiensten.

Afhankelijk van uw behoeften kunnen we u enkel helpen bij het verzamelen van de documenten of kunnen we ze volledig opstellen.

Voor wie?

Alle werkgevers, inclusief bedrijven die hun arbeidsplaatsen huren.

Dienstverlener

De preventieadviseur-veiligheid van **Cohezio**.

Praktische informatie

Voor het opstellen van dit preventiedossier is toegang nodig tot uw lokalen en tot de beschikbare documentatie.

Voor meer informatie betreffende deze dienst mag u steeds contact opnemen met uw contactpersoon binnen Cohezio. U kan ons ook steeds contacteren op ons algemeen nummer 02 533 74 11 of via info@cohezio.be.

REF. inc_20/D/065

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 198 26/03/24 14:21

Opleiding

Brandwacht



PARTNER

Een brandwacht houdt toezicht op werken met open vuur, zoals las- of slijpwerken. Wanneer er een brand zou uitbreken, is hij/zij verantwoordelijk voor een veilige evacuatie van de uitvoerders en dient hij/zij een eerste bluspoging te ondernemen.

Doelstellingen

> **De taken van een brandwacht kunnen benoemen.**
> **De gevaren van brand en explosie kunnen benoemen.**
> **De nodige maatregelen kunnen nemen bij vuurgevaarlijke werken.**
> **Kleine brandblusmiddelen kunnen benoemen en de juiste werking ervan kennen.**
> **Een werkvergunning kunnen lezen.**
> **Verschillende klassen kunnen benoemen.**
> **De ontwikkeling van een brand kennen.**
> **Eerste hulp kunnen toepassen bij brandwonden.**
> **Brandslangen en hydranten kunnen gebruiken.**

Inhoud

> Wetgeving.
> Wie mag brandwacht worden.
> Taken van een brandwacht.
> Te nemen maatregelen.
> Brand.
> Mengverhouding.
> Ontwikkeling van een brand.
> Brandklassen.
> Praktijkoefeningen.

Voor wie?

Iedere medewerker die voor de veiligheid instaat bij werkzaamheden met een verhoogd risico op brand/explosie.

Trainer

De opleiding wordt gegeven door ervaren en gecertificeerde XL Group senior coaches.

Praktische informatie

Duur: 1 dag. Max. 8 personen.
Taal: Nederlands.
Plaats: de sessie kan zowel plaatsvinden in uw bedrijf als in ons opleidingscentrum.

Formule: indien u een attest risicovolle taken wenst, dient uw locatie aan bepaalde eisen te voldoen. Er zal samen met u gekeken worden wat de mogelijkheden zijn. De cursus kan worden aangepast aan specifieke veiligheidsregels van uw bedrijf.

Evaluatie: Het examen bestaat uit zowel een theoretisch als een praktisch gedeelte. Men dient voor beide delen geslaagd te zijn. Indien gewenst, kan er een door BeSaCC VCA erkend diploma “AV011: Brandwacht” worden afgeleverd. Dit diploma is drie jaar geldig.
Prijs: syllabus, catering, examen en attest inbegrepen.

Niet gevonden wat u zocht in deze selectie van ons aanbod?
Wij helpen u graag verder. Academy • 02 289 68 25 • academy@cohezio.be

REF. xlt_20/O/612

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 199 26/03/24 14:21

Opleiding

Werken met kleine blusmiddelen



PARTNER

In de praktijk kan veel schade voorkomen worden indien een beginnende brandhaard bestreden wordt. Dit vergt kalmte en een kordate aanpak. Via een praktijkgerichte opleiding zijn mensen effectief voorbereid om in een reële situatie een beginnende brand te blussen.

Doelstellingen

> **De gevaren van brand en explosie kunnen benoemen.**
> **De nodige maatregelen kunnen nemen bij vuurgevaarlijke werken.**
> **De juiste manier van evacueren kennen.**
> **Kleine brandblusmiddelen kunnen benoemen en de juiste werking ervan kennen.**
> **Verschillende klassen kunnen benoemen.**
> **De ontwikkeling van een brand kennen.**
> **Eerste hulp kunnen toepassen bij brandwonden.**

Inhoud

> Wetgeving.
> Te nemen maatregelen.
> Brand en zijn belangrijkste begrippen.
> Mengverhouding.
> Ontwikkeling van een brand.
> Brandklassen.
> Evacuatie.
> Soorten kleine brandblusmiddelen.
> Keuze van juiste brandblusmiddel.
> Pictogrammen.
> Verzorgen van brandwonden.
> Praktijkoefeningen.

Voor wie?

Iedere werknemer die bij een beginnende brand op de gepaste manier wenst te reageren.

Trainer

De opleiding wordt gegeven door ervaren en gecertificeerde XL Group senior coaches.

Praktische informatie

Duur: 1 halve dag. Max. 8 personen.
Taal: nederlands.
Plaats: de sessie kan zowel plaatsvinden in uw bedrijf als in ons opleidingscentrum.

Formule: de cursus kan worden aangepast aan specifieke veiligheidsregels van uw bedrijf.

Evaluatie: het examen bestaat uit zowel een theoretisch als een praktisch gedeelte. Men dient voor beide delen geslaagd te zijn. Indien gewenst, kan er een door BeSaCC VCA erkend diploma ‘AV012: werken met kleine brandblusmiddelen’ worden afgeleverd. Dit diploma is tien jaar geldig.

Prijs: syllabus, examen en attest inbegrepen.

Niet gevonden wat u zocht in deze selectie van ons aanbod?
Wij helpen u graag verder. Academy • 02 289 68 25 • academy@cohezio.be

REF. xlt_20/O/614 **Prijs op aanvraag**

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 200 26/03/24 14:21

Opleiding

Werken met onafhankelijke adembescherming



PARTNER

Adembescherming wordt gebruikt in zeer vervuilde omgevingen of plaatsen waar te weinig zuurstof in de atmosfeer zit. Je mag enkel met perslucht werken indien je hiervoor een geschikte opleiding hebt genoten. Deze opleiding bestaat uit zowel een theoretisch als een praktisch gedeelte.

Doelstellingen

> **Theoretische kennis verwerven die men nodig heeft bij het werken met perslucht.**

> **Praktische kennis verwerven die men nodig heeft bij het werken met perslucht.**

> **Kennis verwerven omtrent het werken met een flessenbatterij of ademhalingsnetwerk.**

> **Risico's leren kennen bij het werken met perslucht.**

> **Verschillende soorten filters leren herkennen en het juiste gebruik ervan kennen.**

> **Kennis omtrent ons ademhalingssysteem verwerven.**

Inhoud

> Wetgeving.
> Onze ademhaling.
> Onderdelen van omgevingslucht.
> Onderdelen van het ademhalingsstelsel.
> Schadelijke luchtconcentratie.
> Indeling adembescherming.
> Onderdelen autonoom ademhalingsbeschermingstoestel.
> Onderdelen niet autonoom ademhalingsbeschermingstoestel.
> Praktijkgedeelte.
> Correct installeren van het toestel en de fles gebruiksklaar leggen.
> Op- en afzetprocedure.
> Gepast reageren op ademnood.
> Werkzaamheden kunnen uitoefenen met ademhalingsbescherming.
> Hindernissenparcour (trappen, smalle doorgangen, kleine doorgangen).

Voor wie?

Personen die tijdens hun werkzaamheden met perslucht dienen te werken.

Trainer

De opleiding wordt gegeven door ervaren en gecertificeerde XL Group senior coaches.

Praktische informatie

Duur: 1 dag. Max. 8 personen. **Taal**: Nederlands.
Plaats: de sessie kan zowel plaatsvinden in uw bedrijf als in ons opleidingscentrum.
Formule: de cursus kan worden aangepast aan specifieke veiligheidsregels van uw bedrijf.
Evaluatie: het examen bestaat uit zowel een theoretisch als een praktisch gedeelte. Men dient voor beide delen geslaagd te zijn. Indien gewenst, kan er een door BeSaCC VCA erkend diploma "IS081: werken met onafhankelijke ademhalingsbescherming" of "IS082: werken met onafhankelijke niet-autonome ademhalingsbescherming" worden afgeleverd. Dit diploma is 5 jaar geldig.
Prijs: syllabus, catering, examen en attest inbegrepen.

Niet gevonden wat u zocht in deze selectie van ons aanbod?
Wij helpen u graag verder. Academy • 02 289 68 25 • academy@cohezio.be

REF. xlt_20/O/615

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 201 26/03/24 14:21

Opleiding

Sensibilisering van blusmiddelen



PARTNER

De eerste momenten van een ramp in goede banen leiden in afwachting van de komst van de hulpdiensten, is de verantwoordelijkheid van de eerste interventieploegleden.
Deze rol spitst zich toe op het bestrijden van een beginnende brand, het redden van mensen, maar ook het oproepen van de eerste hulp. Hierbij wordt een strikte naleving toegepast van alle veiligheidsvoorschriften in soms indrukwekkende lastige situaties met stress, warmte, rook en lawaai.

Doelstellingen

Theoretische basis aanleren, maar vooral praktijkgerichte simulaties, zodat de deelnemers een eerste ervaring kunnen opdoen wat de verschillende blusmiddelen betreft.

Inhoud

Theorie

> Wettelijk kader.

> De gevaren bij een beginnende brand.

> Interne instructies bij brand.

> Branduitbreiding.

> Draagbare blusmiddelen.

> Grondbeginselen van redding, evacuatie, verdeling en isolering.

Praktijk

> Demonstratie van de verschillende blusmiddelen.

> Brand in een elektriciteitskast.

> Individueel blussen van een beginnende brand in een informaticamodule: Elektriciteitsbrand blussen met een CO_2-brandblusser.

> Frituurketelbrand

Voor wie?

Personeel van bedrijven, industrie, KMO's, overheden, ziekenhuizen en rusthuizen, scholen, ...

Praktische informatie

Plaats: in de opleidingsinstelling of ter plaatse bij de klant. **Duur**: 4 u over 1/2 dag.
Omvang van de groepen: maximum 12 deelnemers.
Attest: uitreiking van een attest van deelname.
Vereiste voorkennis: geen.

Niet gevonden wat u zocht in deze selectie van ons aanbod?
Wij helpen u graag verder. Academy • 02 289 68 25 • academy@cohezio.be

REF. gue_20/O/613

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 202 26/03/24 14:21

Opleiding

Basisopleiding evacuatie



PARTNER

Of het nu gaat over een brand of een ander incident, het in goede banen leiden, bij het opstarten van een evacuatie en dit in afwachting van de professionele hulpdiensten, vraagt kennis en verantwoordelijkheid van de evacuatieploegleden. Deze rol spitst zich ook toe op het bestrijden van een beginnende brand (beschermen van de te evacueren personen), het redden van mensen, maar ook de oproep van de eerstehulpverlening. Hierbij wordt een strikte naleving toegepast van alle veiligheidsvoorschriften in soms indrukwekkende situaties die zeer veel stress en lawaai met zich kunnen meebrengen.

Doelstellingen

Theoretische basis aanleren aangaande de evacuatieprocedures, maar vooral praktijkgerichte workshops, zodat de deelnemers een eerste ervaring kunnen opdoen voor wat de rollen en taken van een evacuatieploeglid betreft, en dit met strikte naleving van de veiligheidsvoorschriften tijdens een evacuatie.

Inhoud

Theorie

> De wetgeving.
> De interne evacuatieprocedures (meegedeeld door de klant).
> Definitie van de aankondiging, de waarschuwing en het alarm.
> De hiërarchische lijn.
> De taken van de evacuatieploegleden.
> De preventiemiddelen.
> De specifieke situaties.
> De reddingshandelingen.

Praktijk

> Rondleiding door een kantoorgebouw.
> Praktische evacuatieoefeningen van een kantoorgebouw op basis van de inwerkingstelling van het alarm.
> Eenvoudige evacuatieoefeningen in een ingerichte kantoorruimte.
> Ingewikkelde evacuatieoefeningen in een ingerichte kantoorruimte op basis van een opgezet scenario (meerdere scenario's).

Voor wie?

Personeel van bedrijven, industrie, KMO's, overheden, ziekenhuizen en rusthuizen, scholen, ...

Praktische informatie

Plaats: in de opleidingsinstelling of ter plaatse bij de klant. **Duur**: 4 u over 1/2 dag.
Omvang van de groepen: minimum 8 en maximum 12 deelnemers.
Attest: Uitreiking van een opleidingsattest voor evacuatieploeglid.
Vereiste voorkennis: geen.

Niet gevonden wat u zocht in deze selectie van ons aanbod?
Wij helpen u graag verder. Academy • 02 289 68 25 • academy@cohezio.be

REF. gue_20/O/604

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 203 26/03/24 14:21

Opleiding

Brandbestrijdingsdienst – Lichte blusmiddelen



PARTNER

De eerste momenten van een ramp in goede banen leiden in afwachting van de hulpdiensten die ter plaatse komen. Dit optreden spitst zich toe op het bestrijden van de beginnende brand, het redden van mensen, maar ook het inroepen van hulp. Hierbij wordt een strikte naleving toegepast van alle veiligheidsvoorschriften in soms indrukwekkende lastige situaties met stress, warmte, rook en lawaai.

Doelstellingen

Theoretische basis meegeven, maar vooral praktijkgerichte workshops, zodat de deelnemers een eerste ervaring kunnen opdoen voor wat betreft het gebruiken van lichte blusmiddelen waarbij de veiligheidsvoorschriften worden nageleefd tijdens een interventie.

De opleiding behandelt verschillende rampen en situaties waarbij je de leiding moet kunnen nemen in afwachting van de hulpdiensten die ter plaatse komen.

Naast het onder controle houden van een brand worden de deelnemers ook opgeleid in de basisprincipes van een evacuatie.

Inhoud

Theorie

> De rol van de eerste interventieploegleden.
> De branddriehoek.
> De mechanismen van branduitbreiding.
> De brandoorzaken.
> De verschillende brandklassen.
> De eigenschappen van draagbaar blusmateriaal.
> De gebruiksvoorschriften van de brandblusser met poeder, schuim CO_2.
> De gebruiksvoorschriften van de brandslang op een muurhaspel.
> Het wegnemen van de twijfel.
> De procedure voor het openen van een deur (deurtest).
> De brandpreventiemiddelen.
> De evacuatie.

Praktijk

> In werking stellen en gebruiken van lichte blusmiddelen voor een brand van klasse B.
> Brand van een computerscherm in een kantoor.
> Brand van een ontvlambare vloeistof op de grond in een onderhoudsruimte.
> Brand in een afvalcontainer in de nabijheid van een IBC-container.
> Brand van meerdere kartonnen dozen in een opslagruimte.
> Frietketelbrand.
> Demonstratie van het gebruik van water op een friteusebrand.
> Rondleiding op de plaats van de evacuatieoefening.

Voor wie?

Personeel van bedrijven, industrie, KMO's, overheden, ziekenhuizen en rusthuizen, scholen, ...

Trainer

Opleiding onder toezicht van 2 professionele brandweermannen.

Praktische informatie

Plaats: in de opleidingsinstelling of ter plaatse bij de klant.

Duur: 7 u in 1 dag.

Omvang van de groepen: maximum 12 personen.

Attest: uitreiking van attest van basisopleiding voor interventieploeglid brandbestrijdingsdienst met het gebruik van lichte blusmiddelen.

Vereiste voorkennis: geen.

Niet gevonden wat u zocht in deze selectie van ons aanbod?
Wij helpen u graag verder. Academy • 02 289 68 25 • academy@cohezio.be

REF. gue_20/O/605

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 204 26/03/24 14:21

Bijscholing

Opfrissing - lichte brandbestrijdingsmiddelen



PARTNER

De eerste momenten bij een ramp in goede banen leiden, in afwachting van de hulpdiensten die ter plaatse komen, is de verantwoordelijkheid van de interne brandbestrijdingsdienst.
Dit optreden spitst zich toe op het bestrijden van de beginnende brand, het redden van mensen, maar ook het inroepen van hulp. Hierbij worden de interventieprocedures en de veiligheidsvoorschriften strikt nageleefd in stresssituaties.

Doelstellingen

Herhaling van de theoretische basis, maar vooral praktijkgerichte oefeningen, zodat de deelnemers ervaring kunnen opdoen voor wat betreft het gebruik van lichte blusmiddelen waarbij de veiligheidsvoorschriften worden nageleefd tijdens een interventie.

De opleiding behandelt verschillende rampen en situaties waarbij je de leiding moet kunnen nemen in afwachting van de hulpdiensten die ter plaatse komen. Naast het onder controle houden van een brand worden de deelnemers ook opgeleid in het leiden van een evacuatie.

Inhoud

Theorie
> Brandbestrijding.
> De evacuatie.

Praktijk
> Demonstratie van het gebruik van lichte blusmiddelen.
> Brand van een elektrisch toestel veroorzaakt door een kortsluiting in een technische ruimte met 3 aangrenzende ruimten waarvan één toegankelijk via een binnentrap .
> Brandende gasfles.
> Demonstratie van een ontploffing van een gasfles.
> Brandend gas dat ontsnapt uit een gasfles in een onderhoudsruimte en dat zich uitbreidt naar een rek met ontvlambare vloeibare producten die zijn opgeslagen in kartonnen dozen en dat leidt tot het uitstromen van brandende vloeistof over de grond.
> Grote brand van een vloeibaar product in een wachtbekken in de nabijheid van een buiteninstallatie en met een rechtstreekse dreiging voor een olietank en met aanwezigheid van een bewusteloos slachtoffer.
> Evacuatieoefening in een ingerichte kantoorruimte (meerdere scenario's).
> Brand van een microgolfoven in een keuken in een kantoorruimte die leidt tot het activeren van het alarm en een algemene evacuatie met aanwezigheid van een brand in een elektriciteitskast op de evacuatieroute veroorzaakt door een technicus die afgezonderd is in een aangrenzende ruimte.

Voor wie?

Personeel van bedrijven, industrie, KMO's, overheden, ziekenhuizen en rusthuizen, scholen, ...

Trainer

Opleiding onder toezicht van 2 professionele brandweermannen.

Praktische informatie

Plaats: in de opleidingsinstelling of ter plaatse bij de klant.
Duur: 6 u in 1 dag.
Omvang van de groepen: maximum 12 personen.
Attest: duitreiking van een opfrissingsattest voor interventieploeglid van de brandbestrijdingsdienst.
Vereiste voorkennis: een basiscursus interventieploeglid met het gebruik van lichte blusmiddelen.

Niet gevonden wat u zocht in deze selectie van ons aanbod?
Wij helpen u graag verder. Academy • 02 289 68 25 • academy@cohezio.be

REF. gue_20/O/610

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 205 26/03/24 14:21

Opleiding

Interventieploeglid brandbestrijdingsdienst – Zware blusmiddelen



PARTNER

De eerste momenten van een ramp in goede banen leiden in afwachting van de hulpdiensten die ter plaatse komen. Dit optreden spitst zich toe op het bestrijden van de beginnende brand, het redden van mensen, maar ook het inroepen van hulp. Hierbij wordt een strikte naleving toegepast van alle veiligheidsvoorschriften in soms indrukwekkende lastige situaties met stress, warmte, rook en lawaai.

Doelstellingen

Theoretische basis meegeven, maar vooral praktijkgerichte workshops, zodat de deelnemers een eerste ervaring kunnen opdoen voor wat betreft het gebruik van lichte en zware blusmiddelen waarbij de veiligheidsvoorschriften worden nageleefd tijdens een interventie.

De opleiding behandelt verschillende rampen en situaties waarbij je de leiding moet kunnen nemen in afwachting van de hulpdiensten die ter plaatse komen.

Inhoud

Theorie

> De rol van interventieploegleden.
> De branddriehoek.
> De mechanismen van branduitbreiding.
> De brandoorzaken.
> De verschillende brandklassen.
> De eigenschappen van draagbaar blusmateriaal.
> De gebruiksvoorschriften van de brandblusser met poeder, schuim en CO_2.
> De gebruiksvoorschriften van de brandslang op een muurhaspel.
> Het wegnemen van de twijfel.
> De procedure voor het openen van een deur (deurtest).
> De brandpreventiemiddelen.
> De zware blusmiddelen (opstelling ervan).

Praktijk

> Demonstratie van de brandcurve.
> In werking stellen en gebruiken van lichte blusmiddelen voor een brand van klasse B.
> Installeren en gebruiken van zwaar brandbestrijdingsmateriaal.
> Brand van meerdere kartonnen dozen in een opslagruimte.
> Vloeistofbrand op de grond veroorzaakt door het overlopen van een ontvlambare vloeistof uit een vat in een onderhoudsruimte en waar zich een slachtoffer bevindt dat bij bewustzijn is.
> Lek van een ontvlambaar gas aan een losgekoppelde flens tijdens onderhoudswerken dat leidt tot een brand van restolie in een wachtbekken met gevaar voor een tank met een gevaarlijk product.
> Brand in een elektriciteitskast in een technische ruimte die toegankelijk is via een buitenloopbrug en die leidt tot een brand van kartonnen dozen in een aangrenzende ruimte.
> Vloeistofbrand met hoge warmteontwikkeling in een wachtbekken met dreiging voor een installatie.

Voor wie?

Personeel van bedrijven met gematigd tot hoog industrieel risico rekening houdend met hun activiteiten, die beschikken over lichte en zware blusmiddelen.

Trainer

Opleiding onder toezicht van 2 professionele brandweermannen.

Praktische informatie

Plaats: in de opleidingsinstelling of ter plaatse bij de klant.
Duur: 7 u in 1 dag. **Omvang van de groepen**: maximum 12 personen.
Attest: uitreiking van attest van basisopleiding voor interventieploeglid brandbestrijdingsdienst met het gebruik van zware blusmiddelen.
Vereiste voorkennis: geen.

Niet gevonden wat u zocht in deze selectie van ons aanbod?
Wij helpen u graag verder. Academy • 02 289 68 25 • academy@cohezio.be

REF. gue_20/O/606

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 206 26/03/24 14:21

Bijscholing

Opfrissing - Brandbestrijdingsdienst - Zware blusmiddelen



PARTNER

De risico's en incidenten die zich kunnen voordoen in jouw bedrijf hebben je ertoe aangezet om interventieploegleden op te leiden. Bij brand moeten de verschillende interventieteams worden aangestuurd door één of twee personen om een doeltreffende en georganiseerde actie te kunnen ondernemen. Deze specifieke rol vereist dus niet alleen dat je op de hoogte bent van de basistechnieken van interventieploegleden, maar ook dat je kan inschatten en leidinggeven in noodsituaties. Een bijkomende moeilijkheid is het gebruik van zware blusmiddelen (lansen 70, 45, schuimmateriaal, ...).

Doelstellingen

Herhaling van de theoretische en praktische basis zodat de deelnemers ervaring kunnen opbouwen in het kader van de functie van interventieploegleider voor wat betreft het leidinggeven aan de leden van interventieteams, het gebruik van lichte en zware blusmiddelen, maar vooral het toepassen van de interventieprocedures en veiligheidsvoorschriften.

De opleiding behandelt verschillende situaties waarbij je de leiding moet kunnen nemen in afwachting van de hulpdiensten die ter plaatse komen.

Inhoud

Theorie

> Brandbestrijding.
> De zware blusmiddelen.
> Leadership en gezag.

Praktijk

> Installeren en gebruiken van zwaar brandbestrijdingsmateriaal.
> Brand van een ontvlambare vloeistof op de grond die leidt tot een brand in een elektrische kast in een technische ruimte die toegankelijk is via een loopbrug met aanwezigheid van een persoon bij bewustzijn in een aangrenzende ruimte.
> Brandende gasfles.
> Demonstratie van een ontploffing van een gasfles.
> Brandend gas dat ontsnapt uit een gasfles in een onderhoudsruimte en dat zich uitbreidt naar een rek met ontvlambare vloeibare producten die zijn opgeslagen in kartonnen dozen en dat leidt tot het wegvloeien van brandende vloeistof over de grond.
> Lek van een ontvlambaar gas aan een losgekoppelde flens en dit tijdens onderhoudswerken. Dit leidt tot een brand van restolie in een wachtbekken met dreiging voor een tank met een gevaarlijk product.
> Brand in een afvalemmer die zich uitbreidt naar een rek, met meerdere kartonnen dozen, dat zich in een opslagruimte bevindt en waarin een bewusteloze persoon aanwezig is.
> Brand van een ontvlambare vloeistof met hoge warmteontwikkeling in een wachtbekken met dreiging voor een installatie.

Voor wie?

Personeel van bedrijven met gematigd tot hoog industrieel risico, rekening houdend met hun activiteiten en die beschikken over zware blusmiddelen…

Trainer

Opleiding onder toezicht van 2 professionele brandweermannen.

Praktische informatie

Plaats: in de opleidingsinstelling of ter plaatse bij de klant.
Duur: 6 u in 1 dag. **Omvang van de groepen**: maximum 12 participants.
Attest: uitreiking van een opfrissingsattest voor interventieploeglid brandbestrijdingsdienst met het gebruik van zware blusmiddelen.
Vereiste voorkennis: een basiscursus voor interventieploeglid met gebruik van lichte en zware blusmiddelen.

Niet gevonden wat u zocht in deze selectie van ons aanbod?
Wij helpen u graag verder. Academy • 02 289 68 25 • academy@cohezio.be

REF. gue_20/O/609

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 207 26/03/24 14:21

Opleiding

Brandbestrijdingsdienst met IAA* - Lichte blusmiddelen



PARTNER

De eerste momenten van een ramp in goede banen leiden in afwachting van de hulpdiensten die ter plaatse komen. Dit optreden spitst zich toe op het bestrijden van de beginnende brand, het redden van mensen, maar ook het inroepen van hulp. Hierbij wordt een strikte naleving toegepast van alle veiligheidsvoorschriften in soms indrukwekkende lastige situaties met stress, warmte, rook en lawaai.
**Individueel adembeschermingsapparaat.*

Doelstellingen

Basis meegeven, maar vooral praktijkgerichte workshops, zodat de deelnemers een eerste ervaring kunnen opdoen voor wat betreft het gebruik van lichte blusmiddelen waarbij de veiligheidsvoorschriften worden nageleefd tijdens een interventie.

De opleiding behandelt verschillende rampen en situaties waarbij je de leiding moet kunnen nemen in afwachting van de hulpdiensten die ter plaatse komen.

Inhoud

Theorie

> De rol van interventieploegleden.
> De branddriehoek.
> De mechanismen van branduitbreiding.
> De brandoorzaken.
> De verschillende brandklassen.
> De eigenschappen van draagbaar blusmateriaal.
> De gebruiksvoorschriften van de brandblusser met poeder, schuim en CO_2.
> De gebruiksvoorschriften van de brandslang op een muurhaspel.
> Het wegnemen van de twijfel.
> De procedure voor het openen van een deur (deurtest).
> De brandpreventiemiddelen.
> De evacuatie.
> De lichte blusmiddelen.

Praktijk

> Demonstratie van de brandcurve.
> In werking stellen en gebruiken van lichte blusmiddelen voor een brand van klasse B..
> Installeren en gebruiken van zwaar brandbestrijdingsmateriaal.
> Brand van meerdere kartonnen dozen in een opslagruimte.
> Vloeistofbrand op de grond, veroorzaakt door het overlopen van een ontvlambare vloeistof uit een vat in een onderhoudsruimte, waar zich een slachtoffer bevindt dat bij bewustzijn is.
> Lek van een ontvlambaar gas aan een losgekoppelde flens tijdens onderhoudswerken, dat leidt tot een brand van restolie in een wachtbekken, met gevaar voor een tank met een gevaarlijk product.Brand in een elektriciteitskast, in een technische ruimte toegankelijk via een buitenloopbrug, die leidt tot een brand van kartonnen dozen in een aangrenzende ruimte.
> Vloeistofbrand, met hoge warmteontwikkeling, in een wachtbekken met gevaar voor een installatie.

Voor wie?

Personeel van bedrijven met gematigd tot hoog industrieel risico rekening houdend met hun activiteiten, die beschikken over lichte en zware blusmiddelen.

Trainer

Opleiding onder toezicht van 2 professionele brandweermannen.

Praktische informatie

Plaats: in de opleidingsinstelling of ter plaatse bij de klant.
Duur: 7 u in 1 dag. **Omvang van de groepen**: maximum 12 personen.
Attest: uitreiking van attest van basisopleiding voor interventieploeglid brandbestrijdingsdienst met gebruik van lichte blusmiddelen.
Vereiste voorkennis: geen.

Niet gevonden wat u zocht in deze selectie van ons aanbod?
Wij helpen u graag verder. Academy • 02 289 68 25 • academy@cohezio.be

REF. gue_20/O/603

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 208 26/03/24 14:21

Bijscholing

Opfrissing - Interventieploeglid met IAA* – Lichte blusmiddelen



PARTNER

De eerste momenten van een ramp in goede banen leiden in afwachting van de hulpdiensten die ter plaatse komen is de verantwoordelijkheid van de interne brandbestrijdingsdienst.
Dit optreden spitst zich toe op het bestrijden van de beginnende brand, het redden van mensen, maar ook het inroepen van hulp. Hierbij worden de interventieprocedures en de veiligheidsvoorschriften strikt nageleefd in stresssituaties.
**Individueel adembeschermingsapparaat.*

Doelstellingen

Herhaling van de theoretische basis, maar vooral praktijkgerichte oefeningen, zodat de deelnemers ervaring kunnen opdoen voor wat betreft het gebruik van lichte blusmiddelen en het adembeschermingsapparaat en dit in het kader van het ondernemen van een actie bij een ramp.

De opleiding behandelt verschillende situaties waarbij je de leiding moet kunnen nemen in afwachting van de hulpdiensten die ter plaatse komen. Naast het beheersen van de IAA en het onder controle houden van een brand, worden de deelnemers ook opgeleid om te evacueren.

Inhoud

Theorie
> Brandbestrijding.
> Het adembeschermingsapparaat.
> De evacuatie.

Praktijk
> Rondleiding door een kantoorgebouw op 3 niveaus.
> Praktische evacuatieoefeningen van een kantoorgebouw op basis van de inwerkingstelling van het alarm.
> Praktische basisoefeningen inzake adembescherming.
> Demonstratie van de brandcurve.
> Blussen van een kartonbrand naar aanleiding van een overgelopen brandende vloeistof.
> Brand van een ontvlambare vloeistof op de grond, die leidt tot een brand in een elektriciteitskast in een technische ruimte, die toegankelijk is via een loopbrug en met de aanwezigheid van een persoon bij bewustzijn in een aangrenzende ruimte.
> Brand in een vuilnisemmer die zich uitbreidt naar kartonnen dozen in een opslagruimte die toegankelijk is via een aangrenzende ruimte, waarin zich een bewusteloos slachtoffer bevindt.
> Brandende gasfles.
> Demonstratie van een ontploffing van een gasfles.
> Brandend gas dat ontsnapt uit een gasfles in een onderhoudsruimte en dat zich uitbreidt naar een rek met ontvlambare vloeibare producten die zijn opgeslagen in kartonnen dozen en die leidt tot het wegvloeien ervan over de grond.
> Brand, van een microgolfoven in een keuken van een kantoorruimte, die leidt tot het activeren van het alarm en het starten van een algemene evacuatie. Ook is er een elektriciteitskastbrand op de evacuatieroute, deze is veroorzaakt door een technicus die afgezonderd is in een aangrenzende ruimte.

Voor wie?

Personeel van bedrijven, industrie, KMO's, overheden, ziekenhuizen en rusthuizen, scholen, ...

Trainer

Opleiding onder toezicht van 2 professionele brandweermannen.

Praktische informatie

Plaats: in de opleidingsinstelling of ter plaatse bij de klant.
Duur: 7 u in 1 dag. **Omvang van de groepen**: maximum 12 participants.
Attest: uitreiking van een opfrissingsattest voor interventieploeglid brandbestrijdingsdienst met IAA. **Vereiste voorkennis**: basiscursus interventieploeglid met IAA en gebruik van lichte blusmiddelen.

Niet gevonden wat u zocht in deze selectie van ons aanbod?
Wij helpen u graag verder. Academy • 02 289 68 25 • academy@cohezio.be

REF. gue_20/O/611

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 209 26/03/24 14:21

Opleiding

Brandbestrijdingsdienst met IAA* - Zware blusmiddelen



PARTNER

Bij brand moeten de verschillende interventieteams worden aangestuurd door één of twee personen om een globale inschatting van de situatie en doeltreffende actie te kunnen ondernemen.
Dit optreden spitst zich toe op het in werking stellen van de adembescherming en het bestrijden van de beginnende brand, het redden van mensen, maar ook het inroepen van hulp. Deze rol vereist dus dat je op de hoogte bent van de basistechnieken van interventieploegleden, maar ook dat je kan inschatten en leidinggeven in noodsituaties, en doeltreffend kan communiceren met de externe hulpverleners.
**Individueel adembeschermingsapparaat.*

Doelstellingen

Theoretische en praktische basis meegeven zodat de deelnemers een eerste ervaring kunnen opdoen in het kader van de functie van ploegleider voor wat betreft het leidinggeven aan de leden van interventieteams, het in werking stellen van de zware blusmiddelen.

De opleiding behandelt verschillende rampen en situaties waarbij je de leiding moet kunnen nemen in afwachting van de hulpdiensten die ter plaatse komen.

Naast brandbestrijding worden de deelnemers ook opgeleid in het dragen van de adembescherming.

Inhoud

Theorie.
> Brandbestrijding.
> De adembeschermingsmiddelen.
> De zware blusmiddelen (opstelling ervan).

Praktijk.
> Praktische basisoefeningen van de ademhalingsbescherming.
> Demonstratie van de brandcurve.
> Brand in een afvalcontainer in de nabijheid van een IBC-container.
> Brand van meerdere kartonnen dozen in een opslagruimte waarin een bewusteloze persoon aanwezig is.
> Brand van een ontvlambare vloeistof in een onderhoudsruimte die zich uitbreidt in de richting van een elektriciteitskast + aanwezigheid van een slachtoffer dat bij bewustzijn is.
> Brand van een elektrisch toestel, veroorzaakt door een kortsluiting met aanwezigheid van een geëlektrocuteerd slachtoffer in een technische ruimte op een verdieping, die toegankelijk is via een trap.

Voor wie?

Opzichters van bedrijven, hoofden van technische diensten van schoolgebouwen en ziekenhuizen, verdiepverantwoordelijken van middelhoge en hoge gebouwen.

Trainer

Opleiding onder toezicht van 2 professionele brandweermannen.

Praktische informatie

Plaats: in de opleidingsinstelling of ter plaatse bij de klant.
Duur: 12 uur en 2 dagen. **Omvang van de groepen**: maximum 12 deelnemers.
Attest: uitreiking van attest van opleiding voor interventieploeglid met IAA en gebruik van zware blusmiddelen. **Vereiste voorkennis**: een basiscursus interventieploeglid met gebruik van zware blusmiddelen.

Niet gevonden wat u zocht in deze selectie van ons aanbod?
Wij helpen u graag verder. Academy • 02 289 68 25 • academy@cohezio.be

REF. gue_20/O/602

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 210 26/03/24 14:21

Opleiding

Basisopleiding voor het dragen van een IAA*



PARTNER

Werken en/of hulp verlenen met een individueel adembeschermingsapparaat (IAA*) doe je niet onvoorbereid. Een strikte procedure, een krachtige interventiedril, snelle uitvoering en een uitstekende kennis van de individuele beschermingsmiddelen zijn de voorwaarden om te garanderen dat de interventie slaagt en dat de hulpverlener het overleeft.

**Individueel adembeschermingsapparaat.*

Doelstellingen

Theoretische basis meegeven, maar vooral praktijkgerichte oefeningen, zodat de deelnemers een eerste ervaring kunnen opdoen voor wat betreft het gebruik van het individuele adembeschermingsapparaat.

Inhoud

Theorie
> Adembescherming.
> Ademhalingssysteem.
> De gevaren van rook en gas.
> Afhankelijke ademhalingsbescherming met filter).
> Het individueel adembeschermingsapparaat (IAA).

Praktijk
> Praktijkoefeningen gebruik van de IAA.
> Praktijkoefeningen gebruik van een IAA op een buitenparcours.
> Praktijkoefeningen gebruik van een IAA in een doolhof van niveau 1.
> Voorbereiding van de IAA, voor een volgend gebruik
> Reddings- en overlevingstechnieken van en voor de IAA-drager.
> Praktijkoefeningen gebruik van een IAA in een doolhof van niveau 2.

Voor wie?

Medewerkers die omwille van hun functie een individueel adembeschermingsapparaat dienen te dragen in het kader van een opdracht of interventie.

Trainer

Opleiding onder toezicht van 2 professionele brandweermannen.

Praktische informatie

Plaats: in de opleidingsinstelling of ter plaatse bij de klant. **Duur**: 6 u in 1 dag.
Omvang van de groepen: maximum 12 participants.
Attest: opleidingsattest voor het dragen van het IAA uitgereikt op basis van het slagen voor de theoretische en praktische evaluatie.
Vereiste voorkennis: minstens 18 jaar oud zijn en in het bezit van een attest van medische geschiktheid.

Niet gevonden wat u zocht in deze selectie van ons aanbod?
Wij helpen u graag verder. Academy • 02 289 68 25 • academy@cohezio.be

REF. gue_20/O/607

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 211 26/03/24 14:21

Bijscholing

Opfrissing IAA*-drager



PARTNER

Werken en/of hulp verlenen met een individueel adembeschermingsapparaat (IAA) doe je niet onvoorbereid. Een strikte procedure, een krachtige interventiedril, snelle uitvoering en een uitstekende kennis van de individuele beschermingsuitrustingen zijn de voorwaarden om te garanderen dat de interventie slaagt en dat de hulpverlener het overleeft.
**Individueel adembeschermingsapparaat.*

Doelstellingen

Herhaling van de theoretische basis, maar vooral praktijkgerichte oefeningen, zodat de deelnemers ervaring kunnen opdoen voor wat betreft het gebruiken van onafhankelijke autonome ademhalingsbescherming.

Inhoud

Theorie

> De ademhalingsbeschermingen.

Praktijk

> Praktijkoefeningen in het gebruik van het IAA (buitenparcours).

> Praktijkoefeningen in het gebruik van het IAA (in een doolhof van niveau1).

Voor wie?

Medewerkers die, omwille van hun functie en in het kader van een opdracht of interventie, een individueel adembeschermingsapparaat dienen te dragen.

Trainer

Opleiding onder toezicht van 2 professionele brandweermannen.

Praktische informatie

Plaats: in de opleidingsinstelling of ter plaatse bij de klant.
Duur: 4 uur over 1/2 dag.
Omvang van de groepen: maximum 12 deelnemers.
Attest: uitreiking van een opfrissing IAA-drager
Vereiste voorkennis: een basisopleiding IAA- drager gevolgd hebben.

Niet gevonden wat u zocht in deze selectie van ons aanbod?
Wij helpen u graag verder. Academy • 02 289 68 25 • academy@cohezio.be

REF. gue_20/O/612

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 212 26/03/24 14:21

Opleiding

Mobiele unit: SAMM brandbestrijdingsdienst



PARTNER

De eerste momenten van een ramp in goede banen leiden in afwachting van de komst van de hulpdiensten.
Deze rol spitst zich toe tot het bestrijden van een beginnende brand, het redden van mensen, maar ook de oproep van de hulpdiensten. Hierbij wordt een strikte naleving toegepast van alle veiligheidsvoorschriften in soms indrukwekkende, lastige situaties met stress, warmte, rook en lawaai.
Dankzij onze mobiele unit SAMM wordt het personeel op de werkplek opgeleid.

Doelstellingen

Meegeven van de theoretische basis, maar vooral praktijkgerichte oefeningen, zodat de deelnemers een eerste ervaring kunnen opdoen wat betreft het gebruik van lichte blusmiddelen alsook het toepassen van de veiligheidsvoorschriften in het kader van een interventie.

De opleiding behandelt verschillende praktijkgerichte workshops voor brandbestrijding waarbij je de leiding moet kunnen nemen in afwachting van de komst van de hulpdiensten.

Naast het onder controle houden van een beginnende brand worden de deelnemers ook opgeleid in de basisprincipes van een evacuatie.

Inhoud

Theorie
> Brandbestrijding.
> Het wegnemen van twijfels.
> De evacuatieprocedures.

Praktijk
> De verschillende interventiemiddelen herkennen.
> De brandcurve.
> Initiatie in het gebruik van een schuimblusser en het blussen van een brand in een vuilnisemmer.
> Initiatie in het bedienen van een CO_2 blusser en het blussen van een elektriciteitsbrand.
> Initiatie in het blussen van een frituurketel.
> Evacuatieoefening.

De mobiele unit SAMM biedt verschillende gepersonaliseerde formules, aangepast aan uw risico's, dankzij de modulaire opbouw van de ruimte en het aanbod van mogelijke oefeningen.

Lijst met oefeningen is beschikbaar op aanvraag.

Voor wie?

Personeel van bedrijven, industrie, KMO's, overheden, ziekenhuizen en rusthuizen, scholen, ...

Trainer

Opleiding onder toezicht van 2 professionele brandweermannen.

Praktische informatie

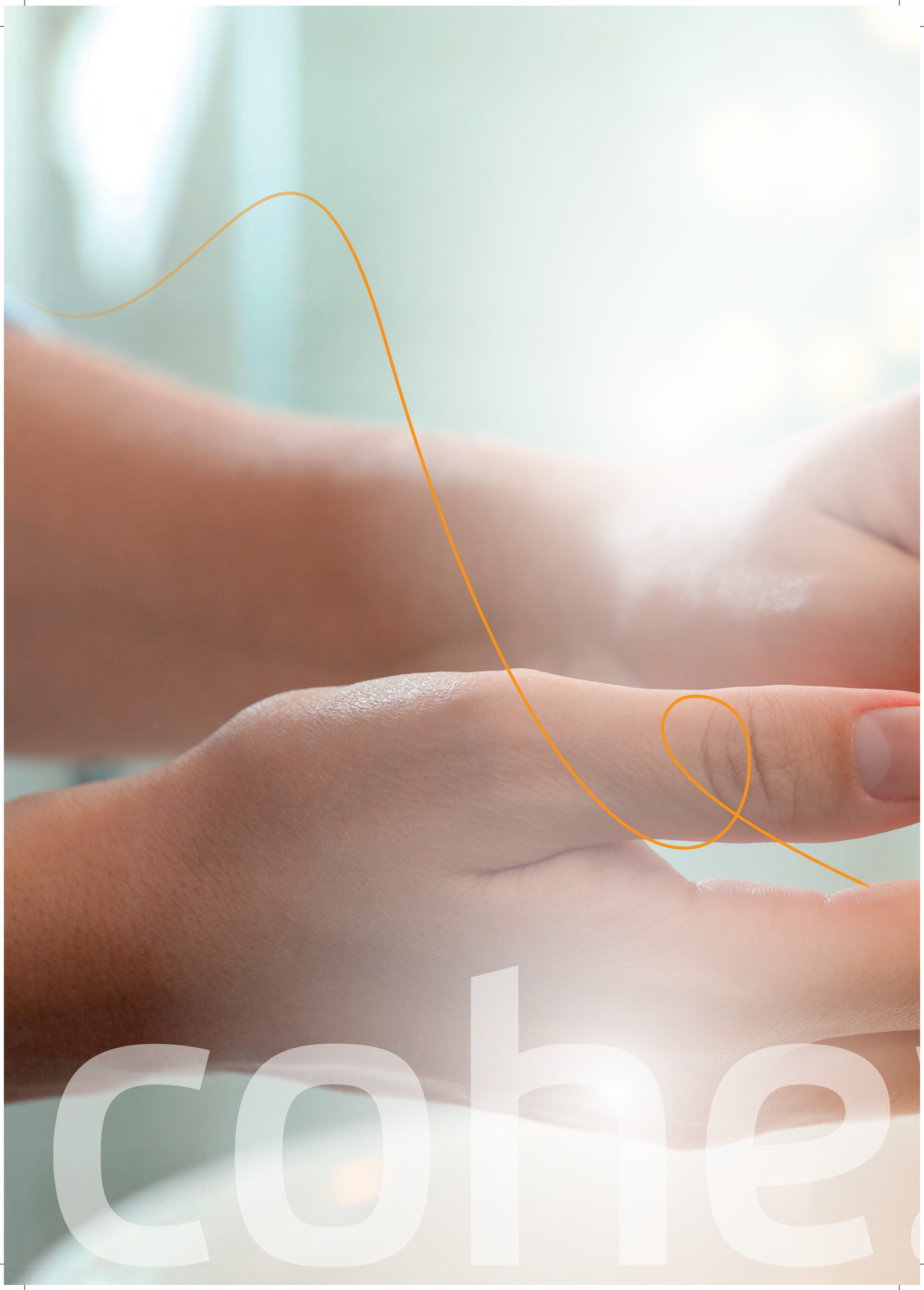
Plaats: ter plaatse bij de klant.
Duur: 6 u in 1 dag. O**mvang van de groepen**: maximum 15 personen.
Attest: uitreiking van een attest van deelname.
Vereiste voorkennis: geen.

Niet gevonden wat u zocht in deze selectie van ons aanbod?
Wij helpen u graag verder. Academy • 02 289 68 25 • academy@cohezio.be

REF. gue_20/O/614

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 213 26/03/24 14:21


cohe

7. Industriële hygiëne



Dienst

Analyse van de binnenluchtkwaliteit



De lucht in een gesloten lokaal kan vervuild zijn door verschillende bronnen. De werkgever dient er dus voor te zorgen dat de werknemers over een goede binnenluchtkwaliteit beschikken in de arbeidslokalen, conform Art. III.1-34.en Art. III.1-36 van de codex over het welzijn op het werk op het werk en ook boek V (omgevingsfactoren), boek VI (chemische agentia) en boek VII (biologische agentia).
De interventie beantwoordt dus aan de in de wetgeving aanbevolen risicoanalyse, ook rekening houdend met het debiet van de aangevoerde lucht en de bronnen van vervuiling.

Doelstellingen

> **De bronnen van vervuiling van de binnenlucht identificeren en klachten objectiveren.**

> **Een analyse uitvoeren van de luchtkwaliteit van de blootgestelde werknemers.**

> **Een actieplan invoeren om de risico's te voorkomen en de luchtkwaliteit van de betrokken arbeidslokalen te verbeteren.**

Inhoud

De risicoanalyse wordt uitgevoerd door middel van visuele inspectie, door controle van de installaties en documenten en met de medewerking van de werknemers. Indien nodig worden er metingen en/of berekeningen uitgevoerd.

Stap 1

> Screening (verzamelen van relevante informatie, visuele inspectie en bevraging bij de werknemers) – kan al zijn uitgevoerd tijdens een bezoek of andere screeningsinterventies.

> Bezoek ter plaatse en uitvoering van observaties van de arbeidsomgeving en van de arbeidslokalen aan de hand van een checklist van **Cohezio**.

Stap 2

> Uitvoering van (facultatieve) berekeningen die een beoordeling mogelijk maken.

Stap 3

> Uitvoering van een campagne met (facultatieve) metingen voor de situaties die dat vereisen. Parameters die kunnen worden gemeten, zijn:
  - ventilatiedebieten;
  - CO_2-concentratie;
  - luchtvochtigheid;
  - vluchtige organische componenten;
  -analyse en metingen van microbiologische agentia op oppervlakken;
  - enz.

Stap 4

> Opname van de resultaten en de aanbevelingen in een verslag. Mogelijkheid om dat voor te stellen aan het CPBW en/of aan de hiërarchische lijn.

> Invoering van een actieplan.

Voor wie?

Alle bedrijven, de blootgestelde werknemers.

Dienstverlener

De preventieadviseur-veiligheid van **Cohezio**.

Praktische informatie

Tijdens de metingen moeten de lokalen worden gebruikt zoals tijdens de normale werking. Deze analyse dient niet te worden uitgevoerd in extreme omstandigheden (hittegolf, intense koude).

Voor meer informatie betreffende deze dienst mag u steeds contact opnemen met uw contactpersoon binnen Cohezio. U kan ons ook steeds contacteren op ons algemeen nummer 02 533 74 11 of via info@cohezio.be.

REF. hyg_20/D/712

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 216 26/03/24 14:21

Dienst

Analyse van de CO_2-concentratie in de binnenlucht door middel van geconnecteerde sondes



De codex over het welzijn op het werk betreffende de preventie op het vlak van luchtkwaliteit (boek III, titel 1) verduidelijkt de verplichtingen van de werkgever wat betreft de luchtkwaliteit op de arbeidsplaats. Werken in een omgeving met een matige luchtkwaliteit kan een bron zijn van ongemak (hoofdpijn, moeite om zich te concentreren, enz.) en/of gezondheidsproblemen.
In het kader van COVID-19 en de terugkeer naar de werkvloer heeft de Taskforce Ventilatie eisen vastgelegd op het vlak van de CO_2-concentratie in de gebruikte lokalen. De bedoeling is een goede verluchting te garanderen en zo de concentratie van de viruslast te verlagen en de risico's op besmetting te beperken.
Om u te helpen bij het meten, in kaart brengen, analyseren en interpreteren van die CO_2-concentraties, stelt **Cohezio** geconnecteerde CO_2-meters ter beschikking. Naast de visuele kleurindicatie, waarmee u op elk moment de situatie in uw lokaal kunt controleren, kunt u ook waarschuwingen via sms of mail ontvangen. Verder krijgt u nog een verslag voor de analyse van de resultaten.

Doelstellingen

> **Een goede luchtkwaliteit van de lokalen garanderen tijdens het gebruik ervan, vooral wanneer er een groot aantal personen aanwezig is.**

> **De metingen van de CO_2-concentraties gedurende lange periodes registreren in de gekozen lokalen.**

> **Waarschuwingen sturen wanneer de drempelwaarden worden overschreden.**

> **Toegang krijgen tot de rapportering (grafische gegevens) via cohezio4w.**

> **Een regelmatig verslag versturen met de analyse en de interpretatie van de resultaten.**

> **...**

Inhoud

Stap 1

> bezoek ter plaatse door een preventieadviseur van **Cohezio**, om de prioritaire plaatsen te bepalen waar een opvolging en de plaatsing van één of meer sondes raadzaam zou zijn;
> voorstelling van de tool voor rapportering.

Stap 2

> implementatie van de geconnecteerde sondes: op basis van de conclusies van de stap 1, plaatsing, installatie en huur van de sondes (minimale huurtermijn: 3 maanden), vooral in de lokalen die door een groot aantal personen worden gebruikt;
> toegang tot de rapportering via cohezio4w (dagelijks bijgewerkt);
> versturing van een maandelijkse rapportering met analyse en interpretatie van de resultaten door de preventieadviseur van **Cohezio**.

Voor wie?

Elke onderneming die een goede luchtkwaliteit (CO_2-concentratie) wil garanderen in haar gebruikte lokalen.

Dienstverlener

De preventieadviseur van **Cohezio**.

Praktische informatie

Plaats: in de lokalen van de betrokken gebouwen.

Duur: de duur van het voorbereidend bezoek en van de installatie moet worden bepaald op basis van het aantal lokalen en de behoeften; voor de huur van de sondes geldt een minimale duur van 3 maanden.

Voor meer informatie betreffende deze dienst mag u steeds contact opnemen met uw contactpersoon binnen Cohezio. U kan ons ook steeds contacteren op ons algemeen nummer 02 533 74 01 of via info@cohezio.be.

REF. hyg_21/D/726

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 217 26/03/24 14:21

Dienst

HVAC audit



In kaart brengen van de belangrijkste klimaatparameters en microbiologische parameters gelinkt aan de HVAC-installatie.

Doelstellingen

Nagaan wat de stand van zaken is met betrekking tot de voornaamste klimaatparameters en microbiologische parameters in een gebouw waar een HVAC-installatie aanwezig is.

Waar nodig maatregelen voorstellen ter verbetering van de situatie.

Inhoud

> **Bezoek aan het betrokken gebouw**, met begeleiding van een contactpersoon binnen de onderneming die kennis heeft van de HVAC-installatie.

> **Uitvoeren van een klimaatmeting** op de betrokken verdiepingen of werkposten. Het comfortniveau van het binnenklimaat wordt geëvalueerd en ook de CO2-concentratie wordt bepaald, om een inschatting te krijgen van de mate van luchtverversing.

> **Uitvoeren van microbiologische metingen** van de omgevingslucht op de betrokken verdiepingen en werkposten.

> **Microbiologische staalnames** ter hoogte van de HVAC-installatie (filter (propere zijde), ventilator, warme batterij, amazonedraden of honingraatkarton) en ter hoogte van het ventilatierooster. Er zal ook een analyse uitgevoerd worden van de micro-organismen in de vergaarbak van de luchtbevochtigers (indien aanwezig).

Dienstverlener

De preventieadviseur-arbeidshygiëne van **Cohezio**.

Praktische informatie

Duur: is afhankelijk van de grootte van het gebouw en de HVAC-installatie, alsook van het aantal te analyseren parameters.

Plaats: in het bedrijf.

Voor meer informatie betreffende deze dienst mag u steeds contact opnemen met uw contactpersoon binnen Cohezio. U kan ons ook steeds contacteren op ons algemeen nummer 02 533 74 11 of via info@cohezio.be.

REF. hyg_20/D/071

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 218 26/03/24 14:21

Dienst

Advies omtrent de risico's van legionella in installatie



Legionella spp is een bacterie die aanwezig is in verschillende watersystemen. Meer in het bijzonder komt Legionella Pneumophila voor in systemen met drinkwater. Onder gunstige omstandigheden kunnen de bacteriën zich vermenigvuldigen. Een infectie met Legionella kan leiden tot een longziekte, legionellose genoemd.

Besmetting vindt plaats door het inademen van de bacteriën in zeer kleine waterdruppeltjes (aerosol).

Dit kan gebeuren in elke installatie die mogelijk besmette aerosols verspreidt, zoals douches, fonteinen, jacuzzi's en bubbelbaden, kleine mobiele luchtbevochtigers, enz.

Doelstellingen

> **De betrokken systemen analyseren om eventuele risicofactoren op te sporen en, afhankelijk van type en aantal, een actieplan opstellen ter preventie van dat risico. Als de risicofactoren te talrijk en/of te ernstig zijn, kan worden aanbevolen om bacteriologische monsters te nemen en analyses uit te voeren.**

> **Voldoen aan de normen van de Codex voor welzijn op het werk, boek VII (biologische agentia).**

Inhoud

De risicoanalyse bestaat uit verschillende stappen om risicofactoren op te sporen:

> temperatuurmeting van het warme water dat het verwarmingssysteem verlaat of van het koude water dat de meter verlaat;
> geschatte afstand tussen verwarming, meter en douches, leidingmateriaal, de al dan niet aanwezige isolatie, afwezigheid van 'dode armen';
> eventuele kalkaanslag op leidingen en douchekoppen;
> temperatuurmeting van het warme douchewater (≥ 55°C) en het koude douchewater (< 20°C); binnen deze temperatuurgrenzen wordt de vermenigvuldiging van bacteriën voorkomen (de meest gunstige ontwikkelingszone ligt tussen 35 en 40°C);
> aan- of afwezigheid van een circulatiepomp op het circuit die een meer constante temperatuur handhaaft;
> onderhoud – en wat voor onderhoud – dat al dan niet wordt uitgevoerd op deze installatie;
> gebruiksfrequentie van de installatie, enz.

Op basis van de resultaten en de aanbevelingen wordt een rapport opgesteld.

Voor wie?

Voor elk bedrijf met systemen die mogelijk besmette aerosols kunnen verspreiden.

Dienstverlener

De preventieadviseur-arbeidshygiëne van **Cohezio**.

Praktische informatie

Plaats: Ter plaatse, in het bedrijf. Idealiter in aanwezigheid van het team dat instaat voor het onderhoud van het betrokken systeem.

Voor meer informatie betreffende deze dienst mag u steeds contact opnemen met uw contactpersoon binnen Cohezio. U kan ons ook steeds contacteren op ons algemeen nummer 02 533 74 11 of via info@cohezio.be.

REF. hyg_20/D/713

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 219 26/03/24 14:21

Dienst

Basisanalyse van het thermisch comfort en van de luchtverversing



Thermisch comfort kan worden gedefinieerd als het gevoel dat men het noch te warm, noch te koud heeft. Er bestaan echter zeer grote verschillen tussen individuen wanneer het gaat om het gevoel van een gematigde thermische omgeving. Nu we een sterke toename kennen van het aantal gedeelde bureaus en open spaces, krijgen we erg vaak te maken met klachten van werknemers over de thermische omgeving, waar moeilijk iets aan te doen valt. Behalve de weersomstandigheden kan ook onvoldoende luchtverversing bijdragen tot het onbehagen van de werknemers.

Cohezio biedt een aanpak met een kwalitatieve en een kwantitatieve analyse, om de klachten van werknemers te objectiveren en mogelijkheden tot verbetering voor te stellen.

Doelstellingen

> **Het niveau en de stabiliteit van bepaalde constanten van de lucht identificeren (klimatologische parameters en CO2).**

> **Mogelijkheden tot verbetering voorstellen om het thermisch comfort en de luchtverversing te optimaliseren.**

Inhoud

Stap 1: analyse van de door de werknemers aangehaalde klachten/symptomen.

Stap 2: analyse van de eigenschappen van het aanwezige systeem voor verwarming/ventilatie/airconditioning.

Stap 3: metingen gedurende 1 tot 4 uur van de klimatologische parameters en van de CO2-concentratie.

Stap 4: opstelling van aanbevelingen.

Voor wie?

Alle arbeidssituaties met een gematigde thermische omgeving.

Dienstverlener

De preventieadviseur van **Cohezio**.

Praktische informatie

Plaats: in het bedrijf en in onze kantoren.

Voor meer informatie betreffende deze dienst mag u steeds contact opnemen met uw contactpersoon binnen Cohezio. U kan ons ook steeds contacteren op ons algemeen nummer 02 533 74 11 of via info@cohezio.be.

REF. hyg_20/D/714

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 220 26/03/24 14:21

Dienst

Geavanceerde analyse van het thermisch comfort en de luchtverversing



cohezio

exper consult bão modyva

Thermisch comfort kan worden gedefinieerd als het gevoel dat men het noch te warm, noch te koud heeft. Er bestaan echter zeer grote verschillen tussen individuen wanneer het gaat om het gevoel van een gematigde thermische omgeving. Nu we een sterke toename kennen van het aantal gedeelde bureaus en open spaces, krijgen we erg vaak te maken met klachten van werknemers over de thermische omgeving, waar moeilijk iets aan te doen valt. Behalve de weersomstandigheden kan ook onvoldoende luchtverversing bijdragen tot het onbehagen van de werknemers.
Cohezio biedt een geavanceerde analyse aan op basis van de NBN EN ISO 7730-norm (PMV-PPD-indexen) om de klachten van werknemers te objectiveren en mogelijkheden tot verbetering voor te stellen.

Doelstellingen

> **Het niveau en de stabiliteit van bepaalde luchtparameters bepalen (klimaat en CO_2) over een relatief lange periode.**

> **Mogelijkheden tot verbetering voorstellen om het thermisch comfort en de luchtverversing te optimaliseren.**

Inhoud

Stap 1: analyse van de door de werknemers aangehaalde klachten/symptomen.

Stap 2: analyse van de eigenschappen van het aanwezige systeem voor verwarming/ ventilatie/ airconditioning.

Stap 3: metingen gedurende 1 tot 15 dagen van de klimatologische parameters en van de CO_2-concentratie.

Stap 4: evaluatie van het metabolisme (fysieke belasting) en van de kledingisolatie op basis van de referentienormen.

Stap 5: berekening van PMV-PPD-indexen per dag om een objectieve voorspelling te maken van het percentage mensen dat ontevreden is over het thermisch comfort (Predicted Percentage of Dissatisfied = PPD-index).

Stap 6: werkvergadering met de technici die verantwoordelijk zijn voor het beheer van het HVAC-systeem om de instellingen ervan aan te passen.

Stap 7: opstelling van aanbevelingen.

Voor wie?

Alle arbeidssituaties met een gematigde thermische omgeving.

Dienstverlener

De preventieadviseur van **Cohezio**.

Praktische informatie

Plaats: in het bedrijf en in onze kantoren.

Voor meer informatie betreffende deze dienst mag u steeds contact opnemen met uw contactpersoon binnen Cohezio. U kan ons ook steeds contacteren op ons algemeen nummer 02 533 74 11 of via info@cohezio.be.

REF. hyg_20/D/715

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 221 26/03/24 14:21

Dienst

Geavanceerde analyse van de thermische belasting (warm of koud)



Werken in een extreme thermische omgeving, door koude (bv. in gekoelde magazijnen) of door hitte (bv. in de buurt van een oven), kan een risico vormen voor de gezondheid van de werknemers.

Om het risico in te schatten kunnen we kwantitatieve analyses uitvoeren, door de thermische omgeving op uw werkplek te meten.

Doelstellingen

> **De thermische belasting bepalen om het risico voor het menselijk lichaam te beoordelen volgens de voorschriften van de Codex over welzijn op het werk en de geldende normen.**

> **Kleding optimaliseren en de vereiste recuperatieperiodes bepalen.**

> **Technische aanbevelingen geven om de thermische omgeving te verbeteren.**

> **Werknemers en hiërarchische lijn informeren.**

Inhoud

Stap 1: metingen gedurende 1 tot 5 dagen van de klimatologische parameters.

Stap 2: evaluatie van het metabolisme (fysieke belasting) en van de kledingisolatie op basis van de referentienormen.

Stap 3: interpretatie van de resultaten op basis van de referentienormen (bv. voor hitte: NBN EN ISO 7243 – WBGT-index).

Stap 4: opstelling van aanbevelingen.

Voor wie?

Alle arbeidssituaties waar sprake is van een extreme thermische omgeving door hitte of koude.

Dienstverlener

De preventieadviseur van **Cohezio**.

Praktische informatie

Plaats: in het bedrijf en in onze kantoren.

Voor meer informatie betreffende deze dienst mag u steeds contact opnemen met uw contactpersoon binnen Cohezio. U kan ons ook steeds contacteren op ons algemeen nummer 02 533 74 11 of via info@cohezio.be.

REF. hyg_20/D/716

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 222 26/03/24 14:21

Dienst

Analyse en metingen van microbiologische agentia op oppervlakken



Preventie van biologische agentia. Om de blootstelling aan biologische agentia te kennen op de verschillende werkposten kunnen metingen uitgevoerd worden.
We moeten een beroep doen op dit type van onderzoek: in geval van aangetoonde aanwezigheid van schimmels op de muren van de werkplek of wanneer we willen nagaan of de klachten die door het personeel worden geuit, te wijten zijn aan de microbiologische kwaliteit van de lucht op de werkplek.

Doelstellingen

> **Beoordelen van het blootstellingsrisico van werknemers aan microbiologische agentia aan de hand van metingen.**

> **Bepalen van de oppervlakken waar er blootstelling aan microbiologische agentia voorkomt.**

> **Bepalen van preventiemaatregelen (collectieve en persoonlijke beschermingsmaatregelen).**

> **Bepalen van het gezondheidstoezicht dat nodig is voor de opvolging van de betrokken werknemers.**

> **Indien nodig de periodiciteit van de controlemetingen bepalen.**

Inhoud

Stap 1: Analyse van de blootstellingsscenario's
> Bepalen van de homogene exposiegroepen
> Bepalen van een meetstrategie (meetplan, meettechnieken).

Stap 2: Metingen ter plaatse
Metingen gerealiseerd volgens de principes van boek VII bettreffende biologische agentia van de codex over het welzijn op het werk, de Europese Richtlijn 2000/54/EG van het Europees Parlement en de Raad van 18 september 2000 betreffende de bescherming van de werknemers tegen de risico's van blootstelling aan biologische agentia op het werk.

Afhankelijk van de soorten aanwezige micro-organismen kunnen verschillende analyses worden overwogen.

Voor wie?

Werknemers, het management, de leden van de IDPB, de werknemers.

Dienstverlener

De preventieadviseur-arbeidshygiëne van **Cohezio**.

Praktische informatie

Plaats: in het bedrijf.

Voor meer informatie betreffende deze dienst mag u steeds contact opnemen met uw contactpersoon binnen Cohezio. U kan ons ook steeds contacteren op ons algemeen nummer 02 533 74 11 of via info@cohezio.be.

REF. hyg_20/D/710

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 223 26/03/24 14:21

Dienst

Analyse en metingen van microbiologische agentia in de lucht



Verschillende biologische agentia (bacteriën, schimmels, gisten,…) en hun toxines kunnen voorkomen op de werkplek. Ze kunnen leiden tot het ontstaan van pathologieën (infectie, allergie, intoxicatie).

Er kunnen stalen worden genomen en geanalyseerd van de omgevingslucht op de werkplek:
> indien de blootstelling aan een microbiologisch agens duidelijk is gebleken in het kader van het werkproces en werd aangetoond door een risicoanalyse;
> indien zich bij een of meerdere werknemers symptomen voordoen die wijzen op een intoxicatie;
> wanneer er duidelijke tekenen zijn die wijzen op de aanwezigheid van schimmels of biologische agentia.

Doelstellingen

> **Het blootstellingsrisico van werknemers aan microbiologische agentia beoordelen aan de hand van metingen.**
> **De zones waar er blootstelling aan microbiologische agentia voorkomt, objectief bepalen.**
> **Preventiemaatregelen voorstellen (collectieve en persoonlijke beschermingsmaatregelen).**
> **Het gezondheidstoezicht bepalen dat nodig is voor de opvolging van de betrokken werknemers.**
> **Indien nodig de periodiciteit van de controlemetingen bepalen.**

Inhoud

Stap 1: analyse van de blootstellingsscenario's
> Bepalen van de homogene blootstellingsgroepen;
> Bepalen van een meetstrategie (meetplan, meettechnieken).
Stap 2: metingen ter plaatse:
Metingen uitgevoerd volgens de principes van de Codex Welzijn op het werk Boek VII-Biologische agentia en de Europese Richtlijn 2000/54/EG van het Europees Parlement en de Raad van 18 september 2000 betreffende de bescherming van de werknemers tegen de risico's van blootstelling aan biologische agentia op het werk.
Stap 3: interpretatie van de resultaten.
Stap 4: bepalen en rangschikken van de preventiemaatregelen door te steunen op de algemene preventieprincipes (eliminatie, substitutie, collectieve beschermingsmaatregelen, persoonlijke beschermingsmaatregelen, informeren en opleiding).
Stap 5: finaliseren van de resultaten en de aanbevelingen in een verslag.
Mogelijkheid om dat verslag voor te stellen aan het CPBW en/of aan de hiërarchische lijn en/of aan de werknemers.

Afhankelijk van de soorten aanwezige micro-organismen kunnen verschillende analyses worden overwogen.

Voor wie?

De directie, de leden van de IDPB, de werknemers.

Dienstverlener

De preventieadviseur–arbeidshygiëne van **Cohezio**.

Praktische informatie

Plaats: in het bedrijf.

Voor meer informatie betreffende deze dienst mag u steeds contact opnemen met uw contactpersoon binnen Cohezio. U kan ons ook steeds contacteren op ons algemeen nummer 02 533 74 11 of via info@cohezio.be.

REF. hyg_20/D/717

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 224 26/03/24 14:21

Dienst

Chemische stoffen - Luchtmetingen



Preventie van chemische agentia. Verschillende organische en anorganische substanties worden gebruikt op de werkplek. Die stoffen kunnen (al dan niet in grote hoeveelheden) door het lichaam opgenomen worden en/of verspreid worden in de omgevingslucht en kunnen leiden tot het ontstaan van pathologieën bij de werknemers die eraan blootgesteld zijn. Anderzijds bepaalt de wetgeving dat de werkgever overgaat tot het nemen en analyseren van stalen van substanties, gevaarlijke producten en de omgevingslucht op de werkplek: indien de blootstelling aan een chemische gevaarlijke stof duidelijk is gebleken in het kader van het werkproces en werd aangetoond door een risicoanalyse of indien zich bij een of meerdere werknemers symptomen voordoen die wijzen op een intoxicatie met de opgespoorde chemische gevaarlijke stof.

Doelstellingen

> **Beoordelen van het blootstellingsrisico van werknemers aan chemische agentia aan de hand van metingen.**
> **Bepalen van de zone's waar er blootstelling aan chemische agentia voorkomt.**
> **Bepalen van preventiemaatregelen (collectieve en persoonlijke beschermingsmaatregelen).**
> **Bepalen van het gezondheidstoezicht dat nodig is voor de opvolging van de betrokken werknemers.**
> **Indien nodig de periodiciteit van de controlemetingen bepalen.**

Inhoud

Op basis van de inventaris van de gevaarlijke producten, een toxicologische advies of een modelleringsanalyse:

Stap 1: analyse van de blootstellingsscenario's
> Bepalen van de homogene exposiegroepen;
> Bepalen van een meetstrategie (meetplan, meettechnieken).

Stap 2: metingen ter plaatse
> Metingen gerealiseerd volgens de principes van boek VI bettreffende chemische, cancerogene en mutagene agentia van de codex over het welzijn op het werk, de Europese norm NBN EN 689 " Werkplaatsatmosferen- Leidraad voor het evalueren van de blootstelling aan chemische agentia bij inademing voor vergelijking met grenswaarden en meetstrategie".
> Begeleiden van de arbeiders gedurende de meetcampagne.
> Eventueel in kaart brengen van de concentraties.

Stap 3: interpretatie van de resultaten.

Stap 4: bepalen en rangschikken van de preventiemaatregelen door te steunen op de algemene preventieprincipes (eliminatie, substitutie, collectieve beschermingsmaatregelen, persoonlijke beschermingsmaatregelen, informeren en opleiding).

Stap 5: finaliseren van de resultaten en de aanbevelingen in een rapport. Mogelijkheid om te presenteren in het CPBW en/of aan de hiërarchische lijn en/of aan de arbeiders.

Voor wie?

Werknemers, blootgesteld aan chemische agentia.

Dienstverlener

De preventieadviseur – arbeidshygiëne en de arbeidsarts van **Cohezio** / expert van **Modyva**.

Praktische informatie

Plaats: in het bedrijf.

Voor meer informatie betreffende deze dienst mag u steeds contact opnemen met uw contactpersoon binnen Cohezio. U kan ons ook steeds contacteren op ons algemeen nummer 02 533 74 11 of via info@cohezio.be.

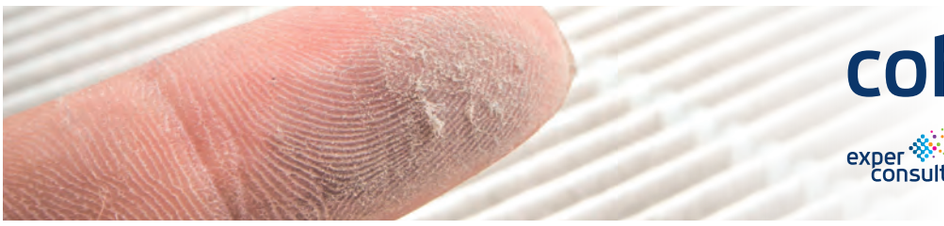
REF. hyg_20/D/711

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 225 26/03/24 14:21

Dienst

Analyse en metingen van stof



Preventie van chemische agentia, en meer bepaald van stof.
Om de blootstelling aan stof op de verschillende werkposten te kennen, kunnen persoonsgebonden metingen worden uitgevoerd van de hoeveelheid inhaleerbaar en inadembaar stof.
Er wordt een stationaire stofmeting uitgevoerd om een algemeen beeld te krijgen van de stofvorming in de werklokalen en zo de stofblootstelling van de werknemers te bepalen. Die stationaire stofmeting laat toe de fractie inhaleerbaar en inadembaar stof te bepalen.

Doelstellingen

> **Beoordelen van het blootstellingsrisico van werknemers aan inhaleerbaar en inadembaar stof aan de hand van metingen.**

> **Bepalen van de zone's waar er blootstelling aan stof voorkomt.**

> **Bepalen van preventiemaatregelen (collectieve en persoonlijke beschermingsmaatregelen).**

> **Bepalen van het gezondheidstoezicht dat nodig is voor de opvolging van de betrokken werknemers.**

> **Indien nodig de periodiciteit van de controlemetingen bepalen.**

Inhoud

Op basis van de inventaris van de gevaarlijke producten, een toxicologische advies of een modelleringsanalyse:
Stap 1: analyse van de blootstellingsscenario's.
> Bepalen van de homogene exposiegroepen;
> Bepalen van een meetstrategie (meetplan, meettechnieken).
Stap 2: metingen ter plaatse.
> Metingen gerealiseerd volgens de principes van boek VI bettreffende chemische, cancerogene en mutagene agentia van de codex over het welzijn op het werk, de Europese norm NBN EN 689 " Werkplaatsatmosferen- Leidraad voor het evalueren van de blootstelling aan chemische agentia bij inademing voor vergelijking met grenswaarden en meetstrategie".
> Begeleiden van de arbeiders gedurende de meetcampagne.
> Eventueel in kaart brengen van de concentraties.
Stap 3: interpretatie van de resultaten.
Stap 4: bepalen en rangschikken van de preventiemaatregelen door te steunen op de algemene preventieprincipes (eliminatie, substitutie, collectieve beschermingsmaatregelen, persoonlijke beschermingsmaatregelen, informeren en opleiding)
Stap 5: finaliseren van de resultaten en de aanbevelingen in een rapport.
Mogelijkheid om te presenteren in het CPBW en/of aan de hiërarchische lijn en/of aan de arbeiders.
Na het uitvoeren van de metingen zal er een verslag worden opgemaakt met:
> de resultaten van de metingen;
> de afweging van deze resultaten ten opzichte van de wetgeving;
> de aanbevelingen met betrekking tot het gezondheidstoezicht;
> de voorstellen tot preventiemaatregelen, indien van toepassing.

Voor wie?

Werknemers, blootgesteld aan stof.

Dienstverlener

De preventieadviseur-arbeidshygiëne van **Cohezio**.

Praktische informatie

Plaats: in het bedrijf.

Voor meer informatie betreffende deze dienst mag u steeds contact opnemen met uw contactpersoon binnen Cohezio. U kan ons ook steeds contacteren op ons algemeen nummer 02 533 74 11 of via info@cohezio.be.

REF. hyg_20/D/073

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 226 26/03/24 14:21

Dienst

Analyse van de blootstelling aan chemische agentia met behulp van tools voor modelvorming



Preventie op het vlak van chemische agentia. Er worden verschillende organische en anorganische stoffen gebruikt op de arbeidsplaats. Die stoffen kunnen zich verspreiden in de omgevingslucht, worden mogelijk (in grote of minder grote hoeveelheden) geabsorbeerd en kunnen leiden tot ziektebeelden bij de werknemers die eraan zijn blootgesteld.
Om de risico's voor de veiligheid en de gezondheid van aan chemische agentia blootgestelde werknemers te analyseren en de preventiemaatregelen te nemen die zich opdringen, stellen we voor om, op basis van een inventaris van de gevaarlijke producten, een kwantitatieve inschatting te maken van de blootstellingsniveaus van uw medewerkers, met behulp van tools voor modelvorming.

Doelstellingen

> **Een transversale analyse uitvoeren van de globale blootstelling van de werknemers die zijn blootgesteld aan chemische agentia die worden afgegeven door of die aanwezig zijn in uw producten.**

> **De blootstellingswijzen grondig evalueren.**

> **Tools invoeren voor het beheer van de producten (opslag, aankoop, informatie voor de medewerkers, enz.).**

> **Een actieplan invoeren om chemische risico's te voorkomen.**

> **De meetprotocollen gerichter maken en optimaliseren.**

> **De in te voeren collectieve en persoonlijke beschermingsmiddelen bepalen.**

Inhoud

Op basis van een inventaris van de gevaarlijke producten of van een specifiek toxicologisch advies:
Stap 1: analyse van de omstandigheden van de blootstelling.
> Analyse van de omstandigheden van de blootstelling van de werknemers na een bezoek aan de arbeidsplaatsen (door inademing, contact met de huid, inslikking).
> Aan het licht brengen van de risicofactoren (collectieve vs. individuele).

Stap 2: kwantitatieve evaluatie van de risico's.
> Kwantitatieve evaluatie van de chemische risico's met behulp van software die wordt gekozen in overleg met de klant (SEIRICH, Colibrisk, Stoffenmanager, Advanced Reach Tool, Safetify, enz.).
> Indeling per risiconiveau.

Stap 3: de te voorziene preventiemaatregelen bepalen en er een hiërarchie in aanbrengen, op basis van de algemene preventieprincipes (eliminatie, substitutie, CBM's, PBM's, informatie, opleiding).
Stap 4: Opname van de resultaten en aanbevelingen in een verslag. Mogelijkheid om dat voor te stellen aan het CPBW en/of aan de hiërarchische lijn en/of aan de werknemers.

Voor wie?

Werknemers die zijn blootgesteld aan chemische agentia.

Dienstverlener

De preventieadviseur-arbeidshygiëne van **Cohezio** / Experten van **Modyva**.

Praktische informatie

Plaats: in het bedrijf.

Voor meer informatie betreffende deze dienst mag u steeds contact opnemen met uw contactpersoon binnen Cohezio. U kan ons ook steeds contacteren op ons algemeen nummer 02 533 74 11 of via info@cohezio.be.

REF. hyg_20/D/718

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 227 26/03/24 14:21

Dienst

Toxicologisch advies



Preventie op het vlak van chemische agentia. Er worden verschillende organische en anorganische stoffen gebruikt op de arbeidsplaats. Die stoffen kunnen zich verspreiden in de omgevingslucht, worden mogelijk (in grote of minder grote hoeveelheden) geabsorbeerd en kunnen leiden tot het ontstaan van ziekten bij de werknemers die eraan zijn blootgesteld. Om de chemische risico's die verband houden met het gebruik van een specifiek product in uw bedrijf te voorkomen, bieden we u een basisanalyse aan. Die maakt het mogelijk om de toxiciteit van het product te kennen, alsook de blootstellingswijzen, de gevolgen voor de gezondheid van uw medewerkers, de in te voeren preventiemaatregelen en de eventuele vervangende producten.

Doelstellingen

Een toxicologisch advies geven over een chemisch product.

Inhoud

De schadelijkheid van chemische agentia is afhankelijk van hun specifieke fysicochemische eigenschappen, die hun gedrag in het milieu en in levende organismen beïnvloeden. De wetenschappelijke basis begrijpen is een eerste essentiële stap bij de analyse van de risico's van een product. De studie maakt het ook mogelijk om de arbeidsarts te begeleiden in zijn aanpak bij het invoeren van een strategie van biologisch toezicht op de blootstelling aan chemische stoffen.

Het onderzoek bestaat uit de volgende onderdelen:

> analyse van het veiligheidsinformatieblad van de leverancier;
> analyse van de indeling van de leverancier (eindproduct en samenstelling) en vergelijking met de geharmoniseerde indeling;
> advies i.v.m. de regelgeving (stoffen van de kandidaatslijst vs. stoffen onderworpen aan autorisatie/beperking);
> bijkomend bibliografisch onderzoek in geval van ontbrekende gegevens of niet-conforme fiches (Dossier REACH, PubMed, enz.);
> onderzoek van de fysicochemische eigenschappen van de chemische agentia;
> onderzoek van de Grenswaarden voor Beroepsmatige Blootstelling (Belgische waarden, buurlanden, DNEL);
> onderzoek van de niveaus, het type en de duur van de risicovolle blootstelling;
> onderzoek van het bestaan van biomarkers voor de blootstelling;
> bibliografisch onderzoek in verband met de problematiek en de elders genomen maatregelen;
> advies voor de substitutie van het product.

Voor wie?

Werknemers die zijn blootgesteld aan chemische agentia.

Dienstverlener

De preventieadviseur-hygiënist van **Cohezio**, in samenwerking met de preventieadviseur-arbeidsarts.

Praktische informatie

Plaats: in het bedrijf.

Voor meer informatie betreffende deze dienst mag u steeds contact opnemen met uw contactpersoon binnen Cohezio. U kan ons ook steeds contacteren op ons algemeen nummer 02 533 74 11 of via info@cohezio.be.

REF. hyg_20/D/719

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 228 26/03/24 14:21

Dienst

Opstelling van een vereenvoudigd veiligheidsinformatieblad



Preventie op het vlak van chemische agentia. Er worden verschillende organische en anorganische stoffen gebruikt op de arbeidsplaats. Die stoffen kunnen zich verspreiden in de omgevingslucht, worden mogelijk (in grote of minder grote hoeveelheden) geabsorbeerd en kunnen leiden tot het ontstaan van ziekten bij de werknemers die eraan zijn blootgesteld. Om de chemische risico's te voorkomen die verband houden met het gebruik van een specifiek product in uw bedrijf, bieden we aan om vereenvoudigde veiligheidsinformatiebladen op te stellen. Daarop worden op één enkele bladzijde de essentiële punten van de VIB's (veiligheidsinformatiebladen) van de leverancier samengevat; zo beschikken de werknemers over gemakkelijk te begrijpen informatie. Die vereenvoudigde veiligheidsinformatiebladen kunnen zichtbaar worden opgehangen aan de werkposten en gemakkelijk worden geraadpleegd door de werknemers, zodat ze beantwoorden aan de verplichting van de werkgevers om de werknemers te informeren in verband met het chemisch risico.

Doelstellingen

Vereenvoudigde veiligheidsinformatie-bladen opstellen.

Inhoud

> De vereenvoudigde veiligheidsinformatiebladen bevatten de volgende punten:
> het logo van het bedrijf;
> de naam van de vestiging;
> de vermelding van de zone/afdeling;
> het referentienummer (indien beschikbaar);
> de naam van het product;
> de naam van de leverancier;
> het voorziene gebruik;
> de opslagplaats;
> de gevaren van het product:
- de gevarenpictogrammen;
- de signaalwoorden;
- de gevarenaanduidingen;

> de veiligheidsinstructies:
- de instructies voor persoonlijke bescherming;
- de instructies voor opslag/hanteren;
- informatie over de stabiliteit en de reactiviteit van het product;
- het beheer van afval;
- andere informatie;

> wat te doen in noodgevallen;
> de eerste hulp;
> wat te doen in geval van accidentele lozing;
> wat te doen bij brand.

Voor wie?

Werknemers die zijn blootgesteld aan chemische agentia.

Dienstverlener

Experten van **Modyva**.

Praktische informatie

Plaats: in het bedrijf.
Duur: 1 tot 4 uur per nieuw product.

Voor meer informatie betreffende deze dienst mag u steeds contact opnemen met uw contactpersoon binnen Cohezio. U kan ons ook steeds contacteren op ons algemeen nummer 02 533 74 11 of via info@cohezio.be.

REF. mod_20/D/701

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 229 26/03/24 14:21

Dienst

Specifiek advies in verband met het gebruik van een product



Een product wordt in detail bestudeerd en u krijgt een advies betreffende het gebruik ervan en de reeds ingevoerde preventiemaatregelen.

Doelstellingen

> **Uw kennis over de fysicochemische eigenschappen van de producten die u gebruikt, verbeteren.**

> **De risico's bepalen die verband houden met het gebruik van die gevaarlijke producten.**

> **De preventieve en corrigerende maatregelen bepalen bij het hanteren van een gevaarlijk product en in geval van accidentele blootstelling eraan.**

Inhoud

Het advies van een preventieadviseur-arbeidshygiëne kan nuttig zijn op verschillende momenten:

> bij de invoering van een nieuw product in het bedrijf, het verleende advies wordt in dat geval gegeven in overleg met de preventieadviseur-arbeidsarts;

> bij een onderzoek naar de substitutie van een gevaarlijk product door een niet-gevaarlijk product;

> bij onderzoek om de preventie bij het gebruik van het product te verbeteren.

Afhankelijk van uw vraag kan het advies verschillende gegevens bevatten:

> fysicochemische eigenschappen van het product en de gevolgen ervan (vluchtigheid, oplosbaarheid, brandbaarheid, enz.);

> mogelijke manieren waarop het product in het lichaam binnenkomt;

> toxiciteit van het product voor de mens en eventuele acute en chronische risico's;

> biotransformatie (verspreiding en wijziging in het organisme) en biologische beschikbaarheid (plaatsen van het organisme waar het product kan worden gedoseerd);

> biologische opvolging en opvolging op de werkpost, grenswaarden voor blootstelling;

> collectieve en persoonlijke beschermingsmiddelen: te voorzien of controle van de doeltreffendheid van de ingevoerde middelen;

> informatie over de eventuele incompatibiliteit van het product met een ander;

> hulp bij het bepalen van de toe te passen procedures in geval van lozing;

> hulp bij het bepalen van de toe te passen maatregelen voor eerste hulp bij een ongeval.

Voor wie?

Alle werkgevers.

Dienstverlener

De preventieadviseur-arbeidshygiëne van **Cohezio**.

Praktische informatie

Voor het geven van een advies over een product is het nodig om:
- de preventiemaatregelen te kennen die gelden of die gepland zijn (bij de invoering van een nieuw product);
- het Veiligheidsinformatieblad van het product te kunnen raadplegen.

Voor meer informatie betreffende deze dienst mag u steeds contact opnemen met uw contactpersoon binnen Cohezio. U kan ons ook steeds contacteren op ons algemeen nummer 02 533 74 11 of via info@cohezio.be.

REF. hyg_20/D/720

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 230 26/03/24 14:21

Dienst

Inventaris van gevaarlijke producten en kwalitatieve risicoanalyse



Preventie op het vlak van chemische agentia. Er worden verschillende organische en anorganische stoffen gebruikt op de arbeidsplaats. Die stoffen kunnen zich verspreiden in de omgevingslucht, worden mogelijk (in grote of minder grote hoeveelheden) geabsorbeerd en kunnen leiden tot het ontstaan van ziekten bij de werknemers die eraan zijn blootgesteld. Om de veiligheids- en gezondheidsrisico's te analyseren van de aan chemische agentia blootgestelde werknemers en de preventiemaatregelen te nemen die zich opdringen, stellen we voor om uw inventaris op te stellen van de chemische stoffen/producten die op de werkplek aanwezig zijn. Die inventaris vormt de basis van de chemische risicoanalyse, die het mogelijk maakt om een beeld te krijgen van de in het bedrijf aanwezige gevaren, de risico's op te sporen, mogelijkheden aan te reiken voor verbetering op het vlak van gezondheid en veiligheid op het werk, substitutie te overwegen en de omstandigheden te evalueren voor het opslaan en hanteren van de stoffen.

Doelstellingen

> **Beschikken over een volledige inventaris van uw gevaarlijke producten.**

> **Tools invoeren voor het beheer van de producten (opslag, aankoop, informatie voor de medewerkers, enz.).**

> **Een actieplan invoeren om chemische risico's te voorkomen.**

> **De in te voeren collectieve beschermingsmiddelen en, indien nodig, de persoonlijke beschermingsmiddelen bepalen die moeten worden gebruikt.**

Inhoud

De chemische risicoanalyse wordt in meerdere stappen uitgevoerd. De verschillende stappen kunnen worden uitgevoerd op basis van de prioriteiten.

Stap 1: identificatie van de gevaren

> inventaris van de chemische stoffen/producten die worden gebruikt op de werkplek;
> inventaris van de chemische stoffen/producten die ontstaan door processen op de werkplek;
> opsporing van producten waarvan de gebruiksdatum is overschreden of die niet meer worden gebruikt (sorteren, verwijderen, beheer van de stock);
> overlopen van de veiligheidsbladen en controle op basis van de geldende wetgeving;
> inventaris van de gevaren binnen het bedrijf of per werkpost;
> identificatie van de stoffen met prioritaire risico's;
> opstelling van vereenvoudigde veiligheidsinformatiebladen;
> identificatie van incompatibiliteit van producten en voorstel van een opslagplan.

Stap 2: kwalitatieve analyse van de omstandigheden van de blootstelling

> identificatie van de plaatsen voor opslag en gebruik;
> identificatie van het voorziene gebruik;
> identificatie van de tussentijdse stromen en opslag;
> identificatie van de aanwezige hoeveelheden;
> kwalitatieve identificatie van de blootstelling per risiconiveau: geringe blootstelling, matige blootstelling, sterke blootstelling, enz.

Stap 3: opname van de resultaten en aanbevelingen in een verslag

Mogelijkheid om dat voor te stellen aan het CPBW en/of aan de hiërarchische lijn en/of aan de werknemers.

Voor wie?

Werknemers die zijn blootgesteld aan chemische agentia.

Dienstverlener

De preventieadviseur-hygiënist van **Cohezio** of Experten van **Modyva**.

Praktische informatie

Voor het opstellen van een inventaris is het nodig om:
- toegang te hebben tot de lokalen en opslagruimten;
- de Veiligheidsinformatiebladen van de producten te kunnen raadplegen.

Voor meer informatie betreffende deze dienst mag u steeds contact opnemen met uw contactpersoon binnen Cohezio. U kan ons ook steeds contacteren op ons algemeen nummer 02 533 74 11 of via info@cohezio.be.

REF. hyg_20/D/721

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 231 26/03/24 14:21

Dienst

Opstelling van de asbestinventaris



Alle werkgevers moeten een inventaris opstellen van al het asbest en alle asbesthoudende materialen die aanwezig zijn in alle delen van de gebouwen en in de arbeidsmiddelen en beschermingsmiddelen die zich op de werkplek bevinden. Die inventaris stemt overeen met de asbestinventaris die wordt beschreven in art.VI.3-4 §1 van de codex over het welzijn op het werk.

Doelstellingen

> **De asbesttoepassingen opsporen in de gebouwen die regelmatig worden gebruikt door de werknemers.**

> **De toestand van het asbest beoordelen en een programma voor het beheer leveren.**

> **Verduidelijken welke activiteiten kunnen leiden tot een blootstelling aan asbest.**

> **Conform zijn met de titel 3 boek IV van de codex over het welzijn op het werk.**

Inhoud

> Opsporing en identificatie van de materialen die mogelijk asbest bevatten tijdens een bezoek aan de lokalen.

> Monsterneming van materialen met het oog op een analyse door een erkend laboratorium.

> Opstelling van het inventarisverslag met evaluatie van de materialen.

> Opstelling van het programma voor het beheer en levering van de te gebruiken template voor de jaarlijkse bijwerking.

> Advies van de arbeidsarts over de inventaris (art.VI. 3-7 van de codex).

> Aanduiding met foto's en identificatie op een plan op verzoek.

Voor wie?

Elke werkgever, hiërarchische lijn of IDPB.

Dienstverlener

De preventieadviseur-veiligheid van **Cohezio** en advies van de preventieadviseur-arbeidsarts.

Praktische informatie

Plaats: in het bedrijf.
Vooraf wordt een lijst opgestuurd met de verschillende gegevens die nodig zijn voor het opstellen van de inventaris.

Voor meer informatie betreffende deze dienst mag u steeds contact opnemen met uw contactpersoon binnen Cohezio. U kan ons ook steeds contacteren op ons algemeen nummer 02 533 74 11 of via info@cohezio.be.

REF. hyg_20/D/722

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 232 26/03/24 14:21

Dienst

Advies over de asbestinventaris



Wanneer de asbestinventaris is opgesteld, is het advies van de preventieadviseur-veiligheid en van de preventieadviseur-arbeidsarts vereist (art. VI. 3-7 van de codex over het welzijn op het werk). Het Comité moet op de hoogte worden gebracht van dat advies en van de aangebrachte wijzigingen.

Doelstellingen

> **De Interne Dienst voor Preventie en Bescherming ondersteunen door een advies te geven over de asbestinventaris voor het naleven van de voorschriften van de art. VI. 3-7 van de codex over het welzijn op het werk.**

Inhoud

Het advies betreft:

> de omvang van de inventaris;

> de beoordeling van de materialen;

> de activiteiten die kunnen leiden tot blootstelling aan het asbest;

> de keuze van de methoden voor herstelling, onderhoud, verwijdering;

> het beheerprogramma;

> de mogelijkheid om metingen uit te voeren naar aanleiding van het risico op besmetting;

> het soort informatie/opleiding dat aan het personeel moet worden gegeven en de inhoud.

Voor wie?

Elke werkgever, hiërarchische lijn of IDPB.

Dienstverlener

De preventieadviseur-veiligheid van **Cohezio** en advies van de preventieadviseur-arbeidsarts.

Praktische informatie

Plaats: in het bedrijf.

Voor meer informatie betreffende deze dienst mag u steeds contact opnemen met uw contactpersoon binnen Cohezio. U kan ons ook steeds contacteren op ons algemeen nummer 02 533 74 11 of via info@cohezio.be.

REF. hyg_20/D/723

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 233 26/03/24 14:21

Dienst

Asbest: identificatie van verdachte materialen via het nemen van monsters



De werkomgeving moet de gezondheid en veiligheid van werknemers garanderen en moet bestaan uit materialen die geen risico's kunnen veroorzaken. Materialen waarvan wordt vermoed dat ze asbest bevatten en besmetting kunnen veroorzaken, moeten worden geanalyseerd om hun eigenschappen te bepalen en, afhankelijk van de resultaten, preventieve maatregelen te nemen.

Doelstellingen

> **Identificatie van de aard van een materiaal dat vermoedelijk asbest bevat.**

> **Monsterneming door de preventieadviseur van Cohezio en door een erkend laboratorium.**

> **Interpretatie van de resultaten en voorstellen voor preventieve maatregelen**

Inhoud

> Monsterneming van materialen met het oog op een analyse door een erkend laboratorium.

> Identificatie van de materialen die mogelijk asbest bevatten.

> Opstelling van een verslag op basis van de resultaten van de laboratoriumanalyse, met vermelding van de preventieve maatregelen die moeten worden genomen naar aanleiding van deze resultaten en het bezoek aan de werkplek.

Voor wie?

Voor werkgevers die vermoeden dat een bepaald materiaal asbest bevat, of na een voorstel voor een preventieve maatregel na een bezoek aan de werkplek.

Dienstverlener

De preventieadviseur-veiligheid van **Cohezio**.

Praktische informatie

Plaats: in het bedrijf.

Voor meer informatie betreffende deze dienst mag u steeds contact opnemen met uw contactpersoon binnen Cohezio. U kan ons ook steeds contacteren op ons algemeen nummer 02 533 74 11 of via info@cohezio.be.

REF. hyg_20/D/724

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 234 26/03/24 14:21

Dienst

Advies over het werkplan bij het verwijderen van asbest



Bij werkzaamheden voor het verwijderen van asbest, als eenvoudige handeling, met de couveusezakmethode of in een hermetische zone, is het advies van de preventieadviseur arbeidsveiligheid en van de arbeidsarts vereist voor het asbestverwijderingsplan (art. VI. 3–53 van de codex over het welzijn op het werk).

Doelstellingen

De Interne Dienst voor Preventie en Bescherming ondersteunen door een advies te geven over het voorgestelde werkplan bij werkzaamheden met asbest en volgens de voorschriften van Art. VI. 3-43 van de codex over het welzijn op het werk.

Inhoud

De inhoud van het werkplan bij werkzaamheden met asbest wordt bepaald door de artikel VI. 3-43 van de codex over het welzijn op het werk en voorafgaande bij de start van de werkzaamheden.
Op basis van het door de werkgever geleverde werkplan en afhankelijk van de ruimtelijke inrichting van de plaatsen, kan een advies worden verstrekt wat betreft:

> de mogelijkheid tot het verwijderen van het asbest voorafgaand aan een herstelling of onderhoud;
> de opeenvolging van de werkzaamheden;
> de collectieve preventiemaatregelen;
> de werkmethoden;
> de persoonlijke beschermingsmiddelen;
> de bescherming van de werknemers en van de personen in de nabijheid;
> het schoonmaken van de plaatsen en van de uitrusting;
> de procedure voor het beëindigen van de activiteit.

Voor wie?

Elke werkgever, hiërarchische lijn of IDPB.

Dienstverlener

De preventieadviseur-veiligheid van **Cohezio**.

Praktische informatie

Plaats: afhankelijk van de vraag.

Voor meer informatie betreffende deze dienst mag u steeds contact opnemen met uw contactpersoon binnen Cohezio. U kan ons ook steeds contacteren op ons algemeen nummer 02 533 74 11 of via info@cohezio.be.

REF. hyg_20/D/725

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 235 26/03/24 14:21

Dienst

Audit HACCP (analyse van de voedingshygiëne in cateringomgevingen)



Beheer van de voedselhygiëne in grootkeukens volgens de geldende wettelijke voorschriften (Verordening EG 852/2004).

Doelstellingen

Het materiaal, de procedures en het effectieve werk in de keuken observeren, om eventuele gebreken op het vlak van voedselveiligheid op te sporen en concrete voorstellen te doen om die te conformeren en/of te verbeteren. Zo kunnen gevolgen van die gebreken, zoals grootschalige voedselvergiftiging, worden vermeden.

Inhoud

Deze audit omvat de volgende elementen:

> **Levering**: controle, noteren van de leveringsdatum, temperatuur, enz.

> **Opslag**: naleven van de temperatuurgrenzen, scheiding van bereide en niet-bereide goederen, scheiding van voedingsmiddelen en niet-voedingsmiddelen, "First in, first out"-principe, enz.

> **Bereiding**: staat van de ruimtes, orde, evacuatie van afval, enz.

> **Koken**: staat van de ruimtes, orde, evacuatie van afval, naleven van de temperatuurgrenzen, enz.

> **Zelfbediening**: naleven van de temperatuurgrenzen, schoonmaak en onderhoud, enz.

> **Afwas**: evacuatie van afval, condensatie, gebruikte producten, enz.

> **Toiletten**: gescheiden van de kookruimtes, wasbak, handendroger, enz.

> **Kleerkasten**: scheiding van privékledij en professionele kledij, enz.

> **Hygiëne van het personeel**: naleving van de hygiënevoorschriften, enz.

> **Schoonmaak**: schoonmaakplan, enz.

> **Circuit en werk**: geen kruising tussen "vuil" en "proper", eenrichtingsstroom, enz.

Voor wie?

Alle bedrijven die een grootkeuken hebben waar maaltijden (voor het personeel of het grote publiek) bereid en opgediend worden.

Dienstverlener

De HACCP-audit (Hazard Analysis and Control of Critical Points) wordt uitgevoerd door een preventieadviseur-arbeidshygiëne van **Cohezio**.

Praktische informatie

Duur: ongeveer een dag, van de eerste voorbereidingen ‘s morgens tot het einde van het proces voor de schoonmaak van de ruimtes.

Plaats: in het bedrijf.

Voor meer informatie betreffende deze dienst mag u steeds contact opnemen met uw contactpersoon binnen Cohezio. U kan ons ook steeds contacteren op ons algemeen nummer 02 533 74 11 of via info@cohezio.be.

REF. hyg_20/D/072

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 236 26/03/24 14:21

Dienst

Analyse van de blootstelling aan elektromagnetische velden



Preventie van de effecten van elektromagnetische velden (EMV) op de gezondheid. Elektromagnetische velden zijn sterk aanwezig in onze omgeving (elektrische netwerken en installaties, IT-infrastructuur, telefonie, elektrische toestellen, enz.). Om de blootstellingsniveaus op de werkplek in te schatten of te beheersen, stellen wij voor om de blootstelling te beoordelen door middel van metingen in uw bedrijf.

Doelstellingen

> **De elektromagnetische velden waaraan uw medewerkers worden blootgesteld, kwantificeren aan de hand van metingen.**

> **De apparatuur bepalen die het meest bijdraagt tot de blootstelling.**

> **Een actieplan opstellen.**

> **Werknemers en leidinggevenden sensibiliseren/geruststellen.**

Inhoud

Op basis van een voorlopige analyse van de arbeidssituaties.

Stap 1: inventaris van de mogelijke bronnen van EMV.

Stap 2: beoordeling van de blootstelling aan de hand van metingen.

Stap 3: analyse van de metingen, interpretatie van de resultaten en beoordeling van de blootstelling van werknemers ten opzichte van de Codex over het welzijn op het werk en/of internationale aanbevelingen en milieuwetten.

Stap 4: bepaling van de te plannen preventiemaatregelen en van de prioriteiten op basis van de algemene preventieprincipes.

Stap 5: opname van de resultaten en aanbevelingen in een verslag. Mogelijkheid om dit voor te stellen aan het CPBW en/of de hiërarchische lijn en/of de werknemers.

Voor wie?

Alle bedrijven die beschikken over apparatuur of infrastructuren die EMV veroorzaken (hoogspanningscabines, wifi, productiefaciliteiten, enz.).

Dienstverlener

Experten van **Modyva**.

Praktische informatie

Plaats: in het bedrijf.
Duur: 1 tot 3 dagen (afhankelijk van het aantal te analyseren arbeidssituaties).

Voor meer informatie betreffende deze dienst mag u steeds contact opnemen met uw contactpersoon binnen Cohezio. U kan ons ook steeds contacteren op ons algemeen nummer 02 533 74 11 of via info@cohezio.be.

REF. mod_20/D/702

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 237 26/03/24 14:21

Opleiding

Preventie en bescherming tegen van risico's van asbest (eenvoudige handelingen)



Blootstelling aan asbest is gevaarlijk voor de gezondheid. Er zijn tegenwoordig nog veel mogelijke bronnen van asbest, aangezien het vroeger voor allerlei zaken werd gebruikt en toegepast. Het is dus van essentieel belang om materialen die mogelijk asbest bevatten, te kunnen herkennen en hanteren zonder gevaar voor de eigen gezondheid en die van de omgeving.

Doelstellingen

> **In staat zijn de gezondheidsrisico's in te schatten en de nodige maatregelen nemen om veilig te werken.**
> **Deze opleiding voldoet ook aan de vereisten van titel 3 van boek VI van de codex over het welzijn op het werk.**

Inhoud

Tijdens de opleiding komen de verschillende punten aan bod volgens art. VI. 3-67 tot VI. 3-69 van de codex over het welzijn op het werk:

> eigenschappen en gezondheidsrisico's;
> soorten producten en materialen en hoe ze te herkennen;
> handelingen die tot blootstelling kunnen leiden;
> het gezondheidstoezicht;
> de veilige werkmethoden en meettechnieken;
> het dragen en gebruiken van beschermingsmiddelen, keuze en praktijk;
> noodprocedures;
> procedures voor ontsmetting en voor verwijdering van afvalstoffen;
> de technieken voor sloop en verwijdering van asbest of asbesthoudende materialen en de daaraan verbonden risico's voor de veiligheid en gezondheid;
> de specifieke regels voor het gebruik van PBM's, de noodprocedures en de ontsmettingsprocedures die voortvloeien uit het feit dat het gaat om sloop- en verwijderingswerkzaamheden;
> de specifieke regels en technieken voor de behandeling en de verwijdering van asbestafval;
> praktijkoefeningen.

Voor wie?

Werknemers die moeten werken in een omgeving die mogelijk asbest bevat of die asbest moeten verwijderen met de techniek van de eenvoudige handelingen.

Trainer

De preventieadviseur-veiligheid van **Cohezio**.

Gebruikte methode

De opleiding vertrekt vanuit de theoretische kennis en de concrete ervaring van de deelnemers en bouwt hierop voort vanuit een interactief werkmodel, wat een actieve participatie van de deelnemers met zich meebrengt. Tijdens de opleiding wisselen theorie, praktijk en denkoefeningen elkaar af.

Praktische informatie

Duur: 1 dag (volgens de vereiste van de codex over het welzijn op het werk op het werk). De duur kan worden aangepast op basis van de vraag. Max. 15 personen.

Plaats: de sessie kan zowel plaatsvinden in uw bedrijf als in ons opleidingscentrum.

Niet gevonden wat u zocht in deze selectie van ons aanbod?
Wij helpen u graag verder. Băo academy • 02 289 68 25 • info@baoacademy.be

REF. hyg_20/O/712

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 238 26/03/24 14:21

Bijscholing

Preventie en bescherming tegen van risico's van asbest (eenvoudige handelingen)



De wetgeving legt een jaarlijkse bijscholing op voor de werknemers die in het bezit zijn van het attest van de basisopleiding asbest (eenvoudige handelingen), om eraan te herinneren dat het werken volgens bepaalde procedures belangrijk is voor hun gezondheid en hun veiligheid en ook voor hun omgeving.

Doelstellingen

> **Herhaling van de basisinformatie die het mogelijk maakt voor de werknemers om de werkzaamheden in het kader van eenvoudige handelingen met asbest uit te voeren zonder risico voor hun gezondheid en hun veiligheid.**
> **Bescherming van de arbeidsomgeving.**
> **Antwoord op de vereisten van titel 3 van boek VI van de codex over het welzijn.**
> **Antwoord op vragen over werksituaties.**

Inhoud

Volgens art. VI.3-67 tot VI.3-69 van de codex over het welzijn.

Herhaling van:
> soorten materialen en herkenning van asbest;
> risico's en handelingen die tot besmetting kunnen leiden;
> wetgeving, metingen, risicoanalyse;
> preventiemiddelen, PBM's;
> noodprocedures.

Gevarieerde focus:
> verandering in de wetgeving, actualiteit;
> bijzonderheden van de PBM's;
> punten die de werknemers of werkgevers bezighouden;
> praktische gevallen.

Voor wie?

Voor werknemers die vooraf de basisopleiding asbest hebben gevolgd en die werkzaamheden moeten uitvoeren voor het verwijderen van asbest of van asbesthoudend materiaal, of die een interventie moeten uitvoeren in een omgeving die mogelijk asbest bevat.

Trainer

De preventieadviseur-veiligheid van **Cohezio**.

Gebruikte methode

De opleiding gaat uit van het verloop van de basisopleiding en varieert, afhankelijk van de concrete ervaring van de deelnemers. Ze is opgebouwd volgens een interactief werkmodel, wat een actieve participatie van de werknemers met zich meebrengt. Tijdens de opleiding wisselen theorie en denkoefeningen elkaar af.

Praktische informatie

Duur: 1 dag (volgens de vereiste van de codex over het welzijn op het werk op het werk). De duur kan worden aangepast op basis van de vraag. Max. 15 personen.

Plaats: de sessie kan zowel plaatsvinden in uw bedrijf als in ons opleidingscentrum.

Niet gevonden wat u zocht in deze selectie van ons aanbod?
Wij helpen u graag verder. Băo academy • 02 289 68 25 • info@baoacademy.be

REF. hyg_20/O/713

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 239 26/03/24 14:21

Opleiding

Voedingshygiëne volgens HACCP



Deze opleiding biedt de deelnemers de richtlijnen en procedures met betrekking tot voedingshygiëne, door hen de basisbeginselen aan te reiken om ze in de praktijk adequaat te kunnen toepassen. De opleiding is gebaseerd op de principes van de HACCP-norm (Hazard Analysis Critical Control Point of systeem voor het analyseren van de gevaren en de kritische punten voor het beheersen ervan).

Doelstellingen

De basismaatregelen op het vlak van hygiëne kunnen toepassen wanneer er met levensmiddelen wordt gewerkt, zichzelf en de levensmiddelen beschermen. Deze opleiding beantwoordt aan de wettelijke verplichtingen van een werkgever ten opzichte van zijn werknemers die in contact komen met levensmiddelen.

Conformiteit met art. VII.1-31 van de codex over het welzijn op het werk en het koninklijk besluit van 13/07/2014 betreffende levensmiddelenhygiëne.

Inhoud

Tijdens de opleiding komen de volgende punten aan bod:

> Wat is een micro-organisme, waar vinden we dit terug en hoe en onder welke omstandigheden ontwikkelt het zich, wat kunnen de gevolgen zijn?

> Uitvoerig onderzoek van de verschillende handelingen die in een keuken uitgevoerd worden (het ontvangen van de grondstoffen, bewaring, bereiding, verdeling van de maaltijden, verzameling en beheer van afval, reiniging van het materiaal, onderhoud van de lokalen) en onderzoek van de mogelijke kritische punten met een verklaring erbij van de preventiemaatregelen op het niveau van het keukenpersoneel. Wat zijn, in elk stadium, de fouten die niet mogen gemaakt worden en waarom?

> Wat zijn de regels die moeten nageleefd worden om besmettingen te vermijden?

> Antwoorden op praktische vragen.

Voor wie?

Personen die regelmatig in contact komen met levensmiddelen (die bijvoorbeeld in een keuken werken).

Trainer

De preventieadviseur-veiligheid van **Cohezio**.

Gebruikte methode

De opleiding vertrekt vanuit de concrete ervaring van de deelnemers en bouwt hier op voort vanuit een interactief werkmodel, wat een actieve participatie van de deelnemers met zich meebrengt. Tijdens de opleiding wisselen theorie, praktijk, denkoefeningen, werkgroepen en rollenspelen elkaar af.

Praktische informatie

Duur: 1 halve-dag. Max. 15 personen.

Plaats: de sessie kan zowel plaatsvinden in uw bedrijf als in ons opleidingscentrum.

Niet gevonden wat u zocht in deze selectie van ons aanbod?
Wij helpen u graag verder. Băo academy • 02 289 68 25 • info@baoacademy.be

REF. hyg_20/O/714

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 240 26/03/24 14:21

Opleiding

Het gebruik van onderhoudsproducten



In de schoonmaaksector bestaan er twee bekende risico's, namelijk het gebruik van onderhoudsproducten enerzijds, en bepaalde werkhoudingen en onaangepaste en repetitieve bewegingen anderzijds.

Doelstellingen

De opleiding geeft de deelnemers inzicht in risico's in verband met het gebruik van onderhoudsproducten en stelt hen in staat de juiste preventiemaatregelen te treffen (opvolgen van de veiligheidsregels, dragen van persoonlijke beschermingsmiddelen, goede werkhoudingen en correct gebruik van het materiaal, enz.).

Inhoud

Het gebruik van onderhoudsproducten.

> Samenstelling en hoofdcategorieën van onderhoudsproducten.

> De manier waarop een product het organisme binnendringt (inademing, contact met de huid, inslikken).

> Impact op het organisme (irriterend, bijtend, schadelijk, giftig, huid- en ademhalingsallergieën).

> Etiketten over gezondheid, veiligheid en milieu.

> Beschermingsmiddelen en eerste hulp.

> Veiligheidsmaatregelen voor, tijdens en na het gebruik van onderhoudsproducten.

Op verzoek kunnen ook andere thema's worden behandeld (bijvoorbeeld: dragen van lasten, gebruik van ladders en trapjes, arbeidsmiddelen, enz.).

Voor wie?

De opleiding is gericht op schoonmaakpersoneel, maar kan ook worden aangepast aan andere sectoren.

Trainer

De preventieadviseur-arbeidshygiëne van **Cohezio** of een gespecialiseerde trainer.

Gebruikte methode

De opleiding vertrekt vanuit de theoretische kennis en de concrete ervaring van de deelnemers en bouwt hierop voort vanuit een interactief werkmodel, wat een actieve participatie van de deelnemers met zich meebrengt. Tijdens de opleiding wisselen theorie, praktijk en denkoefeningen elkaar af.

Praktische informatie

Duur: 1 halve dag. Max. 15 personen.

Plaats: de sessie kan zowel plaatsvinden in uw bedrijf als in ons opleidingscentrum.

Niet gevonden wat u zocht in deze selectie van ons aanbod?
Wij helpen u graag verder. Băo academy • 02 289 68 25 • info@baoacademy.be

REF. hyg_20/O/716

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 241 26/03/24 14:21

Opleiding

Sensibilisatie en omgaan met chemische agentia in het bedrijf



Cohezio en Modyva geven regelmatig opleidingen in bedrijven. Modyva is ook betrokken bij de opleiding van preventieadviseurs niveau 1 en hygiënisten in verschillende universiteiten.
We baseren ons op duidelijk en praktisch ondersteunend materiaal voor het opleiden en/of sensibiliseren van de deelnemers. Die tools maken de technische begrippen begrijpelijk voor iedereen en zijn zeer toegankelijk, ook voor wie niet over gedetailleerde technische kwalificaties beschikt.
Onze opleidingen bestaan in 3 competentieniveaus:
> **Werknemer (WN)**: Sensibilisatie/opleiding van aan lawaai blootgestelde werknemers;
> **Hiërarchische lijn (HL)**: Sensibilisatie/opleiding van de hiërarchische lijn en van uw technische diensten om lawaai doeltreffend te bestrijden;
> **Preventieadviseur (PA)**: Opleiding van de preventieadviseurs op het vlak van risicoanalyse.

Doelstellingen

> **De aan chemische agentia blootgestelde werknemers sensibiliseren/opleiden/informeren en de nodige reflexen ontwikkelen om de blootstelling aan het risico te verminderen.**

> **Beschikken over de nodige kennis om de chemische risico's in uw bedrijf te beheersen.**

> **Beschikken over de nodige kennis om een analyse van de chemische risico's uit te voeren en de vereiste actieplannen toe te passen.**

Inhoud

> **Theoretische basis,** aangepast aan het niveau van de deelnemers (WN, HL, PA): stoffen/mengsels, de gezondheidsrisico's, de manieren van blootstelling.
> **Een veiligheidsinformatieblad lezen** (WN, HL, PA): veiligheidsinformatiebladen en vereenvoudigde fiches.
> **Basisreflexen** om zich te beschermen tegen chemische risico's (WN): etikettering, naleving van de instructies voor het opslaan, dragen van PBM's.
> **Een inventaris** van de gevaarlijke producten opmaken en vereenvoudigde veiligheidsfiches opstellen (HL, PA).
> **Basisprincipes** bij de bestrijding van chemische risico's (HL, PA): substitutie (vervanging), CBM's, PBM's.
> **Opslag van gevaarlijke producten** (HL, PA): basisprincipes, compatibiliteit van de producten, wettelijke verplichtingen.
> **De analyse van de chemische risico's** (PA): homogene blootstellingsgroepen, kwalitatieve analyses, testplannen, methoden (Seirich, Colibrisk, Safetify).

Voor wie?

Alle bedrijven die chemische agentia gebruiken.

Trainer

Preventieadviseurs van **Cohezio** en/
of Experten van **Modyva**.

Praktische informatie

Plaats: in het bedrijf.
Duur:
Werknemer: 30 min tot 1 uur.
Hiërarchische lijn: 2 tot 4 uur.
Preventieadviseur: 1 tot 2 dagen.

Niet gevonden wat u zocht in deze selectie van ons aanbod?
Wij helpen u graag verder. Băo academy • 02 289 68 25 • info@baoacademy.be

REF. hyg_20/O/717

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 242 26/03/24 14:21

Opleiding

Meten en detecteren van gevaarlijke stoffen



PARTNER

Wanneer men met gevaarlijke stoffen werkt, is het nodig dat men weet welke gevaarlijke gassen en dampen er in de atmosfeer zitten. Dit is niet enkel belangrijk voor de toxiciteit maar evenzeer om ontploffingen of brand te vermijden. Bepaalde gassen verdrijven ook zuurstof waardoor het risico op verstikking kan ontstaan. Daarom is het belangrijk om op een correcte manier metingen uit te kunnen voeren en deze correct te interpreteren.

Doelstellingen

Op een juiste en veilige manier de concentratie van gevaarlijke stoffen, explosielevels en zuurstoflevels kunnen meten, de metingen juist interpreteren en rapporteren.

Inhoud

> Gevaarlijke stoffen.
> Lucht.
> Brand en explosie.
> Toxische stoffen.
> Besloten ruimtes.
> Meetmethodes.
> Meten in de praktijk.
> Controles.
> Oefeningen.

Voor wie?

Bedrijven die te maken hebben met gevaarlijke gassen op hun terrein.

Personen die beroepsmatig gasmetingen moeten uitvoeren.

Trainer

De opleiding wordt gegeven door ervaren en gecertificeerde XL Group senior coaches.

Praktische informatie

Duur: 2 dagen. Max. 8 personen.
Taal: Nederlands.
Plaats: de sessie kan zowel plaatsvinden in uw bedrijf als in ons opleidingscentrum.

Formule: de cursus kan worden aangepast aan specifieke veiligheidsregels van uw bedrijf.

Evaluatie: Het examen bestaat uit zowel een theoretisch als een praktisch gedeelte. Men dient voor beide delen geslaagd te zijn. Indien gewenst, kan er een door BeSaCC VCA erkend diploma ‘IS013: meten en detecteren van gevaarlijke stoffen: EX-TOX-OX’ worden afgeleverd. Dit diploma is 3 jaar geldig.

Prijs: Syllabus, catering, examen en attest inbegrepen.

Niet gevonden wat u zocht in deze selectie van ons aanbod?
Wij helpen u graag verder. Academy • 02 289 68 25 • academy@cohezio.be

REF. xlt_20/O/717

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 243 26/03/24 14:21


core

8. Milieu-wetgeving



Dienst

Studie van de geluidsimpact van bestaande installaties/bedrijven op de milieu-wetgeving



Bedrijven dienen bepaalde geluidsnormen na te leven die werden vastgelegd in de eigen milieuwetgeving van elk gewest. Voor een rustige ontwikkeling van uw activiteiten is het ook nodig om de geluidsimpact bij uw buren onder controle te houden.

Modyva is een door het Waals Gewest erkend laboratorium gespecialiseerd in lawaaibestrijding. Die erkenning is ook geldig in het Brussels Hoofdstedelijk Gewest. Onze studies zijn dus bruikbaar bij de aanvraag van een milieuvergunning of in geval van geschillen met de omwonenden of de met het toezicht belaste instanties.

Om uw geluidsimpact te beoordelen, kunnen we geluidsmetingen uitvoeren bij de buurtbewoners, maar ook en vooral de problematische bronnen van lawaai identificeren en u, indien nodig, helpen bij het verbeteren van uw installaties.

Doelstellingen

> **Een evaluatie maken van uw geluidsemissie bij de buurtbewoners en van de conformiteit van uw bedrijf met de milieuwetgeving.**

> **De bronnen van problematisch geluid identificeren (door een analyse van de bijdragende factoren).**

> **De prioritair in te voeren acties bepalen en er een hiërarchie in aanbrengen.**

Inhoud

Op basis van een voorbereidende analyse van uw activiteiten, uw situatie op het sectorplan (of op het GBP) en uw milieuvergunning stellen we samen met u een plan op van de metingen (plaats van de punten, duur van de campagne).

Stap 1: installatie van geluidmeters in de vestiging (opvolging van lawaaierige installaties) en bij de buurtbewoners.

Stap 2: eventuele gerichte aanvullende metingen met een geluidsmeter en/of een geluidscamera.

Stap 3: analyse van de gegevens om het aanwezige achtergrondgeluid weg te laten en om de activiteitsfasen en de bijdrage van de aanwezige installaties tot het bij de buurtbewoners gemeten geluid te identificeren.

Stap 4: technische aanbevelingen in geval van overschrijding van de wettelijke waarden.

Stap 5: indien nodig, voorstelling van de resultaten in het bedrijf, aan de buurtbewoners en/of aan de overheden.

Voor wie?

Alle bedrijven die zijn onderworpen aan een milieuvergunning en die een geluidsimpact hebben in hun omgeving.

Trainer

Experten van **Modyva**.

Praktische informatie

Plaats: in het bedrijf.
Duur: 1 tot 20 dagen (afhankelijk van de complexiteit van het bedrijf).

Voor meer informatie betreffende deze dienst mag u steeds contact opnemen met uw contactpersoon binnen Cohezio. U kan ons ook steeds contacteren op ons algemeen nummer 02 533 74 11 of via info@cohezio.be.

REF. mod_20/D/901

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 246 26/03/24 14:21

Dienst

Studie van de geluidsimpact van geplande installaties/bedrijven op de milieu-wetgeving (aanvraag milieuvergunning)



Bedrijven dienen bepaalde geluidsnormen na te leven die werden vastgelegd in de eigen milieuwetgeving van elk gewest. Voor een rustige ontwikkeling van uw activiteiten is het ook nodig om de geluidsimpact bij uw buren onder controle te houden.

Modyva is een door het Waals Gewest erkend laboratorium gespecialiseerd in lawaaibestrijding. Die erkenning is ook geldig in het Brussels Hoofdstedelijk Gewest. Onze studies zijn dus bruikbaar bij de aanvraag van een milieuvergunning of in geval van geschillen met de omwonenden of de met het toezicht belaste instanties.

In geval van plannen voor een uitbreiding van uw activiteiten, kunnen we u helpen bij het evalueren van de toekomstige geluidsimpact, het indienen van de vergunningsaanvraag en het invoeren van technische acties die het mogelijk maken om de geluidsnormen na te leven.

Doelstellingen

> **Een evaluatie maken van uw geluidsemissie bij de buurtbewoners en van de conformiteit van uw bedrijf met de milieuwetgeving.**

> **De bronnen van problematisch geluid identificeren (door een analyse van de bijdragende factoren).**

> **De prioritair in te voeren acties bepalen en er een hiërarchie in aanbrengen.**

> **U helpen bij het opstellen van bestekken, het opvolgen van de werf en de technische oplevering van het project.**

Inhoud

Op basis van een voorbereidende analyse van uw activiteiten, uw situatie op het sectorplan (of op het GBP) en uw milieuvergunning:

Stap 1: indien nodig (bv.: vergunning van klasse 1), evaluatie van de geluidsniveaus in de huidige situatie.

Stap 2: inventaris van de geluidsbronnen van het project en karakterisering van hun akoestische vermogens (metingen op andere vestigingen, technische documentatie).

Stap 3: invoering van een model van de vestiging (ISO 9613) met de bronnen, de topografie, de gebouwen, enz.

Stap 4: technische aanbevelingen in geval van een te verwachten overschrijding van de wettelijke waarden.

Stap 5: indien nodig, voorstelling van de resultaten in het bedrijf, aan de buurtbewoners en/of aan de overheden.

Voor wie?

Alle bedrijven die zijn onderworpen aan een milieuvergunning en die een geluidsimpact hebben in hun omgeving.

Trainer

Experten van **Modyva**.

Praktische informatie

Plaats: in het bedrijf.
Duur: 1 tot 20 dagen (afhankelijk van de complexiteit van het bedrijf).

Voor meer informatie betreffende deze dienst mag u steeds contact opnemen met uw contactpersoon binnen Cohezio. U kan ons ook steeds contacteren op ons algemeen nummer 02 533 74 11 of via info@cohezio.be.

REF. mod_20/D/902

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 247 26/03/24 14:21

Dienst

Milieuvergunningsaanvraag, milieueffectrapport en -nota's



PARTNER

Het opstellen van een vergunningsaanvraag is een ingewikkeld en tijdrovend proces. Dit vereist een nauwkeurige inventarisatie van uw technische installaties, de update van uw bedrijfsplannen en de beoordeling van het milieueffect van uw emissies. Het gaat er ook om de nodige contacten te leggen met de autoriteiten (gemeente, gewest) en de communicatie met uw buurtbewoners doeltreffend te beheren.

Doelstellingen

> **Het type vergunning bepalen dat voor uw project vereist is.**

> **Geschikte steun en advies verlenen inzake milieuverplichtingen.**

> **Uw milieuvergunningsaanvragen en uw aanvragen voor omgevingsvergunningen opstellen.**

> **Handelen in overleg met de autoriteiten en de buurtbewoners.**

Inhoud

Op basis van een voorafgaande analyse van uw project of activiteit bepalen wij welk type vergunning voor uw project vereist is. Daarna voeren wij de nodige taken uit om de aanvraag voor te bereiden, namelijk:

> het opstellen of consolideren van inventarissen van inrichtingen;

> het opstellen of bijwerken van milieuplannen;

> milieueffectbeoordeling (lucht, water, afval, enz.);

> het schrijven van milieueffectstudies of -nota's;

> het schrijven van SEVESO-studies (veiligheidsnota's, veiligheidsrapporten, enz.);

> het opstellen van bodemonderzoeken (basisrapport of oriënterend onderzoek, tot en met het saneringsproject);

> analyse van het project met betrekking tot de beste beschikbare technieken en opstelling van een niet-technische samenvatting IPPC/IED's;

> de uitvoering van specifieke technische studies, zoals het modelleren van de verspreiding van luchtverontreinigende stoffen en geuren, de dimensionering van een stormbekken, een studie van het grondwaterbekken, een passende beoordeling van de effecten van Natura 2000, enz.;

> vergaderingen om het dossier te presenteren aan de buurtbewoners, de autoriteiten, de adviesorganen en de ministers tijdens de ontwikkelings- of onderzoeksfase van het dossier;

> de aanvraagopvolging tijdens het onderzoek;

> het kritische lezen van de afgegeven vergunning;

> diverse vormen van ondersteuning en advies in verband met milieuwetgeving;

> specifieke aanbevelingen om negatieve effecten te voorkomen, te beperken of te compenseren.

Voor wie?

Elke onderneming die een milieuvergunning nodig heeft voor de exploitatie van geclassificeerde inrichtingen of voor de verlenging van een aflopende vergunning.

Praktische informatie

Plaats: binnen uw bedrijf
Duur: variabel, naargelang de complexiteit van het project

Voor meer informatie betreffende deze dienst mag u steeds contact opnemen met uw contactpersoon binnen Cohezio. U kan ons ook steeds contacteren op ons algemeen nummer 02 533 74 11 of via info@cohezio.be.

REF. ser_22/D/901

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 248 26/03/24 14:21

Dienst

ATEX-studie



PARTNER

De regelgeving bevat voorschriften om een maximaal veiligheidsniveau te waarborgen voor werknemers in explosieve omgevingen.
ATEX wordt in deze richtlijnen gedefinieerd als "een mengsel met lucht, onder atmosferische omstandigheden, van ontvlambare stoffen in de vorm van gassen, dampen, nevels of stof, waarin de verbranding zich na ontsteking uitbreidt tot het gehele niet verbrande mengsel".
Aangezien deze definitie ruim is, kunnen veel verschillende soorten uitrusting, gebouwen en laboratoria, groot of klein, worden getroffen wanneer zich een explosieve atmosfeer vormt.

Doelstellingen

> **Ontploffingsrisico's analyseren.**

> **Het ontstaan van explosieve atmosferen en de aanwezigheid van ontstekingsbronnen zoveel mogelijk voorkomen.**

> **De gevolgen van een mogelijke ontploffing beperken door het nemen van technische en/of organisatorische maatregelen.**

> **Een ATEX-"zonering" bepalen en de zones op het terrein aanduiden.**

> **Een ontploffingsbeveiligings-document opstellen.**

Inhoud

1. Risicoanalyse. Bij deze stap moet zowel de waarschijnlijkheid van de vorming van een explosieve atmosfeer als de waarschijnlijkheid van de gelijktijdige aanwezigheid van een ontstekingsbron geanalyseerd worden. Deze analyse moet op systematische wijze worden uitgevoerd om te leiden tot een alomvattende analyse van alle relevante installaties en processen. Bij de analyse moet ook rekening gehouden worden met de verschillende bedrijfsomstandigheden: normale werking, opstarten/stoppen, te voorziene storingen of verkeerd gebruik. Met explosieve atmosferen die uit verschillende soorten brandbare gassen, dampen, nevels of stof bestaan, moet op passende wijze rekening gehouden worden, aangezien hybride mengsels het effect kunnen verergeren.

2. ATEX-zonering. Het gaat erom zones te identificeren die mogelijke locaties van explosieve atmosferen bevatten en een indicatie te geven van de frequentie waarmee deze kunnen voorkomen. Een aantal codes en richtlijnen worden als referentie gebruikt om de omvang van deze zones vast te stellen en te definiëren. Zij geven ook algemene voorbeelden voor gangbare uitrusting (bv. voor een losstation, voor een tank met een ontluchting of een klep, enz.). Als alternatief kunnen dispersieberekeningen gebruikt worden om de omvang van de ontvlambare wolk te schatten.

3. Praktische uitvoering van ATEX. Er moeten procedures worden opgesteld om het explosiegevaar te beheersen en er moet op worden toegezien dat de aanwezige of te gebruiken apparatuur de nodige certificering heeft.

4. Opstelling van het ontploffingsbeveiligingsdocument.

Voor wie ?

Elk bedrijf dat ATEX-zones bevat.

Praktische informatie

Plaats: binnen uw bedrijf
Duur: variabel, naargelang de complexiteit van het project

Voor meer informatie betreffende deze dienst mag u steeds contact opnemen met uw contactpersoon binnen Cohezio. U kan ons ook steeds contacteren op ons algemeen nummer 02 533 74 11 of via info@cohezio.be.

REF. ser_22/D/902

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 249 26/03/24 14:21

Dienst

Industriële risico's en SEVESO-sites



Risicobeheer is een belangrijk aspect voor een industriële onderneming, omdat het gericht is op de veiligheid van de mensen, het behoud van het milieu, de integriteit van het industriële werktuig en de vermindering van productieverliezen, of het merkimago. Het doel van een industriële risicoanalyse (al dan niet in SEVESO-verband) is het verkrijgen van een nauwkeurige, methodische en zo volledig mogelijke beoordeling van de risico's van een industriële installatie of uitrusting. Onze deskundigen kunnen tussenbeide komen om risicoanalyses uit te voeren. In het kader van vergunningsaanvragen voeren wij ook de veiligheidsstudie of de gevareninventarisatie uit voor SEVESO-sites.

Doelstellingen

> **Beheersing van de industriële risico's van uw onderneming**
> **Voorbereiden van vergunningsaanvragen voor SEVESO-sites**

Inhoud

Het doel van een industriële risicoanalyse is het verkrijgen van een nauwkeurige, methodische en zo volledig mogelijke beoordeling van de risico's van een industriële installatie of uitrusting.

Om dit te doen, is het volgende noodzakelijk:
- > een systematisch onderzoek naar alle risico's;
- > de evaluatie van deze voorvallen in termen van voorkomen en ernst;
- > de bepaling van de middelen om de oorzaken en/of de ernst te verminderen.

Vervolgens voeren wij de taken uit die nodig zijn om het verzoek voor te bereiden. Wij bieden ondersteuning bij het bepalen en uitvoeren van de aanpak van de industriële risicoanalyse die het beste bij uw behoeften past, afhankelijk van uw installatie en/of de voortgang van uw project (definitie, ontwerp, wijziging, revisie, uitbreiding, enz.).

Afhankelijk van uw behoeften, omvat onze aanpak:
- > de definitie van het te bestuderen systeem (op functioneel en geografisch vlak, aard van de gevaren, enz.);
- > de definitie van de uitdagingen: veiligheid (bv. SEVESO-site), milieu, economie, enz.;
- > de keuze van de industriële risicoanalysemethode (HAZOP, What-if, LOPA, foutenboom, gebeurtenissenboom, enz.) of combinatie van verschillende methoden;

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 250 26/03/24 14:21



PARTNER

> het verzamelen van informatie die nodig is voor de risicoanalyse: plannen, functionele schema's, processen instrumentatiediagrammen (P&ID's), veiligheidsinformatiebladen (SDS), resultaten van modellen, enz.;
> de uitvoering van de methode, door het faciliteren van werkgroepen om:
> de beoordelingsschalen en het risicobeoordelingsschema op te stellen;

> de risico's te identificeren, te beschrijven en te evalueren;
  > barrières voor risicobeheersing en de bijbehorende betrouwbaarheidsniveaus te bepalen;
  > een samenvattend document op te stellen, met een actieplan met prioriteiten;
  > bijstand bij de uitvoering van het actieplan, eventueel in het kader van een beheerssysteem.

Voor vergunningsaanvragen met betrekking tot SEVESO-sites kunnen wij risico-identificatieverklaringen (RIV's) of veiligheidsstudies (VS's) uitvoeren. Voor deze laatste kunnen wij de modellering van scenario's voor zware ongevallen uitvoeren.

Voor wie?

Elk bedrijf dat zijn industrieel risicobeheer wil verbeteren (SEVESO of niet). Elk SEVESO-bedrijf dat een vergunningsaanvraag wil indienen.

Praktische informatie

Plaats: binnen uw bedrijf (risicoanalyses)
Duur: variabel, naargelang de complexiteit en het aantal analyses

Voor meer informatie betreffende deze dienst mag u steeds contact opnemen met uw contactpersoon binnen Cohezio. U kan ons ook steeds contacteren op ons algemeen nummer 02 533 74 11 of via info@cohezio.be.

REF. ser_22/D/903

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 251 26/03/24 14:21





9. Leadership - Management

Opleiding

Terug aan het werk na kanker, een zeer actuele kwestie



Anticiperen op de terugkeer naar het werk na kanker en er goed mee omgaan is niet alleen mogelijk maar ook noodzakelijk, rekening houdend met alle uitdagingen waarmee de bedrijfswereld te maken krijgt.

Nu het rekruteren van personeel steeds moeilijker wordt en organisaties moeten werken aan een inclusiever imago, hebben ze er alle belang bij hun medewerkers te helpen om opnieuw aan de slag de gaan na een langdurige afwezigheid. Daarnaast maakt de terugkeer naar het werk ook deel uit van het genezingsproces van deze personen, die hun plaats in de maatschappij en in het bedrijf opnieuw zullen gaan innemen. Het is dus een win-winsituatie, zowel voor werkgevers als voor werknemers. We bieden jullie een opleiding aan van 2 dagen over de uitdagingen bij de terugkeer naar het werk. In onze benadering is zowel ruimte voor interactie als voor denkoefeningen.

Doelstellingen

Begrijpen wat de uitdagingen zijn bij een werkhervatting na kanker en ontdekken hoe medewerkers zo goed mogelijk begeleid kunnen worden bij hun terugkeer naar het werk.

Na de opleiding ga je naar huis met tools, goede praktijken en concrete acties die je meteen kunt toepassen in je werkomgeving. Zo kunnen jullie samen een bedrijfsspecifieke aanpak uitwerken voor die terugkeer naar het werk en de werkhervatting van collega's in optimale omstandigheden laten plaatsvinden.

De volgende zaken komen aan bod:

> mensen sensibiliseren rond de aanpak van een terugkeer naar het werk van iemand met kanker;

> ontdekken dat een geslaagde terugkeer naar het werk een win-winsituatie is;

> het belang van die terugkeer naar het werk in zijn context plaatsen: wetsontwerp Vandenbroucke - war for talent – imago van het bedrijf – werknemers die massaal ontslag nemen;

> mensen bewustmaken van de rol die is weggelegd voor hr, de leidinggevende, de collega's, de medewerkers en invoering van het collectief proces;

> geweldloze communicatie ontwikkelen als essentiële tool;

> uiteenlopende verwachtingen en tijdsgebonden aspecten met elkaar verzoenen.

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 254 26/03/24 14:21



Inhoud

Dit vernieuwende traject biedt verschillende modules met lectuur om denkpistes aan te reiken voor de terugkeer naar het werk, wat een collectief proces is. Deelnemers worden gesensibiliseerd rond de verschillende stappen die erbij komen kijken en gaan achteraf naar huis met concrete oplossingen. Tijdens overleg- en denkmomenten in kleinere groepen of met de hele groep zullen jullie samen creatieve oplossingen uitwerken die bruikbaar zijn in jullie specifieke werkomgeving.

> 1e dag:

Kennismaking met en beheer van de 5 stappen: van de aangifte van de ziekte tot de terugkeer naar het werk en van de rol als leidinggevende of persoon van hr tijdens die verschillende stappen. Als uitgangspunt nemen we de thesis van MICHIEL A. GREIDANUS, *Enhancing the return to work of cancer survivors* – (De terugkeer naar het werk verbeteren voor mensen die kanker hebben overwonnen) en het programma “Reconnect”, een online platform dat werd ontwikkeld door de Stichting tegen Kanker.

> 2e dag:

8 criteria die een terugkeer naar het werk vergemakkelijken. Onze leesmodule is gebaseerd op het boek *Meanderen door een bewegend land*, geschreven door Els de Wit en Mie Baert. We nodigen je uit om aandacht te besteden aan deze 5 stappen en 8 criteria. Dat maakt het mogelijk om het te implementeren proces voor de terugkeer naar het werk te sturen en zo oorzaken van conflicten, frustratie enz. te vermijden. Op die manier zorg je er ook mee voor dat de terugkeer naar het werk van je medewerkers integraal deel uitmaakt van hun genezingsproces.

Voor wie?

Voor mensen van hr en leidinggevenden, ongeacht hun activiteitensector.

Trainer

Coaches en trainer-coaches die onder andere opgeleid zijn door de Stichting tegen Kanker en die ervaring hebben in human resources.

Praktisch

Duur: de opleiding wordt gegeven tijdens 2 opeenvolgende dagen, in het Nederlands of in het Frans.
Plaats: de opleiding kan worden gegeven in de lokalen van uw bedrijf of in onze lokalen.

Niet gevonden wat u zocht in deze selectie van ons aanbod?
Wij helpen u graag verder. Băo academy • 02 289 68 25 • info@baoacademy.be

REF. bao_22/O/248

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 255 26/03/24 14:21

Opleiding

Hoe ga ik om met veranderingen in de teams?



Er zijn mensen die ervoor zorgen dat de zaken gebeuren; er zijn mensen die zien dat de zaken gebeuren en er zijn mensen, enz. die zich afvragen wat er is gebeurd.

Doelstellingen

In de natuur verandert alles voortdurend. De verandering die in deze wereld overal aanwezig en onvermijdelijk is, wordt binnen bedrijven echter vaak als negatief ervaren.

We nodigen de deelnemers uit om participatieve en veerkrachtige spelers te worden, die zich ervan bewust zijn dat het een voordeel is als je openstaat voor verandering.

Tijdens deze module zullen we voornamelijk het menselijke aspect van change management behandelen.

- **Bewustwording van het eigen functioneren, meer bepaald ten opzichte van verandering: verzetten we ons of geven we blijk van veerkracht?**
- **Hoe kunnen we het functioneren van anderen begrijpen en zorgen voor een positieve en constructieve dynamiek binnen een team?**
- **Hoe creëren we een participatieve omgeving die authentieke communicatie bevordert?**
- **Hoe maken we zoveel mogelijk medewerkers warm voor het proces van verandering?**

Inhoud

De workshop zal voornamelijk bestaan uit het onderzoeken van zeer concrete gevallen, het analyseren van situaties die de personen in hun werkomgeving meemaken en praktische oefeningen die in perspectief zullen worden geplaatst, stukken theorie, sleutels voor interpretatie en concrete hulpmiddelen.

Op basis daarvan zullen we één van deze hulpmiddelen voorstellen:

- de eigen manier van functioneren en die van anderen alsook de sterke en zwakke punten m.b.t. verandering identificeren en begrijpen (model van sociale stijlen, individuele waarden en waarden van de organisatie, enz.);
- de angst en weerstand ten opzichte van verandering herkennen, de inherente manieren om met die angsten om te gaan en de mogelijkheden om ze te doorbreken identificeren;
- de eigen emoties en die van anderen leren herkennen en beheersen;
- processen gebruiken van collectieve intelligentie (STOP/KEEP/START, SWOT, enz.), peer coaching.;
- een doeltreffende communicatie ontwikkelen en hulpmiddelen voor coaching doorgeven om de medewerkers te inspireren, zodat ze niet langer toekijken, maar ook actief meewerken.

Voor wie?

Iedereen die betrokken is bij change management binnen een bedrijf, en meer bepaald leidinggevenden, project- en teamverantwoordelijken, hr-medewerkers.

Trainer

De opleiding wordt gegeven door gecertificeerde en ervaren senior coaches van **Bão academy**.

Praktische informatie

Duur: 2 dagen.
Plaats: de sessie kan zowel plaatsvinden in uw bedrijf als in ons opleidingscentrum.
Een syllabus wordt ter beschikking gesteld van de deelnemers.

Niet gevonden wat u zocht in deze selectie van ons aanbod?
Wij helpen u graag verder. Bão academy • 02 289 68 25 • info@baoacademy.be

REF. bao_20/O/081

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 256 26/03/24 14:21

Opleiding

De participatieve leader – “De kracht van verbinding maken”



De tijd van top-down management is voorbij. Samenwerking op alle niveaus is de snelweg naar succes, weg van de silo-mentaliteit, weg van het hiërarchisch denken. Hoe kan je dit verwezenlijken op alle niveaus van de organisatie?

Doelstellingen

Ook al weten we dat paternalisme, autoritarisme, regelgeving zonder overleg, “waarom-daarom”, “Ik ben de baas”- cultuur niet meer werkt, toch vallen nog veel teams en hun hiërarchie op deze managementstijl terug. De gevolgen laten zich makkelijk voorspellen: gebrek aan initiatief, weinig durf, “innovatie” die van bovenaf wordt gestuurd, kortom: een klimaat van controle en immobilisme. Deze workshop geeft je tools om een nieuwe wind te doen waaien. Managers en/of medewerkers werken aan een nieuwe attitude waarbij ze hun individuele competenties en vakkennis optimaal kunnen inzetten, rekening houdend met externe factoren zoals financiële objectieven en hiërarchische positie.
We zetten in op dé sleutelfactor voor performance en teamsucces, namelijk: VERBINDING, de kwaliteit van de onderlinge relaties.

> **Sterke banden die stand houden, ook als obstakels “buiten onze controle” de kop opsteken.**
> **Enthousiasme om samen te werken aan ambitieuze gemeenschappelijke doelen.**
> **Een klimaat waar onenigheid getransformeerd wordt in hulpbronnen en verschillen in complementariteit: “we agree to disagree”.**

Inhoud

We inspireren ons op de modellen van o.a. Will Schutz en Patrick Lencioni.

De personen gaan aan de slag met tools om de groepsdynamica te versterken zodat elk teamlid een bijdrage levert voor het slagen van de projecten.

Deelnemers maken een diagnose van de actuele toestand van hun team(s). Met deze barometer detecteren ze de noden en cruciale pijnpunten. Van daaruit ontwikkelen ze interventies om de team-performance te optimaliseren.

De hoofdthema’s die aan bod komen:

> de positie van de manager: een sleutelrol maar niet de enige;
> ruimte creëren voor participatief leiderschap;
> de medewerkers uitnodigen om als verantwoordelijke volwassenen te handelen en initiatief te nemen;
> die verantwoordelijkheden delegeren die kunnen gedelegeerd worden en een follow-up verzekeren;
> processen van collaboratieve decision making;
> processen van collectieve intelligentie.

Voor wie?

Professionals die resoluut kiezen voor participatief, inspirerend leiderschap, die een coach willen zijn in plaats van een “baas”.

Trainer

De opleiding wordt gegeven door gecertificeerde en ervaren senior coaches van **Bão academy**.

Praktische informatie

Duur: 2 dagen.

Plaats: de sessie kan zowel plaatsvinden in uw bedrijf als in ons opleidingscentrum. Een syllabus wordt ter beschikking gesteld van de deelnemers.

Niet gevonden wat u zocht in deze selectie van ons aanbod?
Wij helpen u graag verder. Bão academy • 02 289 68 25 • info@baoacademy.be

REF. bao_20/O/082

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 257 26/03/24 14:21

Opleiding

De enthousiaste leader – “Het vuur aanwakkeren”



“Enthousiasme ligt aan de basis van elke vooruitgang.”
Henry Ford

Doelstellingen

Ontgoocheling, verlies van zingeving of vertrouwen, gevoel van machteloosheid, enz. Wat te doen wanneer “ik wil niet meer”, “ik durf niet meer” of “ik geloof er niet meer in” legio worden? Wanneer mensen slechts nog maar lijfelijk aanwezig zijn op het werk? Hoe absenteïsme tegengaan? Hoe verloren enthousiasme terug vuur geven en de passie bij medewerkers aanwakkeren?

Op het einde van dit parcours hebben de personen gelegenheid gehad om:

- **zich te verbinden met hun persoonlijke professionele motivatie en bronnen van inspiratie;**
- **het vertrouwen te ontwikkelen dat nodig is om Doelstellingen te bereiken;**
- **te identificeren welke de meest gebruikte strategieën zijn om ons innerlijk vuur te doven: klagen, angsten, fatalisme, verloren ambitie, enz.**

De personen zullen in staat zijn de symptomen van “burn-out” en “bore-out”, persoonlijk en in hun teams te detecteren om er zo op te kunnen anticiperen.
Ze zullen specifieke technieken leren hanteren om het vuur levendig te houden (bij zichzelf en bij de anderen) en zo ruimte te creëren voor innovatie en creativiteit in het dagelijks leven. Zo kunnen burn-out en bore-out worden vermeden.

Inhoud

In dit parcours (her)ontdekken we de concepten van onder meer Bateson, Herzberg en Maslow om ze concreet te gebruiken op het terrein.

We staan stil bij:

- Wat verbindt mij met mijn diepe motivatie en wat kan mijn innerlijk vuur stoppen?
- Wat is zinvol en wat geeft zin aan mijn werk?
- Wat boost mijn zelfvertrouwen en dat van anderen?

Tijdens dit traject zullen ook creatieve en symbolische technieken gebruikt worden, naast stimulerende ademhalingsoefeningen en andere verrassende activiteiten.

Voor wie?

Deze workshop richt zich tot ieder die (opnieuw) in contact wil komen met haar/zijn diepste motivatie en met de kunst om enthousiasme over te brengen.

Trainer

De opleiding wordt gegeven door gecertificeerde en ervaren senior coaches van **Bão academy**.

Praktische informatie

Duur: 2 dagen.

Plaats: de sessie kan zowel plaatsvinden in uw bedrijf als in ons opleidingscentrum. Een syllabus wordt ter beschikking gesteld van de deelnemers.

Niet gevonden wat u zocht in deze selectie van ons aanbod?
Wij helpen u graag verder. Bão academy • 02 289 68 25 • info@baoacademy.be

REF. bao_20/O/083

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 258 26/03/24 14:21

Opleiding

De moedige leader – “Leiden met lef”



“Kom naar de rand, zei hij. We kunnen niet meester, we zijn bang. Kom naar de rand. Ze kwamen, hij duwde. Ze vlogen... “
Guillaume Apollinaire.

In een veeleisende wereld, waar een enorme druk bestaat om resultaten te behalen en waar falen geen optie is, is het nemen van beslissingen een moedige daad. Beslissingen kunnen immers verregaande gevolgen hebben (reële of denkbeeldige); wat onbewust oude angsten kan wakker maken en twijfel en onzekerheid kan teweegbrengen bij medewerkers op alle niveaus. Angst om afgewezen of bekritiseerd te worden, angst om te worden geviseerd of conflicten te veroorzaken, angst om zich te vergissen, enz. Vaak is er sprake van tegenstrijdige verplichtingen, waardoor een bevredigende oplossing onmogelijk lijkt, enz.

Doelstellingen

Al die factoren scheppen een klimaat waar knopen niet worden doorgehakt, waar geen duidelijkheid is, waar niet gecommuniceerd wordt over beslissingen en waar de gekozen richting telkens in vraag wordt gesteld.

Deze workshop reikt de teams en hun leidinggevenden technieken aan om meer lef te ontwikkelen, angsten te overwinnen en verbinding te maken met de kracht van keuze en creativiteit.

Het doel is het anders denken te stimuleren en een klimaat te scheppen waar risico’s nemen aangemoedigd wordt, waar de medewerkers niet bang zijn om beslissingen te nemen, onafhankelijk van hun graad van verantwoordelijkheid. Aanstekelijke en creatieve optimisten worden is de boodschap.

Inhoud

Via methodes uit de energetische psychologie en via creatieve processen die de collectieve intelligentie aanwakkeren (open forum, Walt Disney-strategie, speed coaching en metaforen) leren de personen de nodige energie te mobiliseren om te durven beslissen en innoveren.

> Aanwakkeren van de creativiteit, vertrouwen opbouwen, lef aanmoedigen bij teams en individuen.
> Angst en weerstand opsporen om zichzelf te overstijgen en zich in te zetten.
> Krachtige en innoverende technieken praktisch toepassen om gelatenheid te bestrijden.
> Beperkende overtuigingen overwinnen en het volledige eigen potentieel aan creatieve keuzes ontwikkelen.
> Uitgedaagd worden om creatief problemen op te lossen door in een onbekende en ongewone context te worden geplaatst.
> Out of the box handelen om nieuwe creatieve strategieën te koppelen aan de professionele realiteit.
> Contact maken met de zin voor avontuur, spel, adrenaline en positieve stress door te durven creëren.

Voor wie?

Voor iedereen die daadkrachtig beslissingen wil nemen en die ook succesvol wil implementeren in de organisatie.

Trainer

De opleiding wordt gegeven door gecertificeerde en ervaren senior coaches van **Băo academy**.

Praktische informatie

Duur: 2 dagen.

Plaats: de sessie kan zowel plaatsvinden in uw bedrijf als in ons opleidingscentrum. Een syllabus wordt ter beschikking gesteld van de deelnemers.

Niet gevonden wat u zocht in deze selectie van ons aanbod?
Wij helpen u graag verder. Băo academy • 02 289 68 25 • info@baoacademy.be

REF. bao_20/O/084

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 259 26/03/24 14:21

Opleiding

De open leader – “Leiderschap zonder grenzen”



Generatie Y, multiculturaliteit, genderverschillen, taalgevoeligheid, niet-discriminatie, enz. Allemaal uitdagingen voor de leidinggevende, die hiervoor vooral een houding van mentor dient te ontwikkelen voor zichzelf en voor al zijn medewerkers, hoe verschillend ze ook mogen zijn.

Doelstellingen

De tijd waarin iemands titel, plaats en erkenning voornamelijk gebaseerd was op anciënniteit ligt achter ons. In veel bedrijven geldt tegenwoordig het principe van de ‘meritocratie’, dat vooral gebaseerd is op iemands huidige verwezenlijkingen en verdiensten en waarbij andere criteria worden gehanteerd.

In dit nieuwe paradigma zal het erop aankomen te onderzoeken:

- **hoe er constructief kan worden samengewerkt met de verschillende professionele actoren, ondanks hun soms zeer uiteenlopende achtergronden: geslacht, leeftijd, cultuur, politieke overtuiging, taal, sociale klasse, enz.**
- **hoe een plaats kan worden gegeven aan ieder individu en hoe de verschillen kunnen worden gezien als een verrijking**
- **hoe vooroordelen, angsten en frustraties die kunnen leiden tot intolerantie en afwijzing, kunnen worden overwonnen.**

Inhoud

Via praktische concepten, gebaseerd op het werk van onder meer Ofman, Schutz, Belbin en Ruiz komt het erop aan om:

- een dynamiek van openheid en tolerantie te creëren en van daaruit samen te werken;
- onderlinge afhankelijkheid te bevorderen door afhankelijkheid en rebelsheid in te ruilen voor gezonde autonomie ten voordele van het collectieve;
- de behoefte om gelijk te halen in te ruilen voor openheid voor wat de ander te bieden heeft.

Er zullen ook een aantal «rites of passage» plaatsvinden, rituelen om de diversiteit te vieren en de onderlinge solidariteit te versterken.

Voor wie?

Voor al diegenen die concrete pistes willen om de organisatie duurzaam te houden dankzij een gezonde kennisoverdracht, zowel op het vlak van kunnen als zijn. Voor teams die verder willen gaan in het benutten van de onderlinge complementariteit.

Trainer

De opleiding wordt gegeven door gecertificeerde en ervaren senior coaches van **Bão academy**.

Praktische informatie

Duur: 2 dagen.

Plaats: de sessie kan zowel plaatsvinden in uw bedrijf als in ons opleidingscentrum. Een syllabus wordt ter beschikking gesteld van de deelnemers.

Niet gevonden wat u zocht in deze selectie van ons aanbod?
Wij helpen u graag verder. Bão academy • 02 289 68 25 • info@baoacademy.be

REF. bao_20/O/085

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 260 26/03/24 14:21

Opleiding

De authentieke leader – “Recht voor de raap”



Niets is oorverdovender dan de stilte.

Doelstellingen

Hoeveel projecten falen niet door een gebrekkige communicatie? Hoeveel doelstellingen worden er gemist omdat competitie het haalt van samenwerking? Hoeveel politiek correcte, nietszeggende meetings zijn er niet, waar niemand de vinger durft te leggen op de zere plek, enz. en als dat toch gedaan wordt, dan gebeurt het op een destructieve manier? Hoeveel mensen lopen gedemotiveerd rond door de roddels, veronderstellingen en publieke geheimen?
In deze training ontsluieren we de mechanismes die een open communicatie blokkeren en onderzoeken we de gevolgen van dit gebrek aan authentieke dialoog. We gaan na welke concrete hulpbronnen nodig zijn om een gezonde feedback en ‘feedforward’ in de organisatiecultuur in te voeren. Hoe kunnen we een klimaat creëren dat uitwisseling, constructieve conflicten en creatief debatteren bevordert?
Hoe kunnen we ervoor zorgen dat feedback een reflex wordt in de organisatiecultuur, als bron van vooruitgang en verbetering? Hoe creëren we een organisatie waar iedereen vrijuit kan spreken, ongeacht het niveau van zijn verantwoordelijkheden, zonder daardoor een doelwit te worden voor veroordeling of sancties? Een organisatie waar (o.a. relationele) problemen op een open manier worden aangekaart met de betrokken personen?

Inhoud

Naast de theoretische concepten en wetenschappelijke onderbouw zullen we vooral werken met typische, concrete situaties vanuit de professionele realiteit van de personen, doorspekt met praktische oefeningen (o.a. systeemopstellingen en body-mindoefeningen).

We gaan aan de slag met de inzichten uit het werk van M. Rosenberg, B. Hellinger, E. Berne en S. Karpman, M. Ruiz, W. Shut zen L. Bourbeau. Zo verkennen we de volgende thema’s:

> de nadelen van het rechtuit zeggen van de zaken en de voordelen van zwijgen;

> de 5 grote angsten die ons beletten helemaal authentiek te zijn;

> transparant of selectief authentiek zijn: moet alles wel gezegd worden?

> welwillend luisteren en zacht confronteren;

> het verband tussen authenticiteit, zelfvertrouwen en kwetsbaarheid.

Voor wie?

Deze workshop is voor leiders die een cultuur van positieve feedback willen invoeren of versterken in hun teams.

Trainer

De opleiding wordt gegeven door gecertificeerde en ervaren senior coaches van **Băo academy**.

Praktische informatie

Duur: 2 dagen.

Plaats: de sessie kan zowel plaatsvinden in uw bedrijf als in ons opleidingscentrum. Een syllabus wordt ter beschikking gesteld van de deelnemers. deelnemers.

Niet gevonden wat u zocht in deze selectie van ons aanbod?
Wij helpen u graag verder. Băo academy • 02 289 68 25 • info@baoacademy.be

REF. bao_20/O/086

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 261 26/03/24 14:22

Opleiding – Manager coach

De fundamenten van leidinggevende en relationele coaching



Een medewerker die over de nodige tools beschikt, is de beste troef om het welzijn en de prestaties van de organisatie te garanderen.

Doelstellingen

Deze globale opleiding biedt de deelnemers relationele tools aan. Die tools bieden de mogelijkheid om de juiste houding aan te nemen die nodig is om instemming te krijgen bij gemeenschappelijke projecten. Personeelsleden die "goed in hun vel zitten", die het eens zijn met de visie van de organisatie en handelen in harmonie met hun diepste persoonlijke verlangens, zijn de basis om tot evenwicht en persoonlijk en collectief succes te komen. Het gaat erom daadwerkelijk en duurzaam het gedrag en de houding van teamverantwoordelijken te veranderen, door hen te sensibiliseren i.v.m. het nut van de "dubbele pet": die van "leidinggevende" en die van "coach", om die in te zetten bij situaties die men op het terrein meemaakt. Deze houding biedt o.a. de mogelijkheid om het risico op een burn-out in het team te voorkomen en om tegelijkertijd de eerste tekenen van burn-out bij de medewerkers te kunnen opmerken.

Inhoud

De deelnemers, al dan niet van verschillende organisaties, hebben de gelegenheid om onder gelijken vooruitgang te boeken. Zij werken via de opleiding en via "individuele groepscoaching" (of peer coaching) aan hun doelstellingen, door een beroep te doen op het vermogen en de kracht van de groep. Elk van de deelnemers stelt een doelstelling inzake professionele ontwikkeling voorop, die in de loop van het traject opnieuw wordt bepaald en wordt aangepast.

Er worden tijdens dit traject drie hoofdpijlers onderzocht:

> het opnieuw activeren van de kracht om te kiezen: het gaat erom de eigen manier van functioneren te ontdekken: hoe reageer ik? Welke zijn de denkschema's waardoor ik me onbewust laat leiden? Hoe kan ik afstand nemen in een bepaalde situatie om terugkerende patronen achter me te laten?

> de feedbackcultuur: de deelnemer zal zijn communicatiestijlen concreet ontdekken, zal het zich kunnen veroorloven zijn angsten (om niet te behagen, om af te zien van iets, om zich te vergissen, enz.) te overwinnen om dialoog en debat mogelijk te maken, terwijl ongezonde conflicten worden vermeden;

> de beginselen van het coachen: dankzij de tools die men de eerste dagen aanleert, maakt de deelnemer kennis met het basisproces van coaching: hoe kunnen we onze doelstelling bepalen en welke zijn de voorwaarden om die goed te formuleren, zodat ze toepasselijk, concreet en haalbaar wordt? Hoe werkt dit in de praktijk? Welke middelen en welke belemmeringen zijn er? Welke zijn de mogelijke opties en welk actieplan moet er worden ingevoerd?

Voor wie?

Elke onderneming of organisatie die de leidinggevende prestaties van haar medewerkers en teams op een duurzame manier wil verbeteren door autonomie en verantwoordelijkheidsgevoel te stimuleren: directieteam, kaderleden, managers, projectleiders, verkopers, ploegbazen, enz.

Trainer

De opleiding wordt gegeven door gecertificeerde en ervaren senior coaches van **Băo academy**.

Praktische informatie

Duur: 6 dagen.
Plaats: de sessie kan zowel plaatsvinden in uw bedrijf als in ons opleidingscentrum. Deze opleiding is ook mogelijk in ons opleidingscentrum op basis van individuele deelname (open opleiding).
Een syllabus wordt ter beschikking gesteld van de deelnemers.

Niet gevonden wat u zocht in deze selectie van ons aanbod?
Wij helpen u graag verder. Băo academy • 02 289 68 25 • info@baoacademy.be

REF. bao_20/O/087

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 262 26/03/24 14:22

Opleiding

Krachtige communicatie: goed luisteren en een assertieve houding aannemen



Er bestaat geen doeltreffende communicatie zonder een gezonde relatie met de ander en met onszelf.
Wat we zeggen of niet zeggen en wat we doen of laten, wordt geïnterpreteerd door de mensen in onze omgeving.
We zijn aan het communiceren, of we dat nu willen of niet.

Doelstellingen

Ontdek wat en hoe mensen communiceren. Ontwikkel zelf vaardigheden om je boodschap zo precies en efficiënt mogelijk over te brengen. Je gaat aan het werk met de verschillen tussen subjectiviteit en objectiviteit.

Inhoud

De methodologie van **Băo academy** vindt haar oorsprong in diverse kennisvelden (NLP, Transactionele Analyse, Gestalt, neurowetenschappen, geweldloze communicatie, enz.).

Onze aanpak richt zich op de ervaringen van je dagelijkse praktijk en is dus rechtstreeks toepasbaar op jouw realiteit.

> Actief luisteren is een absolute must.
> Omgaan met het para-verbale.
> Objectiviteit en perceptie bepalen hoe je de ander ziet.
> Herformuleren om zeker te zijn van de juiste boodschap.
> Hoe je tijd kunt winnen door het uitwisselen van relevante informatie.
> De kunst van het vragen stellen.
> Hoe je je kunt inleven in de wereld van de ander of hoe je empathie kunt tonen.
> Duidelijk communiceren met respect voor de ander.

Voor wie?

Iedereen die met succes een boodschap wil overbrengen.

Trainer

De opleiding wordt gegeven door gecertificeerde en ervaren senior coaches van **Băo academy**.

Praktische informatie

Duur: 2 dagen.

Plaats: de sessie kan zowel plaatsvinden in uw bedrijf als in ons opleidingscentrum. Een syllabus wordt ter beschikking gesteld van de deelnemers.

Niet gevonden wat u zocht in deze selectie van ons aanbod?
Wij helpen u graag verder. Băo academy • 02 289 68 25 • info@baoacademy.be

REF. bao_20/O/088

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 263 26/03/24 14:22

Opleiding

Spreken in publiek: kom op verhaal!



De persoonlijke nachtmerrie van een spreker kan verschillende vormen aannemen. Hoe krijg je die negatieve stemmetjes uit je hoofd en breng je een boeiend verhaal voor een publiek?

Doelstellingen

> **Sta met "goesting" en enthousiasme voor een publiek!**

> **Creëer een band met je toehoorders, zorg voor een warme sfeer en geniet ervan jezelf uit te drukken.**

> **Na deze training vol handige, meteen toepasbare tips en praktische knowhow (met persoonlijke feedback) voel jij je als een vis in het water als je presentaties geeft.**

Inhoud

Onze inspiratie halen we uit verschillende kennisgebieden: NLP, Transactionele Analyse, Gestalt, neurowetenschappen, enz. We doen dit aan de hand van praktische oefeningen die verband houden met jouw realiteit.

> De voorbereiding: mijn publiek, mijn verhaal, mijn lichaamstaal.
> Van stress naar flow als je voor een publiek staat: leer te werken met je bekende en verborgen troeven.
> Spelen met je ademhaling.
> De kracht van je stem: intonatie, ritme en volume.
> Contact met je publiek, spelen met stiltes.
> De "do's en don'ts" van lichaamstaal.
> Leren inspelen op verschillende soorten publiek en omgaan met "lastige" personen.
> De geheimen van een visuele presentatie.
> 10 gouden tips om een boeiend en gestructureerd verhaal op te bouwen.

Voor wie?

Iedereen die weleens voor een groep spreekt. Van een manager die zijn team toespreekt tot iemand die een conferentie geeft.

Trainer

De opleiding wordt gegeven door gecertificeerde en ervaren senior coaches van **Băo academy**.

Praktische informatie

Duur: 2 dagen.

Plaats: de sessie kan zowel plaatsvinden in uw bedrijf als in ons opleidingscentrum. Een syllabus wordt ter beschikking gesteld van de deelnemers.

Niet gevonden wat u zocht in deze selectie van ons aanbod?
Wij helpen u graag verder. Băo academy • 02 289 68 25 • info@baoacademy.be

REF. bao_20/O/089

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 264 26/03/24 14:22

Opleiding

Leiding geven: een nederig gebeuren



"Een voorbeeld zijn voor anderen is niet de voornaamste manier om anderen te beïnvloeden, het is de enige manier."
Albert Einstein

Bestaat er zoiets als een geboren leider? Als dat al het geval zou zijn, geldt dat waarschijnlijk maar voor een beperkt aantal gelukkigen. Maar geen nood: leidinggeven en motiveren kan je leren.

Doelstellingen

Als manager, afdelingshoofd of verantwoordelijke wil je anderen in beweging krijgen en sta je in voor het optimaal functioneren van je team. Al vlug merk je dat iedereen aansturen op dezelfde manier niet altijd zijn vruchten afwerpt en niet automatisch dezelfde resultaten oplevert.

Als leider met een coachende attitude kies je zelf je leiderschapsstijl en kan je die moeiteloos afstemmen op je medewerkers.

Je persoonlijke communicatiestijl wordt dan een sleutel om samen betere resultaten te behalen.

Inhoud

> Wat is het verschil tussen managen en leiden?
> Verschillende stijlen van leidinggeven, aangepast aan diverse teamleden en hun specifieke taken.
> Leiderschap: *«it's not about you, it's about them».*
> Ga aan de slag met je persoonlijke kwaliteiten, valkuilen en aandachtspunten als leidinggevende.
> Je visie kracht bijzetten.
> Omgaan met weerstand, personen die niet meewerken en kritische mensen.
> Het beste in je teamleden naar boven halen.
> Effectief samenwerken en een sterke groepsgeest creëren.
> Het meten van de reële impact van je acties en verantwoordelijkheden.
> Creativiteit en initiatief stimuleren in je team.

Voor wie?

Iedereen die een leidinggevende functie heeft, een team aanstuurt of een project leidt. Verder kan iedereen die een impuls aan zijn/haar carrière wil geven, inspiratie vinden in deze concrete en praktijkgerichte training.

Trainer

De opleiding wordt gegeven door gecertificeerde en ervaren senior coaches van **Bão academy**.

Praktische informatie

Duur: 2 dagen.

Plaats: de sessie kan zowel plaatsvinden in uw bedrijf als in ons opleidingscentrum. Een syllabus wordt ter beschikking gesteld van de deelnemers.

Niet gevonden wat u zocht in deze selectie van ons aanbod?
Wij helpen u graag verder. Bão academy • 02 289 68 25 • info@baoacademy.be

REF. bao_20/O/810

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 265 26/03/24 14:22

Opleiding

De mindful leader: hoe word ik een efficiëntere leider?



“Mindfulness” is een handige tool om de “automatische piloot” waarop we maar al te vaak functioneren, uit te schakelen en een efficiëntere leider te worden.

Doelstellingen

“Mindfulness” is leren om in het hier en nu te zijn, om echt aanwezig te zijn bij wat er gebeurt. Het helpt ons om onze onrustige geest en onze constante vragen, angsten en zorgen over de toekomst tot rust te brengen.
Veel leidinggevenden richten hun aandacht op visie en strategie, maar het is minstens even belangrijk te leren om zich meer bewust te zijn van wat er in het hier en nu gebeurt, om de eigen emoties te begrijpen en op een rustige en doordachte manier om te gaan met mogelijk stresserende situaties.
“Mindfulness” helpt om de emotionele en relationele intelligentie te ontwikkelen, beter om te gaan met stress en betere beslissingen te nemen (vanuit bewustzijn in plaats van reactief).
De integratie van ratio en emotie is cruciaal voor een performant management. In het moment aanwezig zijn zorgt ervoor dat we de mogelijkheden zien en dat we meer creativiteit en een efficiënter leiderschap ontwikkelen.
Talrijke wetenschappelijke studies hebben aangetoond dat het beoefenen van “Mindfulness” de weerstand tegen stress en burn-out verhoogt.
Dankzij deze opleiding zal je “Mindfulness” een plek kunnen geven in je dagelijks leven.

Inhoud

Het betreft hier een zeer volledige initiatie, moduleerbaar op basis van de tijd die de personen eraan willen besteden.

De deelnemers zullen kennismaken met “Mindfulness” door middel van:

> een beetje theoretische achtergrond;

> de praktijk met geleide mindfulnessmeditaties, in verschillende houdingen (zittend, liggend, stappend, tijdens het beoefenen van yoga, enz.);

> eenvoudige bewegingsoefeningen vanuit volle aandacht;

> groepsdiscussies om vorderingen te maken in de praktijk;

> specifieke oefeningen om een mindful leader te worden;

> ervaringen om beter om te gaan met stress, afstand te nemen en meer bewust keuzes te maken;

> het aanleren van sessies om individueel te oefenen, thuis of op het werk.

Voor wie?

Voor iedereen, en vooral voor personen in een leidinggevende rol.

Trainer

De opleiding wordt gegeven door gecertificeerde en ervaren senior coaches van **Bão academy**.

Praktische informatie

Duur: 4 x 1 halve dag.
Plaats: de sessie kan zowel plaatsvinden in uw bedrijf als in ons opleidingscentrum.
Gemakkelijke kledij en yogamat meebrengen, een meditatiekussen is optioneel.

Niet gevonden wat u zocht in deze selectie van ons aanbod?
Wij helpen u graag verder. Bão academy • 02 289 68 25 • info@baoacademy.be

REF. bao_20/O/811

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 266 26/03/24 14:22

Opleiding

Omgaan met conflicten en agressie



Of het nu gaat om medewerkers, collega's, directieleden, klanten of leveranciers: soms moeten we samenwerken met personen die zich agressief gedragen of die voor conflicten zorgen.

Doelstellingen

Tijdens deze workshop gaan we op zoek naar de oorzaak en de betekenis van disfunctioneel gedrag, om te kijken hoe we er op een kalme en doeltreffende manier mee kunnen omgaan en hoe we het gewenste niveau van samenwerken kunnen bekomen.

Na afloop van de opleiding zullen de deelnemers beschikken over tools voor het omgaan met agressief gedrag en conflicten op het werk.

Inhoud

Wij werken altijd op basis van concrete gevallen, aangereikt door de deelnemers: situaties die ze hebben meegemaakt in hun werkomgeving.

Om die moeilijkheden te omzeilen worden verschillende tools voorgesteld, afkomstig uit het Neurolinguïstisch programmeren (NLP), de Transactionele Analyse (TA) en de Geweldloze Communicatie. Die zullen ons helpen om:

> de diepere beweegredenen van mensen te begrijpen en manieren te vinden om erop te reageren of om ze bij te sturen;

> de positieve intentie te vinden die schuilgaat achter het ongepaste gedrag;

> de verdedigingsmechanismen te begrijpen en ze tegen te gaan wanneer ze ongepast zijn;

> beter om te gaan met spanningen en conflicten die worden veroorzaakt door dat gedrag;

> de eigen assertiviteit te ontwikkelen;

> een uitweg te vinden uit toxische relaties.

Voor wie?

Voor iedereen die samenwerkt of in contact komt met mensen in situaties waar sprake is van onder meer spanning, conflict en frustratie, en iedereen die te maken krijgt met agressief gedrag.

Trainer

De opleiding wordt gegeven door gecertificeerde en ervaren senior coaches van **Bão academy**.

Praktische informatie

Duur: 2 dagen.

Plaats: de sessie kan zowel plaatsvinden in uw bedrijf als in ons opleidingscentrum. Een syllabus wordt ter beschikking gesteld van de deelnemers.

Niet gevonden wat u zocht in deze selectie van ons aanbod?
Wij helpen u graag verder. Bão academy • 02 289 68 25 • info@baoacademy.be

REF. bao_20/O/812

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 267 26/03/24 14:22

Opleiding

Hoe ga ik om met emoties en stress met behulp van de EFT?



Kennismakingsdag rond EFT (Emotional Freedom Technique)

"Laten we niet vergeten dat de kleine emoties de grote kapiteins van onze levens zijn en dat we eraan gehoorzamen zonder het te beseffen."
V. Van Gogh

Doelstellingen

Iedereen de mogelijkheid geven om in zijn dagelijkse routine enkele hulpmiddelen toe te passen die zullen helpen om emoties op een meer serene manier te beleven. Begrijpen wanneer het brein, dat een prachtig werktuig is, ons misleidt, terwijl het denkt dat het ons beschermt en verdedigt. EFT is een techniek afkomstig uit de Energiepsychologie, een innoverende stroming binnen de moderne psychologie, gebaseerd op de harmonisering van lichaam en geest en ondersteund door een wetenschappelijke aanpak. Door in te werken op de energiestromen in het lichaam maakt de techniek het mogelijk om de boodschappen die ons onbewuste in de loop van ons leven heeft opgeslagen en verankerd weer los te maken, om het gedrag dat we kwijt willen af te leren en om storende emoties te overwinnen.
De Emotional Freedom Technique (of EFT) zal het mogelijk maken om niet langer toeschouwer/slachtoffer te zijn van emoties, maar er op een actieve manier mee om te gaan. De aanpak moedigt autonomie aan en na deze kennismakingsdag zal iedereen de techniek zelf en voor zichzelf kunnen gebruiken wanneer hij daar nood aan heeft.

Inhoud

Het is de bedoeling dat deze workshop praktisch, concreet en pragmatisch is.

Na een korte theoretische inleiding zal de nadruk vooral worden gelegd op het onderzoeken van voorbeelden uit de realiteit, analyses en EFT-behandeling van situaties die de deelnemers hebben meegemaakt.

We zullen onder meer het volgende behandelen:
> het mechanisme dat emoties en stress veroorzaakt, begrijpen;
> de eigen emoties leren erkennen en beheersen, ze benoemen en zich bewust worden van hun fysiologische impact;
> het verband tussen het verschijnen van moeilijke emoties en de verstoring van het energiesysteem;
> korte geschiedenis van EFT, de toepassingsdomeinen;
> wanneer en hoe EFT gebruiken om stress en emoties te hanteren.

Voor wie?

De workshop is open voor alle mensen die hun emoties graag beter willen begrijpen en hanteren. Bijvoorbeeld om beter om te kunnen gaan met stress, om zaken te kunnen "loslaten" in hun dagelijks leven en in hun relaties met anderen, om gecentreerd te blijven en over hun volledige potentieel te kunnen blijven beschikken, zelfs in moeilijke omstandigheden, of gewoon om in hun dagelijkse leven meer momenten van rust te ervaren!

Trainer

De opleiding wordt gegeven door gecertificeerde en ervaren senior coaches van **Bão academy**.

Praktische informatie

Duur: 1 dag.
Plaats: de sessie kan zowel plaatsvinden in uw bedrijf als in ons opleidingscentrum. Een syllabus wordt ter beschikking gesteld van de deelnemers.

Niet gevonden wat u zocht in deze selectie van ons aanbod?
Wij helpen u graag verder. Bão academy • 02 289 68 25 • info@baoacademy.be

REF. bao_20/O/813

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 268 26/03/24 14:22


-99.31
-87.59
-67.54
-121.49
-67.24
-61.41
-59.36
PRODUCT
EU
US
JP
CH
SE
TH
SG
PH
NO
CN
FI
UK
Sales Promoti
52%
MON
TUE
WED
THU
FRI
SAT
SUN

Opleiding – Onderwijssector

Ontwikkelen van leiderschapskwaliteiten en coach attitude



Als verantwoordelijke in de onderwijswereld wordt u continu gevraagd om keuzes te maken, beslissingen te nemen die een impact kunnen hebben op de teams en dus soms ook op de leerlingen.

Die beslissingen, die vaak genomen worden terwijl men volop bezig is, alleen en onder druk, hebben soms een impact die zeer negatief kan zijn voor de teams. Dat leidt dan tot frustratie, demotivatie, ziekteverzuim... en soms zelfs tot burnout.

Om het niet zover te laten komen, om daarop te anticiperen en de “juiste” keuzes te maken, stellen wij u een traject voor zodat u een stand van zaken kunt opmaken en een aantal tools kunt verwerven. Die zullen ervoor zorgen dat u de meest geschikte houding kiest om uw teams in beweging te brengen en om de toewijding voor gemeenschappelijke projecten te ondersteunen.

Doelstellingen

De deelnemers komen uit verschillende onderwijsinstellingen en schrijven zich in voor dit programma van 6 dagen met als doel vooruitgang te boeken onder collega’s.

Ze kunnen door middel van effectieve training en “individuele coaching in groep” werken aan hun Doelstellingen inzake persoonlijke en relationele ontwikkeling, terwijl ze de kracht en de sterkte van de groep benutten.

Inhoud

Tijdens deze 6 dagen worden drie hoofdthema’s verkend:

> **De kracht van uw keuze opnieuw durven ontdekken:**
Het gaat erom de eigen manier van functioneren te ontdekken: hoe reageren we? Wat zijn de denkpatronen waardoor we ons onbewust laten leiden? Hoe nemen we afstand ten opzichte van een bepaalde situatie om niet te vervallen in terugkerende patronen?

> **Feedbackcultuur:**
De deelnemers ontdekken hun communicatiepatronen en die van anderen, wat zal helpen bij het overwinnen van hun angst (om dingen te zeggen, ergernis te veroorzaken, van gedachten te veranderen, zich te vergissen, enz.). Zo wordt dialoog en controverse mogelijk, zonder te vervallen in negativiteit.

> **De grondbeginselen van coaching:**
Dankzij de tools die tijdens de eerste dagen aangeleerd worden, ontdekt de deelnemer het basisproces van coaching: hoe bepaal ik een doelstelling, wat zijn de voorwaarden voor een goede formulering van de doelstelling, zodat die toepasbaar, concreet en realiseerbaar is? Wat is de werkelijkheid, wat zijn de middelen en de remmen, wat zijn de mogelijke opties, welk actieplan kiezen we, enz.

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 270 26/03/24 14:22

Gebruikte methode

Gebaseerd op de eigen ervaringen en situaties die de deelnemers op het terrein meemaken (geen rollenspelen).

Ongeveer 30% van de tijd wordt aan theorie besteed.

> De trainers-coaches onderwijzen en gebruiken tools uit diverse disciplines: emotionele en collectieve intelligentie, transactionele analyse, neurolinguïstisch programmeren, neurowetenschappen, positieve psychologie, enz.
> Onze coachende aanpak zorgt ervoor dat we niet enkel op het niveau van de vaardigheden werken (kennis) maar ook en vooral op de bewuste en onbewuste factoren die het individu ervan weerhouden zijn doelen te bereiken (manier van zijn).
> Verwerving van concrete en rechtstreeks toepasbare tools.
> Inleiding in peercoaching. Techniek van individuele coaching in groep.

Inhoud (onder andere enz.)

> Geweldloze communicatie.
> Omgaan met de impact van situaties waarover men geen controle heeft.
> De “drivers”: tool uit de transactionele analyse, die voor een bewustwording zorgt wat betreft de onbewuste manieren van functioneren.
> Tools om het persoonlijk evenwicht terug te vinden.
> Het omgaan met spanningen/conflicten op alle niveaus van de organisatie (teams, ouders, inspectie, enz.).
> Kennismaking met diverse stress management tools.
> Basis van een coachingsproces.
> Kader i.v.m. het eigen functioneren en dat van anderen.



Voor wie?

Traject voor directeurs, adjunct-directeurs en iedereen met een verantwoordelijke functie in de onderwijswereld die op een duurzame manier zijn medewerkers wil motiveren in een complexe wereld die blijft veranderen.

Trainer

De opleiding wordt gegeven door gecertificeerde en ervaren senior coaches van **Băo academy**.

Praktische informatie

Duur: 6 dagen (6 x 1 dag).

Plaats: Bouche à Oreille, Brussel (gemakkelijk bereikbaar met de metro/bus en gratis parking aan het Jubelpark). Een digitale syllabus wordt ter beschikking gesteld van de deelnemers.

Niet gevonden wat u zocht in deze selectie van ons aanbod?
Wij helpen u graag verder. Băo academy • 02 289 68 25 • info@baoacademy.be

REF. bao_20/O/814

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 271 26/03/24 14:22

Opleiding

Leader of Tomorrow



“Samenhang is de sleutel tot engagement, en geëngageerde teams presteren beter in een veranderende wereld.”

Doelstellingen

Heb je een leidinggevende rol, dan is het een deel van je verantwoordelijkheid om voor jezelf en je teams een omgeving te creëren die zorgt voor samenhang en vertrouwensrelaties, het vermogen om met veerkracht en flexibiliteit om te gaan met de vele veranderingen.

Een duurzaam leiderschap is immers een leiderschap dat zorg draagt voor de relaties. Deze opleiding stelt vernieuwende en concrete benaderingen voor om die uitdaging aan te gaan en betrokkenheid te creëren.

Inhoud

“Leader of Tomorrow” is meer dan louter een opleiding: het is een ervaring die je beleeft samen met andere leaders. In dit gevorderde programma komen de volgende thema’s aan bod:

> Persoonlijke afstemming: wie ben ik als leader? Welke rol wil ik spelen?
> Authenticiteit en kwetsbaarheid, als kracht en eigenheid van een moedige leader;
> Samenhang en doeltreffende communicatie, als tools voor engagement en gezonde relaties;
> Veerkracht en flexibiliteit, als onmisbare capaciteiten om met veranderingen om te gaan.

Onze pedagogische aanpak combineert het doorgeven van modellen geïnspireerd op onder meer Brené Brown, Boris Cyrulnic, E. Kubler Ross, Christophe Fauré en Alan Seale met praktische oefeningen, processen van collectieve intelligentie en systeembenaderingen.

Voor wie?

Alle mensen die hun leiderschap willen versterken en het volledige potentieel van hun team willen benutten bij het aangaan van de uitdagingen waarmee organisaties van vandaag te maken krijgen. Vereiste voorkennis: deelnemers dienen de opleiding Manager Coach of een gelijkwaardige opleiding te hebben gevolgd.

Trainer

De opleiding wordt gegeven door gecertificeerde en ervaren senior coaches van **Băo academy**.

Praktische informatie

Duur: 3 modules van 2 dagen.
Plaats: de opleiding kan zowel plaatsvinden in uw bedrijf als in ons opleidingscentrum. Voor deze opleiding raden we echter aan om ze helemaal of gedeeltelijk te laten doorgaan in het bedrijf. Een syllabus wordt ter beschikking gesteld van de deelnemers.

Niet gevonden wat u zocht in deze selectie van ons aanbod?
Wij helpen u graag verder. Băo academy • 02 289 68 25 • info@baoacademy.be

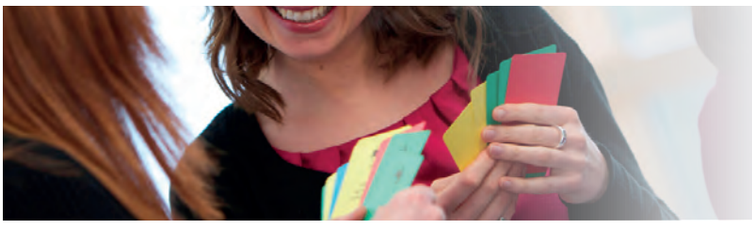
REF. bao_20/O/815

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 272 26/03/24 14:22

Opleiding – Insights Discovery®

De basis



“Insights Discovery®” is een internationaal erkend gedragsmodel dat wereldwijd door meer dan 4 miljoen mensen wordt gebruikt. Het is gebaseerd op een betere kennis van zichzelf... en van de anderen.
Het Insights-systeem is geen persoonlijkheidstest en is geenszins bedoeld om mensen “in hokjes te duwen”. Het helpt u wel om, door een beter begrip van uzelf en de mensen om u heen, uw communicatie met de anderen te verbeteren. U wordt zich namelijk bewust van uw gedragsvoorkeuren en van de logica achter de manier waarop u functioneert. Zo kunt u uw transversaliteit zo goed mogelijk aanpassen aan uw professionele omgeving en alle andere relaties.

Doelstellingen

Elke persoon krijgt een uniek en gedetailleerd, persoonlijk “Insights Discovery®”-profiel toegewezen. Dat vormt het referentiedocument.

Met de profielen als uitgangspunt werken we samen met uw medewerkers, teams en leidinggevenden aan de uitdagingen waar ze voor staan, om hun prestaties op het gebied van effectieve communicatie, managementstijl en verkoopresultaten te verbeteren en om hun ideale werkomgeving te vinden.

Inhoud

Deze tool is gebaseerd op de psychologie van Carl Jung en is ontworpen om personen te helpen zichzelf beter te leren kennen, anderen te begrijpen en hun professionele relaties te optimaliseren. De “Insights Discovery®”-methodologie maakt gebruik van een eenvoudig, gemakkelijk te onthouden model met vier kleuren. Het helpt mensen hun eigen stijl en sterke punten te begrijpen, en de waarde die ze het team te bieden hebben. We noemen dit de kleurenergieën.

De belangrijkste hoofdstukken van het persoonlijke “Insights Discovery®”-profiel omvatten:

> sterke punten, zwakke punten en waarde voor het team;
> management: hoe geeft u zelf graag leiding en hoe wordt u graag geleid?
> communicatiestijl;
> commerciële efficiëntie;
> ideale werkomgeving.

Voor wie?

“Insights Discovery®” is bedoeld voor iedereen die met anderen samenwerkt, ongeacht zijn of haar niveau in de structuur.

Trainer

De opleiding wordt gegeven door gecertificeerde en ervaren senior coaches van **Băo academy**.

Băo academy beschikt over de nodige middelen om de Insights-tools onder licentie te gebruiken.

Praktische informatie

Duur: 1 dag.

Plaats: de sessie kan zowel plaatsvinden in uw bedrijf als in ons opleidingscentrum. Elke deelnemer ontvangt zijn of haar “Insights Discovery®”-profiel.

Niet gevonden wat u zocht in deze selectie van ons aanbod?
Wij helpen u graag verder. Băo academy • 02 289 68 25 • info@baoacademy.be

REF. bao_20/O/816

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 273 26/03/24 14:22

Opleiding – Insights Discovery®

Interpersoonlijke relaties en stress- & tijdmanagement



Het Insights-systeem is een internationaal erkend gedragsmodel dat door meer dan 4 miljoen mensen wordt gebruikt. Het helpt ons, door een beter begrip van onszelf en van de anderen, de samenhang, communicatie en relaties te verbeteren door ons bewust te worden van de logica achter de manier waarop we functioneren. Zo kunt u uw transversaliteit zo goed mogelijk aanpassen aan uw professionele omgeving en alle andere relaties.
Het programma "Insights Discovery® Interpersoonlijke relaties" heeft tot doel de voorkeuren van teams aan het licht te brengen. De manier waarop teamleden samenwerken - en hoe dat zich verhoudt tot de individuele werkvoorkeuren - heeft een sterke invloed op hun efficiëntie als systeem.

Doelstellingen

Deze opleiding is gepersonaliseerd om u te helpen de grootste uitdagingen van uw team aan te gaan, en wel op twee vlakken: voorkeuren (hoe werken teams graag samen?) en vaardigheden (werken ze efficiënt samen?).

Het programma "Insights Discovery® interpersoonlijke relaties" stelt een diagnose en reikt tegelijkertijd praktische, duurzame hulpmiddelen aan, die uw teams zullen helpen om op lange termijn efficiënt samen te werken. Er gaat bijzondere aandacht uit naar stress en tijd, vooral in het geval van:

- **nieuw opgerichte of recent samengevoegde teams**
- **teams met een gebrek aan richting, doel of visie**
- **teams die al efficiënt zijn, maar nog beter willen presteren**
- **teams waarin interpersoonlijke problemen een belemmering vormen voor een efficiënte werking.**

Inhoud

Het programma combineert verschillende Insights-oplossingen. Elk teamlid ontvangt een persoonlijk Insights Discovery-profiel en vult ook een vragenlijst in die peilt naar zijn of haar perceptie van de capaciteiten van het team. We observeren onder meer hoe de teams communiceren, hoe ze prioriteiten stellen, wat hen motiveert en wat hen zodanig blokkeert dat het hun prestaties beïnvloedt.

Zo verkrijgen we het efficiëntieprofiel van het team. Vervolgens kan het team door middel van een reeks tools en constructieve gesprekken ontdekken hoe de individuele voorkeuren en de voorkeuren van het team hun teamdynamiek en de algemene prestaties beïnvloeden. We gaan ook in op de stress en de relatie met de tijd op basis van de profielen en hoe dit de systematiek van het team beïnvloedt.

Het resultaat? Een duidelijk, concreet actieplan dat het team helpt zijn doelen sneller te bereiken.

Voor wie?

De opleiding "Insights Discovery® ® Interpersoonlijke relaties" is bedoeld voor iedereen die met anderen samenwerkt, ongeacht zijn of haar niveau in de structuur.

Trainer

De opleiding wordt gegeven door gecertificeerde en ervaren senior coaches van **Băo academy**.

Băo academy beschikt over de nodige middelen om de Insights-tools onder licentie te gebruiken.

Praktische informatie

Duur: 1 dag. De deelnemers moeten eerst module 1 "Insights® de basics, de 4 kleurenergieën en het Discovery-profiel" gevolgd hebben.
Plaats: de sessie kan zowel plaatsvinden in uw bedrijf als in ons opleidingscentrum.
Een syllabus wordt ter beschikking gesteld van de deelnemers.
Ze krijgen eveneens een gepersonaliseerd profiel.

Niet gevonden wat u zocht in deze selectie van ons aanbod?
Wij helpen u graag verder. Băo academy • 02 289 68 25 • info@baoacademy.be

REF. bao_20/O/817

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 274 26/03/24 14:22

Opleiding – Insights Discovery®

Leadership



Het Insights®-systeem is een internationaal erkend gedragsmodel. Door een beter begrip van onszelf en van de anderen helpt het om relaties te verbeteren, door bewustwording van de gedragsfunctionele systemen, zowel bij onszelf als in de groep. Deze module over leiderschap onderzoekt hoe uw leiders het liefst werken, welke hun sterkste punten zijn, en welke acties ze kunnen ondernemen om hun leidinggevende vaardigheden te ontwikkelen. Deze module verbetert de leiderschapsvaardigheden op verschillende niveaus: van teamleiders tot leden van het directiecomité. Wij bieden praktische tools die leiders helpen echt te begrijpen welke hun sterke punten op het gebied van leiderschap zijn, en hoe ze die kunnen inzetten om de prestaties van de hele organisatie te verbeteren.

Doelstellingen

Deze module verkent de verschillende aspecten van leiderschap, met bijzondere aandacht voor de specifieke behoeften van uw organisatie.
Hij combineert "Insights Discovery®", de methode die kijkt naar hoe mensen het liefst communiceren, werken en beslissingen nemen, met Insights Interpersoonlijke relaties, de methode om teamwerkculturen te evalueren.
Samen met de leiders werken we individuele strategieën uit om zichzelf, hun teams en hun bedrijf te ontwikkelen, met als doel:

- **de medewerkers te inspireren;**
- **een gediversifieerd, gemotiveerd en doelgericht team te verkrijgen;**
- **de leiderschapsstijl aan te passen voor een maximale impact;**
- **de betrokken partijen op een positieve manier te beïnvloeden.**

Inhoud

De leiderschapsworkshop die u volgt, wordt aangepast aan uw behoeften om u de beste oplossing te bieden, d.w.z. de oplossing die voor u het meest relevant is.

Ontdekking van de leiderschapsefficiëntie is ons kernprogramma over leiderschap. Het beschrijft hoe managers hun teams het liefst leiden. We werken samen met uw leiders om hun persoonlijke leiderschapsstijl en de reikwijdte van hun eigen manier van functioneren te verkennen.

Aan de hand van praktische hulpmiddelen en eventueel individuele coachingsessies, moedigen we uw leiders aan om hun efficiëntie op de volgende gebieden te beoordelen: resultaten, visie, relaties en authentiek leiderschap.

Voor wie?

"Insights Discovery® Leadership" is bedoeld voor iedereen die een team leidt of coördineert, ongeacht zijn of haar niveau in de structuur.

Trainer

De opleiding wordt gegeven door gecertificeerde en ervaren senior coaches van **Băo academy**.

Băo academy beschikt over de nodige middelen om de Insights-tools onder licentie te gebruiken.

Praktische informatie

Duur: 1 dag. De deelnemers moeten eerst module 1 "Insights® de basics, de 4 kleurenergieën en het Discovery-profiel" gevolgd hebben.
Plaats: de sessie kan zowel plaatsvinden in uw bedrijf als in ons opleidingscentrum.
Een syllabus wordt ter beschikking gesteld van de deelnemers.
Ze krijgen eveneens een aanvulling op het gepersonaliseerde profiel.

Niet gevonden wat u zocht in deze selectie van ons aanbod?
Wij helpen u graag verder. Băo academy • 02 289 68 25 • info@baoacademy.be

REF. bao_20/O/818

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 275 26/03/24 14:22

Opleiding – Insights Discovery®

Het 360° feedbackproces met Insights Multiview®



Het Insights-systeem is een internationaal erkend gedragsmodel dat helpt om de samenhang van teams en de relaties op het werk te verbeteren, door bewustwording van de logica achter de manier waarop de verschillende leden functioneren. “Multiview Insights Discovery®” is een unieke, krachtige tool, die u op een positieve en veilige manier via persoonlijke feedback een beeld van 360 graden geeft. “Multiview Insights Discovery®” toont op een vriendelijke manier hoe teamleden elkaar zien en welke impact dat heeft op het team. Zo kunnen actieplannen worden opgesteld om de relaties vanuit een positieve en constructieve visie te verbeteren.

Doelstellingen

“Multiview Insights Discovery®” zet soms moeilijk te verwerken feedback om in positieve acties.

Dat verbetert de relaties binnen het team, bevordert de communicatie, stimuleert de samenwerking en helpt elke persoon om zich maximaal te ontplooien en zo efficiënt mogelijk te worden.

Als u, uw team of uw organisatie naar vlottere werkrelaties streeft, dan is deze unieke module rond gedragsfeedback de oplossing:
> leer uzelf en de anderen beter kennen;
> maak het beste van al uw relaties op het werk;
> ontdek hoe medewerkers elkaar zien, in een eerlijke en veilige omgeving.

Inhoud

We zijn er ons allemaal van bewust dat het beeld dat we van onszelf hebben niet altijd overeenkomt met het beeld dat we laten zien. Zelfs in de efficiëntste relaties vermijden we het soms om feedback te geven, uit angst. “Multiview Insights Discovery®” is gebaseerd op dezelfde principes als Insights Discovery, maar gaat een stap verder om te ontdekken hoe medewerkers elkaar zien. Uw “Insights Discovery®”-profiel is het uitgangspunt. Vervolgens wordt de groep commentatoren (bv. collega’s, medewerkers, enz.) die u hebt geselecteerd, gevraagd om een snelle “Multiview Insights Discovery®”-meettool over u in te vullen. Vervolgens gebruiken we het “Multiview Insights Discovery®”-profiel voor praktische oefeningen in een workshop. Het profiel bevat een schat aan informatie, die echte gesprekken op gang kan brengen over hoe anderen u zien op het werk, de redenen voor eventuele discrepanties en manieren om uzelf te verbeteren.

Voor wie?

Deze module is bedoeld voor iedereen die met anderen samenwerkt, ongeacht zijn of haar niveau in de structuur.

Trainer

De opleiding wordt gegeven door gecertificeerde en ervaren senior coaches van **Băo academy**.
Băo academy beschikt over de nodige middelen om de Insights-tools onder licentie te gebruiken.

Praktische informatie

Duur: 1 dag workshop en 2 halve dagen voorbereiding en presentatie.
De deelnemers moeten eerst module 1 “Insights® de basics, de 4 kleurenergieën en het Discovery-profiel” gevolgd hebben.
Plaats: de opleiding kan zowel plaatsvinden in uw bedrijf als in ons opleidingscentrum. De deelnemers ontvangen een syllabus.
Ze krijgen eveneens een gepersonaliseerd “Multiview”-rapport.

Niet gevonden wat u zocht in deze selectie van ons aanbod?
Wij helpen u graag verder. Băo academy • 02 289 68 25 • info@baoacademy.be

REF. bao_20/O/819

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 276 26/03/24 14:22

Opleiding

Interventie bij interpersoonlijke problemen (op het niveau van individu, team, EXCOM)



Het gebeurt, enz. dat we niet meer samen door één deur kunnen, maar dat we wel bereid zijn actie te ondernemen om terug in een gunstig klimaat samen verder te werken.

Doelstellingen

Tijdens dergelijke curatieve coaching wordt gewerkt aan de heropbouw van het vertrouwen.

Daarbij is ruimte om emoties te laten evacueren en behoeftes erkend te zien.

Om zo stapsgewijs te werken aan nieuwe fundamenten waarop een gezonde samenwerking (terug) kan groeien.

Er kunnen op het eind van het traject afspraken gemaakt worden over een goede toekomstige samenwerking en men heeft tools geleerd om ook in de toekomst dergelijke spanningen te voorkomen.

Inhoud

De inhoud is afhankelijk van wat zich voordoet en wat elke betrokkene nodig heeft om terug vertrouwen te ervaren om zo efficient samen te werken.

Fase 1: Intake

Elke deelnemer heeft een intakegesprek. De inhoud van het intakegesprek blijft vertrouwelijk. Het doel van het intakegesprek is tweeërlei: zowel het opbouwen van een relatie tussen de coach en elke betrokkene als een helder inzicht krijgen in de noden en behoeften van elkéén.

Fase 2: Interventie

Kort na de intake start de interventie: de begeleiding die op maat uitgewerkt is. Deze begeleiding neemt gemiddeld 3 tot 4 dagen in beslag. Dit alles is afhankelijk van de thematiek, de zwaarte van het conflict én de graad van betrokkenheid in het werken naar een gunstig resultaat toe van elke betrokkene.

Voor wie?

Iedereen die betrokken is bij een situatie waarbij de relaties gespannen zijn. Daaruit voelt een onbehagen voort en is men op zoek naar meer welzijn voor alle betrokken partijen. Waardoor er terug op een solide basis verder gewerkt kan worden. Deze interventie kan doorgaan op alle niveaus van de organisatie.

Trainer

Dit traject wordt begeleid door een ervaren senior coach van de **Băo academy**.

Praktische informatie

Duur: 3 tot 4 dagen.
Plaats: het is belangrijk dit traject te laten doorgaan op een plaats waar deelnemers zich veilig voelen om hun emoties toe te laten. De werkplek is in vele omstandigheden geen ideale omgeving hiervoor.

Niet gevonden wat u zocht in deze selectie van ons aanbod?
Wij helpen u graag verder. Băo academy • 02 289 68 25 • info@baoacademy.be

REF. bao_20/O/820

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 277 26/03/24 14:22

Opleiding

Leidinggeven volgens de Tolteekse Wijsheden



"Handelen is wakker zijn. Het is het risico nemen om uit je schelp te komen en jouw droom tot uiting te brengen."
Don Miguel Ruiz

Doelstellingen

Met de uitdagingen waarmee hedendaagse leiders te kampen hebben binnen hun organisaties, is kalm en enthousiast blijven, mét behoud van vrijheid, geen gemakkelijke taak. Deze workshop biedt u toegang tot meer rust en dus betere prestaties, met behulp van eenvoudige principes, uit de voorouderlijke wijsheid van de volkeren van Midden-Amerika: de 5 Tolteekse inzichten.
We (her) ontdekken hun dieperliggende betekenis en de impact die zij kunnen hebben in ons professionele leven (en natuurlijk ook in ons privéleven). We ontdekken ook hoe we de conditionering en overtuigingen, die we hebben ontwikkeld sinds onze kindertijd, kunnen onderscheppen en hoe we onze persoonlijke projecties kunnen controleren, om zo in een meer harmonieuze relatie met onszelf en met de anderen te zijn. Om u te begeleiden bij de integratie van deze principes, stellen we u voor om te werken met elementen uit uw professionele leven en er met de blik van een "Tolteekse leerling" naar te kijken. Het is onze bedoeling dat u met praktische hulpmiddelen vertrekt, die ervoor zorgen dat u uw teams, uw projecten, uw relaties, enz. vrijer en gelukkiger beleeft, om zo ook gelukkiger en vrijer te leven.
De Tolteekse inzichten zullen op die manier een plaats krijgen in uw professionele leven die u hen wilt geven: een extra filosofie, een manier van leven, een gedragscode, enz. Wat het ook is, zij bieden u een andere manier om naar de positie van de manager te kijken. Deze eeuwenoude aanpak vindt heel makkelijk zijn plaats in onze hedendaagse wereld!

Inhoud

De workshop bestaat vooral uit het analyseren van de door de deelnemers reeds ervaren situaties op de werkplek en praktische oefeningen die ondersteund worden door theorie, schema's en concrete tools zoals:

> de oorsprong van de filosofie en een overzicht van het Tolteekse Pad;

> de conditioneringen, de stilzwijgende overeenkomsten en beperkende overtuigingen van de manager;

> de 5 inzichten: het onderzoeken en het zich eigen maken ervan;

> toepassen op de cases die de deelnemers hebben meegemaakt;

> integratie in een persoonlijk vision board.

Voor wie?

Voor iedereen die een originele inspiratiebron wil om de positie als leader nog beter vorm te geven.

Trainer

De opleiding wordt gegeven door gecertificeerde en ervaren senior coaches van **Băo academy**, opgeleid in coaching volgens het Tolteekse Pad.

Praktische informatie

Duur: 2 dagen.

Plaats: de sessie kan zowel plaatsvinden in uw bedrijf als in ons opleidingscentrum. Een syllabus wordt ter beschikking gesteld van de deelnemers.

Niet gevonden wat u zocht in deze selectie van ons aanbod?
Wij helpen u graag verder. Băo academy • 02 289 68 25 • info@baoacademy.be

REF. bao_20/O/821

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 278 26/03/24 14:22

Opleiding – Onderwijssector

Bewust ademhalen in de klas



Technieken voor bewust ademhalen om de stress te verminderen en de vitaliteit te vergroten, voor leerkrachten en leerlingen.

Doelstellingen

Het is wetenschappelijk bewezen dat we met de ademhaling een rechtstreekse invloed kunnen uitoefenen op ons autonoom zenuwstelsel en zo beter kunnen omgaan met emoties.

Tijdens deze actieve workshop worden eenvoudige ademhalingsoefeningen aangeleerd. Het kunnen inlassen van ademhalingspauzes van enkele minuten heeft positieve gevolgen voor de leerkrachten: een beter beheer van de klas, een minder stresserende sfeer, minder burn-out en dus minder absenteïsme. Gewapend met deze tools kunnen de leerlingen beter omgaan met intense emoties, met als gevolg een grotere responsabilisering en meer autonomie, veerkracht en evenwicht.

Een goede boost voor de emotionele intelligentie en het zelfbewustzijn voor het hele schoolsysteem.

Inhoud

De deelnemers krijgen een waaier aan tools aangereikt die ze dan kunnen toepassen tijdens een “ademhalingsmoment” met de leerlingen. De volgende onderwerpen komen aan bod:

> uitdagingen en situaties waarmee de leerlingen worden geconfronteerd, soorten stress, angstgevoelens, intimidatie, pesten, concentratieproblemen, druk, mentale belasting, enz;
> mentaliteitsverandering voor leerkrachten en leerlingen: STOP-strategie;
> ademhaling: 4 basisoefeningen, elk van een verschillende aard, ideaal om in alle veiligheid te starten met het programma: inoefening in groepjes van twee;
> actieve uitvoering van de specifieke ademhalingsoefeningen voor elke leeftijd en praktisch repertoire. Elke oefening bestaat uit 3 delen: (1) voor wie en/of met welk doel, (2) praktische uitwerking, (3) timing en ademhalingstijd;
> snelle referentiegids voor leerkrachten in moeilijke situaties, met eenvoudige en doeltreffende ademhalingsoefeningen;
> hoe kan ik een pauze met bewuste ademhaling invoeren tijdens de schooltijd?
> bronnen en hulpmiddelen voor schooldirecties, leerkrachten en trainers die met dit programma werken.

Voor wie?

Leerkrachten, omkaderend personeel, klastitularissen, mentoren, supervisoren, coaches, directieleden, ouders, opvoeders.

Trainer

De opleiding wordt gegeven door professionele trainers-coaches die een specialisatie hebben gevolgd bij de International Breathwork Foundation, (erkend door de ECOSOC van de Verenigde Naties).

Praktische informatie

Duur: een workshop van 3u.

Plaats: de sessie kan zowel plaatsvinden in uw bedrijf als in ons opleidingscentrum.

Elke deelnemer krijgt een elektronische versie van een 60 pagina’s tellende handleiding met tientallen gemakkelijk te volgen ademhalingsoefeningen, tips en antecedenten.

Niet gevonden wat u zocht in deze selectie van ons aanbod?
Wij helpen u graag verder. Băo academy • 02 289 68 25 • info@baoacademy.be

REF. bao_20/O/822

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 279 26/03/24 14:22

Opleiding

Internal Coach Training



De interne coach werkt zoals de externe coach, maar maakt deel uit van de organisatie. De interne coach ontwikkelt mee het menselijk potentieel van de organisatie en verhoogt het welzijn van de medewerkers. Vaak spelen interne coaches een bijzonder belangrijke rol in het omgaan met veranderingen in de organisatie.

Doelstellingen

De deelnemers aan deze training leren een scala aan coachingtools en coachingsmodellen die ze vervolgens aangepast aan de coachingsvraag van de coachees kunnen inzetten.
De deelnemers zijn na afloop van de training in staat om te coachen op verschillende lagen: overtuigingen, waarden en identiteit en evenzeer hierbij de gehele beleefwereld aan interne gewaarwordingen, emoties en behoeftes te betrekken. Om zo de coachee autonoom te kunnen laten kiezen.

Inhoud

Dit traject bestaat uit 2 fases, die reeds ruim hun dienst hebben bewezen binnen diverse organisaties.

We werken vanuit een breed scala aan disciplines: geweldloze communicatie, NLP, Transactionele Analyse, Bio Energetica, “mindfulness”, enz.

Fase 1:
Deze fase bestaat uit 7 modules van 2 dagen waarbij de deelnemers door een bad van persoonljke ontwikkeling gaan. Ze ervaren diverse coachingtools en de impact ervan op hun persoonlijke en professionele ontwikkeling. Op die manier ervaart men aan den lijve wat wél werkt en hoe het werkt.

Fase 2:
Deze fase bestaat uit 4 modules waarbij de deelnemers als het ware een drill in de coachingskills ondergaan. Naast het feit dat ze in de organisatie reeds aan hun “proefsessies” starten, zullen ze tijdens de modules op allerlei manieren uitgedaagd worden om coachingcases te coachen. Tijdens elke module is er ook ruim tijd voor supervisie en de specifieke vragen waar men tegen aanloopt. Het eind van deze fase wordt gemerkt door een certificatiemoment waarbij men aan de hand van vooropgestelde criteria een certificatie doorloopt om officieel erkend te worden als internal coach.

Voor wie?

Iedereen die de rol van interne coach op zich zal nemen, dit kan zowel de HR Business Partner zijn als medewerkers op sleutelposities, waarvan de organisatie gelooft dat zij een coachende rol naar andere medewerkers kunnen opnemen.

Trainer

De opleiding wordt gegeven door gecertificeerde en ervaren senior coaches van **Băo academy**.

Praktische informatie

Duur: 22 dagen of aanpasbaar volgens uw organisatie (bv. al dan niet in internationale omgeving).

Aantal deelnemers: de groepsgrootte kan 12 tot 22 deelnemers zijn.

Plaats: het is belangrijk deze opleiding te laten doorgaan op een plaats waar deelnemers ten volle kunnen focussen op hun ontwikkeling, bij voorkeur weg van de bedrijfsruimtes. Een digitale syllabus wordt aan de deelnemers toegestuurd.

Na deze opleiding hebben de deelnemers alle tools in handen om hun aanvraag in te dienen voor een ICF-certificatie.

Niet gevonden wat u zocht in deze selectie van ons aanbod?
Wij helpen u graag verder. Băo academy • 02 289 68 25 • info@baoacademy.be

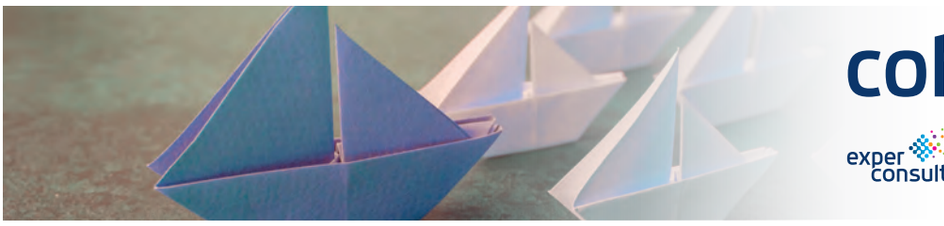
REF. bao_20/O/823

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 280 26/03/24 14:22

Opleiding

Supervisie van interne coaches



Het is eigen aan de coachingsethiek zich te laten superviseren. Dit komt zowel het welzijn van de interne coach ten goede als zijn capaciteit in het accuraat zijn rol opnemen als interne coach.

Doelstellingen

De interne coaches momenten aanbieden om zich te verdiepen in nieuwe coachingtools én eveneens de ruimte creëren om cases te delen en te leren van elkaars ervaringen.

Inhoud

De inhoud wordt opgemaakt aan de hand van ofwel de briefing vanuit de verantwoordelijke in de organisatie of er wordt gewerkt met schriftelijke of mondelinge intakes om helder de behoeftes van de deelnemers in kaart te brengen.

Ter info

Indien u graag heeft dat de supervisie meetelt voor de ICF-certificatie, gelieve dit te vermelden bij het inplannen van de supervisie.

Voor wie?

Elke organisatie die reeds interne coaches opgeleid heeft.

Trainer

De opleiding wordt gegeven door gecertificeerde en ervaren senior coaches van **Bão academy**.

Praktische informatie

Duur: tot 1 dag per supervisiesessie. Max. 8 personen.

Dit kan op eenvoudige vraag gebeuren: per kwartaal, halfjaarlijks of jaarlijks. Maar dit kan ook een vast deel worden in het continu bijscholen van interne coaches.

Plaats: de opleiding kan zowel plaatsvinden in uw organisatie als in ons opleidingscentrum.

Een digitale syllabus wordt aan de deelnemers toegestuurd.

Niet gevonden wat u zocht in deze selectie van ons aanbod?
Wij helpen u graag verder. Bão academy • 02 289 68 25 • info@baoacademy.be

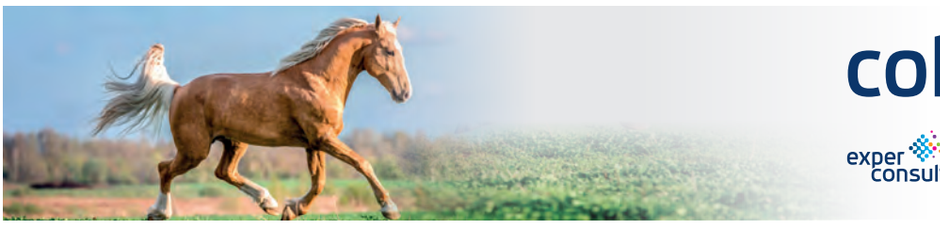
REF. bao_20/O/824

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 281 26/03/24 14:22

Opleiding

Hoe kan de werking van een team worden verbeterd door middel van systeemopstellingen met paarden?



cohezio

exper consult · bao academy · modyva

Systeemopstelling is een instrument voor coaching in het bedrijf, geïnspireerd op technieken voor gezinstherapie.

De tool is bijzonder geschikt om onuitgesproken aspecten naar boven te halen en de dieperliggende oorzaken van een slechte werking in organisaties en teams aan het licht te brengen. In deze context biedt het paard zeer eerlijke en ondubbelzinnige informatie.

Doelstellingen

Aan de hand van deze uiterst snelle methode en de interactie met de paarden, helpen wij u een diepgaande diagnose te stellen van wat wel en niet functioneert in uw "huidige systeem" en mogelijke oplossingen voor een optimale werking te ontdekken en te testen.

Inhoud

Tijdens deze dag, waarop mensen en paarden met elkaar in contact komen, krijgt u inzicht in de diepere en meestal onbewuste drijfveren die het relationele systeem van uw team reguleren. Het paard staat bekend om zijn natuurlijke vermogen om in het heden aanwezig te zijn, zonder filter. Het is meer dan wij verbonden met de ervaring, de energie, het (collectieve) onbewuste. De impact van zijn interactie is onmiddellijk voelbaar en het dier neemt een cruciale plaats in bij dit soort begeleiding.

U krijgt eerst de kans om de aard van moeilijke relaties tussen collega's, publiek/klant, hiërarchie, enz. te begrijpen, maar ook - en vooral - om die te veranderen.

We zullen experimenteren met verschillende veranderingen in het systeem totdat we de meest geschikte oplossing vinden. Dan kan de opstelling inspelen op het individuele en collectieve gedrag en een impact hebben op de hele situatie.

Aan het einde van de dag zal de initiatiefnemer van de opstelling (en/of het hele team) een actieplan opstellen.

Voor wie?

Voor teamleiders (leider, manager, teamverantwoordelijke) en teamleden die diepgaand en snel willen werken aan het functioneren van hun team. Verschillende thema's kunnen worden aangekaart via een voorafgaande briefing met de manager: moeilijke relaties, projecten die niet vorderen, onvoldoende aanpassing aan waarden en opdrachten, enz.

Trainer

De opleiding wordt gegeven door twee gecertificeerde en ervaren senior coaches, opgeleid in technieken voor systeemopstellingen in bedrijven en in werken met paarden.

Praktische informatie

Duur: 1 dag.

Plaats: Brusselse rand.

Niet gevonden wat u zocht in deze selectie van ons aanbod?
Wij helpen u graag verder. Băo academy • 02 289 68 25 • info@baoacademy.be

REF. bao_20/O/825

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 282 26/03/24 14:22

Opleiding

Hoe kan de werking van een team worden verbeterd door middel van systeemopstellingen?



Wanneer het lichaam samenwerkt met de geest om het systeem te dienen.

Doelstellingen

Met deze uiterst efficiënte en snelle methode helpen wij u in één dag een diagnose te stellen van wat wel en niet functioneert in uw "huidige systeem" en mogelijke oplossingen voor een optimale werking te ontdekken en te testen.

Verschillende thema's kunnen worden aangekaart via een voorafgaande briefing met de manager: moeilijke relaties, projecten die niet vorderen, onvoldoende aanpassing aan waarden en opdrachten, enz.

Inhoud

> Tijdens deze workshop krijgt u inzicht in de diepe en meestal onbewuste drijfveren die het relationele systeem van een team reguleren.

> U krijgt de kans om de aard van moeilijke relaties tussen collega's, publiek/klant, hiërarchie, enz. te begrijpen, maar ook - en vooral - om die te veranderen.

> We zullen experimenteren met verschillende veranderingen in het systeem totdat we de meest geschikte oplossing vinden. Dan kan de opstelling inspelen op het individuele en collectieve gedrag en een impact hebben op de hele situatie.

> Aan het einde van de dag zal de initiatiefnemer van de opstelling (of het hele team) een actieplan opstellen.

Voor wie?

Voor teamleiders (leider, manager, teamverantwoordelijke) en teamleden die diepgaand en snel willen werken aan het functioneren van hun team. Systeemopstelling is een instrument voor coaching in het bedrijf, geïnspireerd op technieken voor gezinstherapie. De tool is bijzonder geschikt om onuitgesproken aspecten naar boven te halen en de dieperliggende oorzaken van een slechte werking in organisaties en teams aan het licht te brengen.

Trainer

De opleiding wordt gegeven door gecertificeerde en ervaren senior coaches van **Băo academy**, opgeleid in technieken voor systeemopstellingen in bedrijven.

Praktische informatie

Duur: 1 dag.

Plaats: de sessie kan zowel plaatsvinden in uw bedrijf als in ons opleidingscentrum.

Niet gevonden wat u zocht in deze selectie van ons aanbod?
Wij helpen u graag verder. Băo academy • 02 289 68 25 • info@baoacademy.be

REF. bao_20/O/826

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 283 26/03/24 14:22

Opleiding

De TAO van leiderschap



Deze opleiding is gebaseerd op de basisprincipes van de taoïstische wijsheid en de grondbeginselen van de Chinese geneeskunde.

Doelstellingen

Deze opleiding is gebaseerd op de basisprincipes van de taoïstische wijsheid en de grondbeginselen van de Chinese geneeskunde.

Ze reikt nieuwe denkkaders aan om op een eerlijke en efficiënte manier te leiden, met respect voor de onderneming (haar overleving en ontwikkeling) en voor iedereen die er werkt.

Inhoud

De deelnemers maken kennis met verschillende denkkaders, geïnspireerd op het werk van John Heider (Harvard) en Bob Messing (Rutgers School of Psychology - New Jersey), op een praktische en direct toepasbare manier:

> de taoïstische theorie van de verandering;

> de rol en de belangrijkste functies van een leider in een wereld van onzekerheid;

> goed omgaan met emoties om een organisatie gezond te houden;

> de theorie van de “juiste plaats” in een team, bedrijf, organisatie;

> de typologie-instrumenten geïnspireerd op Jung (MBTI, Disc, Insight, enz.), gekoppeld aan de TAO;

> de Yijing ten dienste van belangrijke beslissingen die bedrijfsleiders moeten nemen;

> de verbanden tussen de traditionele Chinese geneeskunde en corporate governance;

> innovatieve diagnostische hulpmiddelen voor leidinggevenden (opstellingen van organisaties en systemen).

Voor wie?

Voor bedrijfsleiders, leden van directiecomités en managers die de leiding hebben over grote teams.

Trainer

De opleiding wordt gegeven door gecertificeerde en ervaren senior coaches van **Băo academy**, opgeleid in de TAO.

Praktische informatie

Duur: 2 dagen.

Plaats: de sessie kan zowel plaatsvinden in uw bedrijf als in ons opleidingscentrum.
U krijgt lectuur aanbevolen.

Niet gevonden wat u zocht in deze selectie van ons aanbod?
Wij helpen u graag verder. Băo academy • 02 289 68 25 • info@baoacademy.be

REF. bao_20/O/827

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 284 26/03/24 14:22



24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 285 26/03/24 14:22



10. Aanvullende diensten



Aanvullende diensten

Communiceer en sensibiliseer

Als Cohezio-klant heb je toegang tot de volgende bijkomende diensten die je ondersteunen om je te informeren en op een efficiënte en relevante manier te communiceren en te sensibiliseren over welzijn op het werk

Communicatiemiddelen/kanalen

Cohezio biedt u kosteloos een breed scala aan documentatie, sensibiliseringsmateriaal, documenten en hulpmiddelen ter beschikking om de implementatie van je welzijnsbeleid op de werkplek te ondersteunen.

Actuascan

Onze maandelijkse nieuwsbrief Actuascan houdt u op de hoogte van de belangrijkste actuele onderwerpen op het gebied van welzijn op het werk. U kan zich voor deze nieuwsbrief gratis registreren via onze website.

Newsflashes: Om jullie zo snel mogelijk te informeren over bepaalde nieuwsberichten of wetswijzigingen sturen wij naast onze maandelijkse nieuwsbrief Actuascan ook nog extra ‘newsflashes’ door.



Sociale media

Via **Facebook**, **LinkedIn** en **Instagram** informeren wij en geven wij tips die betrekking hebben op de verschillende welzijnsdomeinen.



Cohezio4u

Het online klantenplatform met o.a. de mogelijkheid tot planning van de medische onderzoeken; verslagen van de bedrijfsbezoeken, de lijst van uw werknemers,…



24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 288 26/03/24 14:22

Cohezio voorziet zijn klanten ook van relevante content op basis van de expertise van onze preventieadviseurs:

Sensibiliseringsmateriaal

Sensibiliseer uw medewerkers met belangrijke preventietips rond ergonomie, grieppreventie, bewegen, handen wassen, stoppen met roken, agressie op het werk, burn-out, … dankzij brochures, flyers en affiches die de belangrijkste missie van **Cohezio** beschrijven. Ze zijn gratis verkrijgbaar via cohezio4u of op aanvraag via: *marketing@cohezio.be*.



Artikels voor intranet

Indien je onderneming over een intranet beschikt kunnen wij via dit kanaal regelmatig informatie verspreiden over Welzijn op het werk naar je werknemers.

Bovendien heb je ook de mogelijkheid om via onze RSS die beschikbaar is op onze website *www.cohezio.be* automatisch interessante artikels te publiceren op jullie eigen intranet.

Artikels voor jullie interne nieuwsbrief

Indien gewenst kan **Cohezio** je betreffende bepaalde onderwerpen artikels aanleveren die in zijn totaliteit gepubliceerd kunnen worden in de eigen interne nieuwsbrief die naar de medewerkers gestuurd wordt.



Meer informatie nodig over deze verschillende communicatiekanalen en -middelen?
Kun je via deze communicatiekanalen niet vinden wat je zoekt?
Neem contact met ons op via marketing@cohezio.be.

REF. com_24/D/001

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 289 26/03/24 14:22

Communiceer en sensibiliseer

De volgende **Cohezio**-diensten zijn ook beschikbaar voor informatie en hulp.

Documentatiedienst



Onze documentatiedienst beschikt over een uitgebreide databank van gespecialiseerde tijdschriften, boeken, audiovisueel materiaal en eindwerken die de focus leggen op preventie en welzijn. **Cohezio** helpt u graag in uw zoektocht naar juiste en betrouwbare informatie rond welzijn op het werk.

U kan elke werkdag tussen 9u00 en 17u00 beroep doen op deze dienst. Uw vragen zullen beantwoord worden via e-mail aan **doc@cohezio.be**, en wij bieden deze dienst kosteloos aan aan al onze klanten.

Juridische dienst



Onze juridische dienst houdt een uitgebreide juridische waakzaamheid in verband met welzijn op het werk. Deze dienst kan geraadpleegd worden (via **doc@cohezio.be**) door de managers van klantenorganisaties (bedrijfsleiders, HR-managers of SIPPT-managers) voor de volgende informatie:

- Juridisch advies en informatie inzake preventie en welzijn op het werk
- Ondersteuning bij inspectie
- Opvolging van en informeren over nieuwe wetgeving en rechtspraak
- Enz.…

Onze Wetenschappelijke cel

Onze wetenschappelijke cel volgt de wetenschappelijke evoluties in de preventiewereld op de voet op. Vervolgens zorgt dit departement voor een doorstroom van informatie en kennis naar alle gespecialiseerde diensten van **Cohezio**.

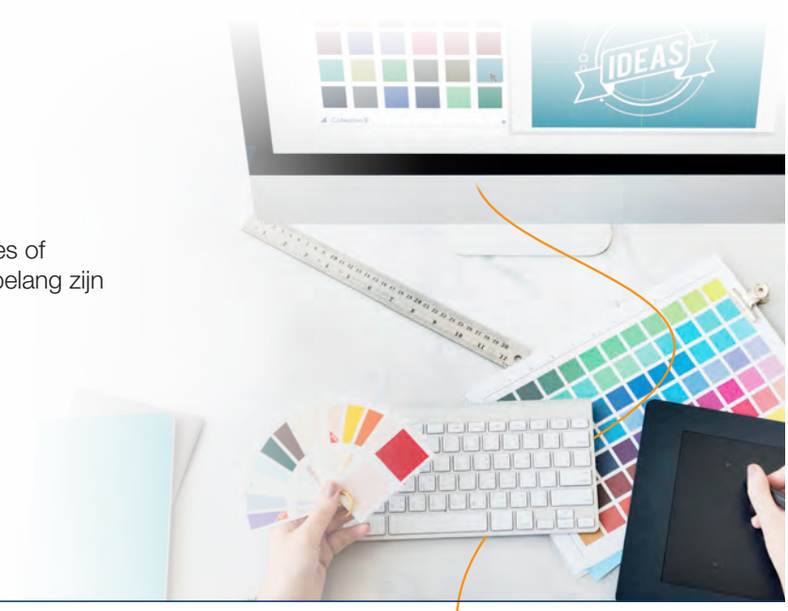
Er zijn diverse samenwerkingen met wetenschappelijke afdelingen van universiteiten zoals KU Leuven, VUB, UGent en UAntwerpen. Heb je een vraag of een interessant onderzoeksidee? **doc@cohezio.be**

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 290 26/03/24 14:22

Grafische Dienst

Op aanvraag kan de afdeling Marketing & Communicatie van **Cohezio** affiches, brochures of folders maken over preventiethema's die van belang zijn voor uw organisatie.

U kan een offerte aanvragen bij *marketing@cohezio.be*



Vertaaldienst

Deze dienst kan voor jou teksten die je opstelde rond welzijn op het werk, naar het Nederlands, het Frans, het Duits of het Engels vertalen.

Werd de tekst reeds vertaald, maar laat je hem graag nog eens nalezen?

Ook dat behoort tot de mogelijkheden. Onze vertaaldienst hanteert voor vertalingen een tarief per woord en voor tekstrevisie een tarief per uur.

Beide worden je op aanvraag in een offerte meegedeeld via het emailadres: *translation@cohezio.be*



Meer informatie nodig over deze verschillende communicatiekanalen en -middelen?
Kun je via deze communicatiekanalen niet vinden wat je zoekt?
Neem contact met ons op via marketing@cohezio.be.

REF. com_24/D/001

Prijs op aanvraag

24019_Catalogue-service-2024_NL_v14.indd 291 26/03/24 14:22

Index

2. Gezonheid

med_20/D/021 Dienst – Medisch onderzoek . . . 14
med_20/D/022 Dienst – Medisch onderzoek – Periodieke gezondheidsbeoordelingen . . . 15
med_20/D/023 Dienst – Medisch onderzoek – Niet-periodieke gezondheidsbeoordelingen . . . 16
med_20/D/024 Dienst – Medisch onderzoek – Beroepsziekten . . . 18
med_23/D/215 Dienst – Medisch onderzoek – Onderzoek i.v.m. definitieve ongeschiktheid . . . 19
med_20/D/025 Dienst – Medisch onderzoek – Inentingen . . . 20
med_20/D/026 Dienst – Griepcampagne – Antigriepvaccinatie . . . 21
med_20/D/027 Dienst – Medische risicoanalyse . . . 22
med_20/D/028 Dienst – Bedrijfsbezoek – Systematisch en periodiek bezoek van de werkplaatsen . . . 23
med_20/D/029 Dienst – Organisatie van de EHBO bij ongevallen . . . 24
med_20/D/210 Dienst – Actieve rol van de arbeidsarts in het welzijns- en gezondheidsbeleid . . . 25
med_20/D/211 Dienst – Deelname aan het Comité voor Preventie en Bescherming op het Werk (CPBW) . . . 26
med_20/D/212 Dienst – Risicoanalyse: EHBO in het bedrijf . . . 27
exp_20/D/214 Dienst – Medical Check up . . . 28
exp_20/D/220 Dienst – Nutri-check . . . 29
exp_20/D/218 Dienst – BeFit Move . . . 30
exp_20/D/217 Dienst – BeFit Food – Teamwork . . . 31
exp_20/D/241 Dienst – BeFit Food – Workshop – Etiketten lezen . . . 32
exp_20/D/240 Dienst – BeFit Food – Lunch and learn . . . 33
exp_20/O/242 Opleiding – BeFit Food – Opleiding evenwichtige voeding . . . 34
med_20/O/219 Basisopleiding – EHBO . . . 35
med_20/O/220 Bijscholing – EHBO . . . 36
med_20/O/221 Opleiding – EHBO bij kinderen (0-12 jaar) . . . 37
med_20/O/222 Opleiding – EHBO voor onthaalouders . . . 38
med_20/O/243 Opleiding – Reanimatie bij kinderen (0-12 jaar) . . . 39
med_20/O/223 Opleiding – Automatische Externe Defibrilator – AED . . . 40
med_20/O/224 Opleiding – Inleiding tot de eerstehulpverlening en het oproepen van de hulpdiensten . . . 41
med_21/O/247 Opleiding – E-learning: Eerstehulpverlening en het oproepen van de hulpdiensten . . . 42
med_20/O/225 Opleiding – Moederschapsbescherming . . . 43
med_20/O/226 Opleiding – Jaarlijkse informatie over stralingsbescherming (radioprotectie) . . . 44
med_20/O/227 Opleiding – Sensibilisatie – Diabetes . . . 45
med_20/O/228 Opleiding – Sedentariteit en het belang van fysieke activiteit . . . 46
med_20/O/229 Opleiding – Infectieziekten – Het bloedoverdraagbare trio: hepatitis B en C en HIV . . . 47
med_21/O/244 Opleiding – De belangrijkste infectieziekten en hoe ze te voorkomen . . . 48
med_21/O/245 Opleiding – Preventie van infectieziekten (algemeen) . . . 49
med_20/O/230 Opleiding – Gezond leven en een gezonde veerkracht . . . 50
med_20/O/231 Opleiding – Informatie over de re-integratietrajecten van arbeidsongeschikte werknemers . . . 51
med_20/O/233 Opleiding – Cytostatica buiten de apotheek en in de thuiszorg . . . 52
med_20/O/236 Opleiding – Griepvaccinatie voor gezondheidsmedewerkers en contactberoepen . . . 53
med_20/O/237 Opleiding – De rol van de arbeidsarts in alcohol- en drugsbeleid . . . 54
med_20/O/238 Opleiding – Preventie van prikongevallen . . . 55
med_20/O/239 Opleiding – Nacht- en ploegenarbeid . . . 56
med_20/O/246 Opleiding – Een goede nachtrust . . . 57

3. Psychosociale aspecten

psy_23/D/312 Dienst – Begeleiding van de organisatie bij absenteïsmebeheer en technieken voor beroepsherinschakeling . . . 60
psy_20/D/033 Dienst – Psychosociale risicoanalyse via individuele gesprekken . . . 61
psy_20/D/034 Dienst – Psychosociale risicoanalyse via kwalitatieve vragenlijsten . . . 62
psy_20/D/035 Dienst – Psychosociale risicoanalyse via kwantitatieve vragenlijsten (ARIPSO) . . . 63
psy_21/D/339 Dienst – Coheziometer: een eenvoudige en snelle analyse van de psychosociale risico's . . . 64
psy_20/D/036 Dienst – Psychosociale risicoanalyse via groepsgesprekken (focusgroep) . . . 65
psy_20/D/032 Dienst – Begeleiding bij het uitwerken en het uitvoeren van een beleid rond de aanpak van verslavingen . . . 66
psy_23/D/322 Dienst – Begeleiding bij het uitwerken en het uitvoeren van een beleid rond de aanpak van agressie . . . 67
psy_20/D/037 Dienst – Begeleiding van bedrijven bij een mogelijk traumatiserende gebeurtenis . . . 68
psy_20/D/038 Dienst – Psychosociaal probleem op het werk: individuele psychosociale interventie . . . 69
psy_20/D/335 Dienst – Begeleiding van de manager van een team in moeilijkheden . . . 70
psy_20/D/336 Dienst – Begeleiding van een team in crisis . . . 71
psy_20/D/337 Dienst – Sensibilisering van het management op het vlak van crisisbeheer . . . 72
psy_23/D/321 Dienst – Begeleiding bij de invoering van een leeftijdsbewust beleid in de onderneming (CAO 104) . . . 73
psy_23/D/323 Dienst – Begeleiding bij het uitwerken en het invoeren van een deconnectiebeleid . . . 74
exp_20/D/219 Dienst – Psychosociale check-up . . . 75
psy_20/D/031 Dienst – Selectie van de vertrouwenspersonen . . . 76
psy_20/O/310 Basisopleiding – Vertrouwenspersoon . . . 77
psy_20/O/311 Bijscholing / Supervisie – Vertrouwenspersoon . . . 78
psy_20/O/313 Opleiding – Sensibilisering van de hiërarchische lijn – Preventie van psychosociale risico's op het werk . . . 79
psy_20/O/314 Opleiding – Sensibilisering van het personeel – Preventie van psychosociale risico's op het werk . . . 80
psy_20/O/330 Opleiding – Sensibilisering van het management – Verslavingen: beter begrijpen om beter aan te pakken . . . 81
psy_20/O/331 Opleiding – Sensibilisering van het personeel – Verslavingen: beter begrijpen om er beter mee om te gaan 82
psy_20/O/318 Opleiding – Preventie – Conflictbeheer op het werk . . . 83
psy_20/O/323 Opleiding – Workshop stressmanagement . . . 84
psy_20/O/328 Opleiding – Sensibilisering van het personeel – Preventie van burn-out . . . 85

psy_20/O/332 Opleiding – Sensibilisering van de hiërarchische lijn – Preventie van burn-out . . . 86
psy_20/O/320 Opleiding – Een traumatiserende gebeurtenis in het bedrijf: zich voorbereiden op onvoorziene omstandigheden . . . 87
psy_23/O/338 Opleiding – Sensibilisering van de hiërarchische lijn – Discriminatie op het werk voorkomen . . . 88
psy_23/O/339 Opleiding – Sensibilisering van het personeel – Discriminatie op het werk voorkomen . . . 89
psy_21/O/323 Opleiding – E–learning: hoe ga ik om met diversiteit? . . . 90
bao_20/O/322 Opleiding – Veerkracht – Fit in je hoofd, goed in je vel . . . 91
bao_20/O/337 Opleiding – Lichamelijke veerkracht . . . 92
bao_20/O/324 Opleiding – Preventie– en stressmanagement: koester je energiebron . . . 93
bao_20/O/325 Opleiding – Preventie– en stressmanagement via ademhalingstechnieken . . . 94
bao_20/O/326 Opleiding – Preventie– en stressmanagement via yoga . . . 95
bao_20/O/327 Opleiding – Preventie– en stressmanagement via Mindfulness . . . 96
bao_20/O/329 Opleiding – Burn-outpreventie en omgaan met burn-out voor het directiecomité . . . 97
bao_20/O/330 Opleiding – Hoe mijn gevoeligheid voor burn-out verlagen? . . . 98
bao_20/O/331 Opleiding – Hoe terug de draad opnemen na een burn-out? . . . 99
bao_20/O/332 Opleiding – Hoe burn-out voorkomen in een team? . . . 100
bao_20/O/333 Opleiding – Hoe omgaan met burn-out in een team? . . . 101
bao_20/O/335 Opleiding – Workshop: is burn-out een keuze? . . . 102
bao_20/O/336 Opleiding – Conferentie: informatie en sensibilisatie in verband met burn-out . . . 103
bao_20/O/334 Opleiding – Assertiviteit: een oefening in diplomatie en vastberadenheid . . . 104

4. Ergonomie

erg_20/D/041 Dienst – Interventie opsporing beeldschermwerk – EWOS (bedrijven C- D) . . . 108
erg_20/D/042 Dienst – Interventie analyse van de arbeidsrisico's bij beeldschermwerk – EWOS (bedrijven A B C+) . . . 109
erg_20/D/043 Dienst – Interventie screening beeldschermwerk – CEWA . . . 110
erg_20/D/044 Dienst – Interventie deskundige analyse beeldschermwerk – IEWA . . . 111
erg_20/D/045 Dienst – Manueel hanteren van lasten – Risicoanalyse ergonomie . . . 112
erg_20/D/046 Dienst – Hulp bij de inrichting van de werkruimtes . . . 113
erg_20/D/047 Dienst – Hulp bij het ontwerp van kantoorruimtes . . . 114
erg_20/D/048 Dienst – Ergonomische analyse van een werkpost (geen beeldscherm) . . . 115
erg_20/D/049 Dienst – Ergonomisch advies over het bestek van producten en materialen . . . 116
erg_20/D/410 Dienst – Specifieke ergonomische studie – aanpassing van lokalen om het risico op agressie en/of besmetting te verlagen . . . 117
erg_20/D/411 Dienst – Analyse van de informatiecircuits . . . 118
erg_20/D/412 Dienst – Analyse van de organisatorische factoren . . . 119
erg_20/D/413 Dienst – Basisanalyse van de verlichting van een werkpost . . . 120
mod_20/D/401 Dienst – Analyse van de verlichting in het bedrijf . . . 121
mod_20/D/402 Dienst – Geavanceerde risicoanalyse van musculoskeletale aandoeningen als gevolg van krachtinspanningen, repetitieve bewegingen en belastende houdingen . . . 122
erg_20/D/414 Dienst – Basisanalyse van het akoestisch comfort op de werkplek . . . 123
mod_20/D/403 Dienst – Diepgaande analyse van het akoestisch comfort op de werkplek . . . 124
erg_20/D/415 Dienst – Vereenvoudigde analyse van de blootstelling van werknemers aan lawaai . . . 125
erg_20/D/416 Dienst – Analyse van de individuele blootstelling aan lawaai (Lex, 8u en Ppeak) . . . 126
erg_20/D/417 Dienst – Uitwerking van een geluidskaart . . . 127
mod_20/D/404 Dienst – Bestrijding van de blootstelling aan lawaai . . . 128
mod_20/D/405 Dienst – Geavanceerde analyse van de blootstelling van werknemers aan lawaai . . . 129
mod_20/D/406 Dienst – Analyse van de blootstelling van werknemers aan trillingen (hele lichaam) . . . 130
mod_20/D/407 Dienst – Analyse van de blootstelling van werknemers aan trillingen (handen en armen) . . . 131
erg_20/O/414 Opleiding – Gezond werken aan een beeldscherm . . . 132
erg_20/O/416 Opleiding – Rugcoach . . . 133
erg_20/O/417 Opleiding – Preventie van musculoskeletale aandoeningen en rugvriendelijk werken met lasten . . . 134
erg_20/O/418 Opleiding – Rugvriendelijk werken met personen en preventie van musculoskeletale aandoeningen op maat (1 dag) . . . 135
erg_20/O/422 Opleiding – Rugvriendelijk werken op maat of coaching op de werkplek . . . 136
erg_20/O/421 Opleiding – Preventie van musculoskeletale aandoeningen (MSA) en rugvriendelijk werken in de logistieke sector . . . 137
erg_20/O/423 Opleiding – Preventie van musculoskeletale aandoeningen (MSA) en rugvriendelijk werken in de kinderopvang . . . 138
erg_20/O/424 Opleiding – Preventie van musculoskeletale aandoeningen (MSA) en rugvriendelijk werken in de thuishulp 139
erg_20/O/425 Opleiding – Preventie van musculoskeletale aandoeningen (MSA) en rugvriendelijk werken in de schoonmaaksector . . . 140
erg_20/O/420 Opleiding – Sensibilisatie en analyse van de blootstelling aan lawaai in het bedrijf . . . 141
mod_20/O/401 Opleiding – Sensibilisatie en beheer van de blootstelling aan trillingen in het bedrijf . . . 142

5. Veiligheid

sec_20/D/051 Dienst – Bedrijfsbezoek A, B en C+ . . . 146
sec_20/D/052 Dienst – Bedrijfsbezoeken C- D . . . 147
sec_20/D/054 Dienst – Safety Audit . . . 148
sec_20/D/519 Dienst – Participatieve risicoanalyse . . . 149
sec_20/D/055 Dienst – Risicoanalyse veiligheid van een organisatie of van een werkpost . . . 150

sec_20/D/056 Dienst – Hulp bij het opstellen van het globaal actieplan en het jaarlijks actieplan . . . 151
sec_20/D/057 Dienst – Opstelling van een intern noodplan . . . 152
sec_20/D/058 Dienst – Analyse van een ernstig arbeidsongeval . . . 153
sec_20/D/059 Dienst – Analyse van een niet–ernstig ongeval . . . 154
sec_20/D/514 Dienst – Grondige analyse van de arbeidsongevallen . . . 155
sec_20/D/510 Dienst – Werfcoördinatie . . . 156
sec_20/D/053 Dienst – Indienststelling van machines en andere arbeidsmiddelen . . . 157
sec_20/D/515 Dienst – Conformiteit van machines en andere arbeidsmiddelen . . . 158
sec_20/D/516 Dienst – Risicoanalyse van machine of ander arbeidsmiddel . . . 159
sec_20/D/517 Dienst – Risicoanalyse van een elektrische LS–installatie . . . 160
sec_20/D/518 Dienst – Opstelling van een vereenvoudigde fiche voor het gebruik van een machine of arbeidsmiddel . . . 161
sec_20/D/520 Dienst – Lastenboek aankoop van machine of ander arbeidsmiddel . . . 162
sec_20/D/512 Dienst – Advies, hulp en keuze van de persoonlijke en collectieve beschermingsmiddelen . . . 164
sec_20/D/513 Dienst – Ter beschikking stellen van een preventieadviseur . . . 165
mod_20/D/514 Dienst – Monitoring en analyse van de trillingen in gebouwen en op gevoelige infrastructuur . . . 166
mod_20/D/515 Dienst – Safetify . . . 167
sec_20/O/514 Opleiding – Sensibilisering van de hiërarchische lijn in verband met het welzijnsbeleid . . . 168
sec_20/O/515 Opleiding – Risicoanalyse in de praktijk . . . 169
sec_20/O/516 Opleiding – Arbeidsongevallenanalyse . . . 170
sec_20O/517 Opleiding – Groendienst . . . 171
xlt_20/O/518 Opleiding – Dienstencheques (XL Training) . . . 172
sec_20/O/519 Opleiding – Preventieadviseur niveau III . . . 173
xlt_20/O/524 Opleiding – Werken met een hoogwerker (XL Training) . . . 174
xlt_20/O/533 Opleiding en examen – Operationele medewerkers – VCA veiligheid (XL Training) . . . 175
xlt_20/O/535 Opleiding en examen – Operationeel leidinggevenden – VOL–VCA veiligheid (XL Training) . . . 176
xlt_20/O/536 Opleiding – Veiligheidswacht . . . 177
gue_20/O/501 Opleiding – Atex: risico's in verband met explosieve omgevingen . . . 178
gue_20/O/513 Opleiding – VCA operationeel kader . . . 179
gue_20/O/514 Opleiding – VCA Basisveiligheid . . . 180
gue_20/O/503 Opleiding – Elektrische risico's BA4 . . . 181
gue_20/O/504 Opleiding – Elektrische risico's BA5 . . . 182
gue_20/O/505 Opleiding – Basisopleiding – Heftruckchauffeur . . . 183
gue_20/O/506 Bijscholing – Validatie van de vaardigheid/Opfrissing – Heftruckchauffeur . . . 184
gue_20/O/507 Basisopleiding – Besturen en werken met een verreiker met telescopische arm . . . 185
gue_20/O/508 Basisopleiding – Kraanbestuurder . . . 186
gue_20/O/510 Opleiding – Rolbrugbestuurder . . . 187
gue_20/O/511 Opleiding – Werken en evolutie op hoogte – Dragen van het harnas en begrip van redding . . . 188
gue_20/O/512 Opleiding – Werken met vaste en mobiele steigers . . . 189
pri_20/O/537 Opleiding – Prioritair rijden . . . 190



6. Brandpreventie

inc_20/D/061 Dienst – Brandrisicoanalyse . . . 194
inc_20/D/062 Dienst – Checklist conformiteit brand . . . 195
inc_20/D/063 Dienst – Opstellen van evacuatieplannen . . . 196
inc_20/D/064 Dienst – Begeleiding bij een evacuatieoefening . . . 197
inc_20/D/065 Dienst – Opstelling van een brandpreventiedossier . . . 198
xlt_20/O/612 Opleiding – Brandwacht (XL Training) . . . 199
xlt_20/O/614 Opleiding – Werken met kleine blusmiddelen . . . 200
xlt_20/O/615 Opleiding – Werken met onafhankelijke adembescherming . . . 201
gue_20/O/613 Opleiding – Sensibilisering van blusmiddelen . . . 202
gue_20/O/604 Opleiding – Basisopleiding evacuatie . . . 203
gue_20/O/605 Bijscholing – Brandbestrijdingsdienst – Lichte blusmiddelen . . . 204
gue_20/O/610 Bijscholing – Opfrissing – lichte brandbestrijdingsmiddelen . . . 205
gue_20/O/606 Opleiding – Interventieploeglid brandbestrijdingsdienst – Zware blusmiddelen . . . 206
gue_20/O/609 Bijscholing – Opfrissing – Brandbestrijdingsdienst – Zware blusmiddelen . . . 207
gue_20/O/603 Opleiding – Brandbestrijdingsdienst met IAA* – Lichte blusmiddelen . . . 208
gue_20/O/611 Bijscholing – Opfrissing – Interventieploeglid met IAA* – Lichte blusmiddelen . . . 209
gue_20/O/602 Opleiding – Brandbestrijdingsdienst met IAA* – Zware blusmiddelen . . . 210
gue_20/O/607 Opleiding – Basisopleiding voor het dragen van een IAA* . . . 211
gue_20/O/612 Bijscholing – Opfrissing IAA*-drager . . . 212
gue_20/O/614 Opleiding – Mobiele unit: SAMM brandbestrijdingsdienst . . . 213



7. Industriële hygiëne

hyg_20/D/712 Dienst – Analyse van de binnenluchtkwaliteit . . . 216
hyg_21/D/726 Dienst – Analyse van de CO_2-concentratie in de binnenlucht door middel van geconnecteerde sondes . . . 217
hyg_20/D/071 Dienst – HVAC audit . . . 218
hyg_20/D/713 Dienst – Advies omtrent de risico's van legionella in installatie . . . 219
hyg_20/D/714 Dienst – Basisanalyse van het thermisch comfort en van de luchtverversing . . . 220
hyg_20/D/715 Dienst – Geavanceerde analyse van het thermisch comfort en de luchtverversing . . . 221
hyg_20/D/716 Dienst – Geavanceerde analyse van de thermische belasting (warm of koud) . . . 222

hyg_20/D/710 Dienst – Analyse en metingen van microbiologische agentia op oppervlakken 223
hyg_20/D/717 Dienst – Analyse en metingen van microbiologische agentia in de lucht 224
hyg_20/D/711 Dienst – Chemische stoffen – Luchtmetingen. 225
hyg_20/D/073 Dienst – Analyse en metingen van stof 226
hyg_20/D/718 Dienst – Analyse van de blootstelling aan chemische agentia met behulp van tools voor modelvorming . 227
hyg_20/D/719 Dienst – Toxicologisch advies. 228
mod_20/D/701 Dienst – Opstelling van een vereenvoudigd veiligheidsinformatieblad 229
hyg_20/D/720 Dienst – Specifiek advies in verband met het gebruik van een product. 230
hyg_20/D/721 Dienst – Inventaris van gevaarlijke producten en kwalitatieve risicoanalyse. 231
hyg_20/D/722 Dienst – Opstelling van de asbestinventaris 232
hyg_20/D/723 Dienst – Advies over de asbestinventaris 233
hyg_20/D/724 Dienst – Asbest: identificatie van verdachte materialen via het nemen van monsters 234
hyg_20/D/725 Dienst – Advies over het werkplan bij het verwijderen van asbest. 235
hyg_20/D/072 Dienst – Audit HACCP (Analyse van de voedingshygiëne in cateringomgevingen) 236
mod_20/D/702 Dienst – Analyse van de blootstelling aan elektromagnetische velden 237
hyg_20/O/712 Opleiding – Preventie en bescherming tegen van risico's van asbest (eenvoudige handelingen). 238
hyg_20/O/713 Bijscholing – Preventie en bescherming tegen van risico's van asbest (eenvoudige handelingen). 239
hyg_20/O/714 Opleiding – Voedingshygiëne volgens HACCP 240
hyg_20/O/716 Opleiding – Het gebruik van onderhoudsproducten 241
hyg_20/O/717 Opleiding – Sensibilisatie en omgaan met chemische agentia in het bedrijf 242
xlt_20/O/717 Opleiding – Meten en detecteren van gevaarlijke stoffen (XL Training). 243



8. Milieu-wetgeving

mod_20/D/901 Dienst – Studie van de geluidsimpact van bestaande installaties/bedrijven op de omgeving 246
mod_20/D/902 Dienst – Studie van de geluidsimpact van geplande installaties/bedrijven op de omgeving (aanvraag milieuvergunning) 247
ser_22/D/901 Dienst – Milieuvergunningsaanvraag, milieueffectrapport en -nota's 248
ser_22/D/902 Dienst – ATEX-studie 249
ser_22/D/903 Dienst – Industriële risico's en SEVESO-sites 250



9. Leadership - Management

bao_22/O/248 Opleiding – Terug aan het werk na kanker, een zeer actuele kwestie 254
bao_20/O/081 Opleiding – Hoe ga ik om met veranderingen in de teams? 256
bao_20/O/082 Opleiding – De participatieve leader – "De kracht van verbinding maken". 257
bao_20/O/083 Opleiding – De enthousiaste leader – "Het vuur aanwakkeren". 258
bao_20/O/084 Opleiding – De moedige leader – "Leiden met lef" 269
bao_20/O/085 Opleiding – De open leader – "Leiderschap zonder grenzen" 260
bao_20/O/086 Opleiding – De authentieke leader – "Recht voor de raap" 261
bao_20/O/087 Opleiding – Manager coach – De fundamenten van leidinggevende en relationele coaching 262
bao_20/O/088 Opleiding – Krachtige communicatie: goed luisteren en een assertieve houding aannemen 263
bao_20/O/089 Opleiding – Spreken in publiek: kom op verhaal! 264
bao_20/O/810 Opleiding – Leiding geven: een nederig gebeuren 265
bao_20/O/811 Opleiding – De mindful leader: hoe word ik een efficiëntere leider?. 266
bao_20/O/812 Opleiding – Omgaan met conflicten en agressie. 267
bao_20/O/813 Opleiding – Hoe ga ik om met emoties en stress met behulp van de EFT? 268
bao_20/O/814 Opleiding – Onderwijssector – Ontwikkelen van leiderschapskwaliteiten en coach attitude 270
bao_20/O/815 Opleiding – Leader of Tomorrow 272
bao_20/O/816 Opleiding – Insights Discovery® – De basis. 273
bao_20/O/817 Opleiding – Insights Discovery® – Interpersoonlijke relaties en stress- & tijdmanagement 274
bao_20/O/818 Opleiding – Insights Discovery® – Leadership. 275
bao_20/O/819 Opleiding – Insights Discovery® – Het 360° feedbackproces met Insights Multiview® 276
bao_20/O/820 Opleiding – Interventie bij interpersoonlijke problemen (op het niveau van individu, team, EXCOM) 277
bao_20/O/821 Opleiding – Leidinggeven volgens de Tolteekse Wijsheden. 278
bao_20/O/822 Opleiding – Onderwijssector – Bewust ademhalen in de klas. 279
bao_20/O/823 Opleiding – Internal Coach Training 280
bao_20/O/824 Opleiding – Supervisie van interne coaches 281
bao_20/O/825 Opleiding – Hoe kan de werking van een team worden verbeterd door middel van systeemopstellingen met paarden?. 282
bao_20/O/826 Opleiding – Hoe kan de werking van een team worden verbeterd door middel van systeemopstellingen? . 283
bao_20/O/827 Opleiding – De TAO van leiderschap 284



10. Aanvullende diensten

com_24/D/001 Aanvullende diensten – Communiceer en sensibiliseer. 288

Samen met u

kiezen we voor een continue en coherente actie.
En die geslaagde cohesie zorgt voor het welzijn van
ieder van ons!



cohezio

Externe Dienst voor Preventie
en Bescherming op het Werk
Bischoffsheimlaan 1-8 • 1000 Brussel
T. +32 (0)2 533 74 11 • info@cohezio.be
www.cohezio.be

Verantwoordelijke uitgever: Olivier Legrand - Bischoffsheimlaan 1-8 - 1000 Brussel. Deze uitgave is auteursrechtelijk beschermd en dateert van 01/09/2020. Photos: Shutterstock / iStock / ThinkstockPhotos / AdobeStock. INF_NL_COM_021 V10