

Vandaag werken aan morgen voor boomverzorgers

Langer doorwerken of tweede carrière?

april 2012
Stigas onderzoeker: Brechtje Bokdam



Dit is een uitgave van
Stichting Gezondheidszorg Agrarische Sectoren (Stigas)

Postbus 32
2300 AA Leiden
Telefoon (071) 568 90 00
e-mail: info@stigas.nl



Opdrachtgever	Branchevereniging VHG
Uitvoering onderzoek	Mei - november 2011
Rapportage	April 2012
Projectgroep	Brechtje Bokdam, gezondheidsonderzoeker, Stigas Ad de Rooij, medisch adviseur, Stigas Bianca Brouwers, coördinator WerkenInBalans, Stigas Marc Custers, vakgroepsecretaris boomverzorgers, branchevereniging VHG

Voorwoord

Met uitzondering van betere klimmaterialen en lichter gereedschap is het werk van de boomverzorger de afgelopen tientallen jaren niet wezenlijk veranderd. Klimmen in bomen vergt enerzijds veel fysieke inspanning, beheersing en spierkracht. Anderzijds is ervaring van groot belang om het werk veilig en gezond te kunnen volhouden. Dit heeft tot gevolg dat de 45-plusser zich al snel “oud” vindt worden in het beroep van boomverzorger en gaat uitkijken naar alternatieven. De sector is daarom op zoek naar vernieuwing om de ervaren medewerkers langer te kunnen behouden.

Op verzoek van de vakgroep Boomverzorging van de VHG heeft Stigas een project uitgevoerd met als doel te zoeken naar praktische mogelijkheden om langer doorwerken mogelijk te maken in de boomverzorging of in gerelateerde werkzaamheden. Voor Stigas sluit deze opdracht aan op de vergrote aandacht voor het thema langer doorwerken.

Samenvatting

Hieronder wordt een samenvatting gegeven van de onderzoeksrapportage. Hierbij wordt dezelfde hoofdstukindeling aangehouden als in de rapportage.

Aanleiding en onderzoeksvragen

Door de vakgroep boomverzorging van de branchevereniging VHG is gesignaleerd dat veel boomverzorgers vroegtijdig, zo rond hun 45^e uitvallen. Doelstelling van dit onderzoek is om tips en maatregelen te vinden zodat met deze vervroegde vergrijzing kan worden omgegaan. De volgende onderzoeksvragen komen aan bod:

- Wat zijn de redenen om te stoppen met het werk van boomverzorger? Is dit vanwege fysieke klachten, veiligheid of om andere redenen?
- Zijn er mogelijkheden om de lichamelijke belasting te verminderen, zodat het werk mogelijk langer volgehouden kan worden?
- Wat is de inzetbaarheid van ‘de boomverzorger’? Is hier een lijn in te ontdekken, zodat de sector hierop kan faciliteren, of is dit per persoon te verschillend?

Dataverzameling heeft plaatsgevonden via literatuurstudie, de WerkVermogensMonitor en interviews.

Resultaten van het literatuuronderzoek

De kalenderleeftijd is geen goede voorspeller van inzetbaarheid van een werknemer. Er zijn verschillende ‘soorten leeftijden’ die hiervoor belangrijker zijn:

- de leeftijd van de professionaliteit
- de leeftijd van de privésituatie
- de psychosociale beleving van de leeftijd
- de leeftijd van de gezondheid – lichamenlijk en neurocognitief

De leeftijd van de professionaliteit hangt in fysiek zware beroepen sterk af van de fysieke vermogens. De piek in de boomverzorging is dan ook al op jonge leeftijd. De leeftijd van de privésituatie wordt beïnvloed door veranderingen in de privésituatie. De psychosociale beleving van de leeftijd is het geheel van percepties over hoe jong of oud iemand is. Deze twee ‘leeftijden’ zijn in de boomverzorging niet anders dan in andere beroepen. Ten slotte is er de leeftijd van de gezondheid. Gezondheid is essentieel om het vak van boomverzorger te kunnen uitoefenen en kan ondermijnd worden door de zwaarte van het werk.

Vanaf een jaar of 30 nemen de spierkracht en het uithoudingsvermogen af. Wanneer de belasting niet evenredig wordt teruggebracht, ontstaan er na 15 tot 20 jaar problemen. Vanaf de leeftijd van 45 jaar komen er dan ook meer werkgerelateerde aandoeningen voor.

Resultaten WerkVermogensMonitor

81 boomverzorgers hebben de WerkVermogensMonitor ingevuld. De gemiddelde leeftijd is 36 jaar. Onder hen zijn 31 zelfstandigen (met of zonder personeel). De groep zelfstandigen is ouder dan de werknemers (gemiddeld 40 respectievelijk 33 jaar).

Van de 81 deelnemers hebben er 71 goed of uitstekend gescoord (87,7%) en 10 matig tot slecht (12,4%). Dit is vergelijkbaar met andere beroepsgroepen.

De WerkVermogensMonitor bestaat uit verschillende items. In onderstaande tabel is weergegeven op welke items gunstig of ongunstig is gescoord ten opzichte van de referentiegroep.

Scores	Werkvermogen	Zelfstandigheid	Afwisseling *	Werkdruk	Fysieke belasting	Productiviteit *
Boomverzorgers (n=81)	Gemiddeld	Gunstig	Gunstig	Gemiddeld	Ongunstig	Gemiddeld

Tabel 1. Een overzicht van de items in vergelijking tot de benchmark.

* bij deze items is een verband aangetoond met het werkvermogen.

Er is een verband aangetoond tussen het werkvermogen en de items afwisseling en productiviteit. Hoe meer afwisseling iemand ervaart, hoe hoger het werkvermogen en hoe hoger het werkvermogen, hoe meer productiviteit. Wat betreft zelfstandigheid is een relatie aangetoond met de leeftijd: hoe ouder iemand is, hoe meer zelfstandigheid hij ervaart in zijn werk. Ook ervaart de groep zelfstandigen meer zelfstandigheid in hun werk dan de werknemers.

De fysieke belasting ligt aanzienlijk hoger dan in andere beroepsgroepen. Bij werknemers is dit nog eens hoger dan bij zelfstandigen. Ook is er een samenhang met de leeftijd.

Leefstijl

De boomverzorger slaapt minder dan werknemers in andere sectoren. Ook drinken degenen die alcoholische dranken nuttigen, per week meer glazen dan de referentiegroep. Op andere items werd een gemiddelde score behaald.

Resultaten interviews

Tien boomverzorgers en opleidende organisaties zijn geïnterviewd. Aan hen is gevraagd op welke manier zij bezig zijn met het terugbrengen van lichamelijke belasting en of zij verwachtten tot aan hun pensioen hun werk te kunnen blijven doen. Wat vaak genoemd is, is dat jonge boomverzorgers vaak hun lichaam onnodig zwaar belasten. Pas als iemand ouder wordt, voelt hij dat zijn lichaam eronder gaat lijden. Dan gaan mensen bewuster aan de slag met het gebruik van hulpmiddelen en werken ze meer in hun eigen tempo. Vrijwel alle geïnterviewden denken dat het werk tot aan het pensioen gedaan kan worden, zolang er voldoende maatregelen worden genomen en het werk iets wordt aangepast.

Technische mogelijkheden

In de afgelopen jaren is er veel ontwikkeld om het werk lichter te maken. De belangrijkste ontwikkelingen zijn:

- accumachines, die lichter zijn dan apparaten op een benzinemotor
- de acculier, waardoor iemand elektrisch naar boven wordt getakeld
- talloze kleine hulpmiddelen, zoals de cambiumsaver (deze vermindert weerstand op ellebogen en schouders)
- een veraangenaming van het werk door beter afgestemde kleding, schoenen en helmen

Conclusies

Hieronder worden de conclusies beschreven, ingedeeld naar onderzoeksvraag.

Wat zijn de redenen om te stoppen met het werk van boomverzorger?

De resultaten bevestigen dat de uitval grotendeels wordt veroorzaakt door de hoge fysieke belasting. De fysieke belasting onder de boomverzorgers is zeer hoog. De fysieke belasting bij werknemers in loondienst is hoger dan bij zelfstandig werkende boomverzorgers. Wellicht maken zelfstandigen meer gebruik van hun mogelijkheden om de belasting te beperken. Mogelijk hangt dit verschil ook samen met de leeftijd, die bij de zelfstandigen hoger is. Hoe ouder iemand wordt, hoe meer hij zich bewust wordt van de effecten op het lichaam en hoe minder hij zich laat opjagen.

Zijn er mogelijkheden om de lichamelijke belasting te verminderen, zodat het werk langer volgehouden kan worden?

Het is mogelijk om de fysieke belasting bij boomverzorgers terug te brengen. Ten eerste is er ruimte voor verbetering onder jonge boomverzorgers. Ten tweede worden nog niet alle technische mogelijkheden optimaal benut. Redenen zijn kostenoverwegingen en gebrek aan kennis. Ten slotte is het belangrijk voldoende afwisseling aan te brengen in het werk.

Wat is de inzetbaarheid van 'de boomverzorgers?'

Gedurende het onderzoek is te weinig informatie naar voren gekomen om te kunnen zeggen of boomverzorgers vaak in dezelfde functie terechtkomen.

De verschillende 'leeftijden' van de boomverzorgers

Omdat boomverzorging een lichamelijk zwaar beroep is, zijn de leeftijd van de professionaliteit en de leeftijd van de gezondheid beide afhankelijk van de fysieke mogelijkheden. Overbelasting en slijtage van het lichaam zijn een groot risico.

Mogelijkheden om de leeftijd van de gezondheid positief te beïnvloeden zijn een goede nachtrust (herstel van het lichaam) en minder alcohol drinken. Zorgen voor voldoende regelcapaciteit en het voorkomen van repeterende beweging is belangrijk.

De leeftijd van de professionaliteit kan wordt verbeterd wanneer de vakkennis toeneemt. Dit gebeurt door werkervaring en scholing. De fysieke vermogens beginnen voor het dertigste jaar af te nemen. Wanneer de belasting niet evenredig afneemt, ontstaan er rond het 45^e levensjaar lichamelijke klachten.

De leeftijd van de privésituatie en de psychosociale beleving van de leeftijd wijken bij boomverzorgers niet af van die in andere beroepsgroepen. Over het algemeen vindt rond het 30^e levensjaar een verandering in de privésituatie plaats, waardoor meer behoefte ontstaat aan zekerheid.

Leeftijd diversiteit binnen een bedrijf levert het voordeel op van de vakkennis van de oudere werknemer, ook op het gebied van het beperken van fysieke belasting, en de fysieke belastbaarheid van de jongere werknemer.

Aanbevelingen

- Vul werkervaring regelmatig aan met trainingen en cursussen om kennis op te doen over bomen en boomverzorging. Houd ontwikkelingen in het vakgebied bij.
- Wees op de hoogte van veiligheidsmaatregelen en de nieuwste (technische) ergonomische ontwikkelingen.
- Maak gebruik van de bestaande ergonomische oplossingen. Een goede planning en voldoende regelmogelijkheden voor degenen die het werk uitvoeren kunnen hierbij helpen.
- Stimuleer het bewustzijn van de risico's van fysieke (over)belasting op jonge leeftijd.
- Laat je niet opjagen, doe het werk in je eigen tempo.
- Geef het lichaam voldoende hersteltijd. Naast het aantal werkuren is voldoende nachtrust hierbij van belang.
- Ga na waar competenties liggen buiten het bomenvak. Begin hiermee voor het dertigste levensjaar.

Inhoud

Voorwoord

Samenvatting

1. Inleiding	1
2. Methoden	1
3. Resultaten	3
3.1 Literatuurstudie: ouder wordende werknemers	3
3.2 WerkVermogensMonitor	6
3.2.1 Respons	6
3.2.2 Resultaten WerkVermogensMonitor	6
3.2.3 Onderzoekspopulatie	6
3.2.4 Score op individueel werkvermogen	7
3.2.5 De groepsscores op de verschillende items van de WerkVermogensMonitor	8
3.2.6 Tips van boomverzorgers	11
3.2.7 Vervolggesprekken	11
3.3 Resultaten interviews	12
4 Discussie en conclusie	15
5. Aanbevelingen	20
6. Literatuur	22
Bijlage 1	

1. Inleiding

Werkgevers in de boomverzorging vragen zich af wat er gedaan kan worden om ervaren medewerkers langer te behouden. Het opleiden van boomverzorgers is een investering voor de werkgever en deze gaat verloren bij vroegtijdig vertrek.

De werkgever kan gaan zoeken naar ergonomische oplossingen, organisatorische verbeteringen en de werknemer zal zich tijdig gaan voorbereiden op een tweede carrière.

Immers, het werk kan meestal niet tot aan de pensioenleeftijd worden uitgevoerd. Daarom is op verzoek van de branchevereniging VHG dit project uitgevoerd.

De ervaring leert dat op de relatief jonge leeftijd vanaf ongeveer 45 jaar, ervaren boomverzorgers hun werk als fysiek te zwaar en te gevaarlijk gaan vinden. Deze problematiek is vergelijkbaar met die van sporters, militairen en politiefunctionarissen. Bij militairen en de politie kent men het rangenstelsel. Bij klimmen op de ladder wordt de medewerker minder fysiek belast. Deze oplossing is er niet voor de boomverzorgers.

Ondernemers in deze sector hebben dit probleem onderkend en zijn al druk bezig te zoeken naar alternatieven. Bij de sollicitatie wordt bijvoorbeeld gevraagd naar hobby's en andere vaardigheden en wordt er aangegeven dat dit een mooi beroep is maar geen life time-carrière. Een deel van de boomverzorgers "op leeftijd" komt in het onderwijs, advieswerk en coaching van collega's terecht. Het gaat vaak om gespecialiseerde bedrijven met weinig andersoortig werk.

Boomverzorgers hebben dagelijks te maken met een zware lichamelijke belasting. Het ligt voor de hand de oplossing in een verlichting van het werk hiervan te zoeken. De mogelijkheden hiertoe zijn naar verwachting echter beperkt: behendigheid blijft nodig; er zal hoe dan ook op hoogte moeten worden gewerkt, vaak met zware gereedschappen. Bovendien moet veiligheid uiteraard voorop staan. Wellicht kan een afwisseling in werkzaamheden het werk minder zwaar maken, doordat de belasting dan niet constant hoog is.

Doel

Doelstelling van het project is om tips en maatregelen te vinden zodat met de vervroegde vergrijzing onder boomverzorgers kan worden omgegaan. Hiervoor moeten de volgende vragen worden beantwoord:

- Wat zijn de redenen om te stoppen met het werk van boomverzorgers? Is dit vanwege fysieke klachten, veiligheid of om andere redenen?
- Zijn er mogelijkheden om de lichamelijke belasting te verminderen, zodat het werk mogelijk langer volgehouden kan worden?
- Wat is de inzetbaarheid van 'de boomverzorgers'? Is hier een lijn in te ontdekken, zodat de sector hierop kan faciliteren, of is dit per persoon te verschillend?

2. Methoden

Literatuurstudie

Ten eerste is er literatuuronderzoek verricht naar ouder wordende werknemers.

Enquête

Om de bovenstaande vragen te beantwoorden is op verschillende manieren informatie verzameld. Bij een groep van 81 boomverzorgers is het werkvermogen in kaart gebracht. Hiertoe werd de vragenlijst WerkVermogensMonitor (WVM), die gebaseerd is op de WorkAbilityIndex (WAI), ingezet. Dit is een gevalideerd instrument om de inzetbaarheid in de toekomst te voorspellen en het geeft inzicht in de duur dat boomverzorgers hun werk kunnen uitvoeren. Ten tweede verschaft de WVM duidelijkheid over de achtergrond van verminderd werkvermogen: ligt dit puur in de lichamelijke belasting of zijn er ook andere knelpunten? De resultaten zijn in dit project op individueel niveau en op groepsniveau geanalyseerd.

Interviews

Wanneer uit de WVM op individueel niveau bleek dat er sprake was van verminderd werkvermogen en dus van een dreigend verzuim, werd de werknemer uitgenodigd voor een gesprek met de preventieadviseur van Stigas. Er is in die gevallen bekeken of er een mogelijkheid is tot

werkaanpassing, of welk werk iemand zou kunnen uitvoeren. Dit gaf inzicht in de inzetbaarheid voor de rest van de loopbaan van boomverzorgers.

Op groepsniveau zijn de uitkomsten van de groep van boomverzorgers vergeleken met andere beroepsgroepen. De resultaten hiervan geven inzicht in de onderdelen die het werkvermogen van de groep beïnvloeden.

Ter beantwoording van de vraag over mogelijkheden de lichamelijke belasting te verminderen is een interview gehouden met een specialist op het gebied van technische ontwikkelingen in het bomenvak.

Naast de WVM zijn er nog een aantal boomverzorgers geïnterviewd over hun verwachtingen over hun loopbaan.

3. Resultaten

In dit hoofdstuk worden de resultaten beschreven van de verschillende onderzoeksmethoden.

3.1 Literatuurstudie: ouder wordende werknemers

Naar ouder wordende werknemers zijn al verschillende onderzoeken verricht. In deze paragraaf worden enkele resultaten van die onderzoeken beschreven.

Het is met behulp van de kalenderleeftijd moeilijk te voorspellen hoe inzetbaar een werknemer is. Belangrijker zijn specifieke operationalisaties van leeftijd:

- de leeftijd van de professionaliteit
- de leeftijd van de privésituatie
- de psychosociale beleving van de leeftijd
- de leeftijd van de gezondheid – lichamenlijk en neurocognitief

Dit zijn de condities die in de loop van een mensenleven veranderen.

Voor fysieke beroepen geldt dat de leeftijd van professionaliteit samenhangt met de fysieke conditie. Voor beroepen die vooral eisen stellen aan 'gekristalliseerde intelligentie,' zoals algemene kennis, ervaringskennis, woordenschat en verbaal begrip worden beoefenaars beter naarmate ze hun beroep langer uitvoeren. Bij beroepen die hoge eisen stellen aan 'fluide intelligentie,' piekt de professionaliteit van de beoefenaars juist op jonge leeftijd. Dit zijn beroepen waarin veel werkgeheugen, abstract redeneren, aandacht en het verwerken van nieuwe informatie gevraagd wordt. Zij zeggen vaak het meest inventief en productief te zijn geweest rond hun twintigste of eerder.

Fysieke competenties nemen gemiddeld af naarmate mensen ouder worden, maar hierin zijn grote verschillen. Mentale competenties nemen pas op hoge leeftijd dermate af dat het invloed heeft op iemands functioneren. Professionaliteit blijft over het geheel genomen vrij stabiel gedurende de loopbaan: afnemende capaciteiten worden vaak goed gecompenseerd met opgebouwde werkervaring of hulpmiddelen.

Hoe ouder werknemers zijn, hoe lager zij hun inzetbaarheid voor andere functies inschatten. Dit geldt sterker voor werknemers in 'smalle' functies dan voor werknemers in 'brede' functies, waarin veel te leren valt en die veel professionaliteit vereisen. Dit toont aan dat employability van werknemers te beïnvloeden is door uitdagend werk te bieden. Dan kunnen mensen tot op hoge leeftijd breed inzetbaar blijven. Belangrijk is hierbij dat werknemers hun eigen professionaliteit goed managen, bijvoorbeeld door voortdurend bij te blijven in hun vak. Mensen die zich continu verdiepen in hun vak, zowel door te leren in het werk zelf als via vakinhoudelijke training, kunnen hun professionaliteit op peil houden, dankzij hun toenemende gekristalliseerde cognitieve vermogens.

Op diverse momenten kunnen problemen ontstaan rondom professionaliteit:

- in beginnende loopbanen zitten werknemers vaak nog niet goed op hun plek. Ze weten nog niet goed welke baan past bij hun competenties.
- Halverwege geldt voor sommige werknemers dat zij doorgroeien naar posities boven hun kunnen (bijvoorbeeld vakinhoudelijke experts die leiding geven zonder managementkwaliteiten).
- In de latere loopbaan kan ervaringsconcentratie optreden: mensen hebben zich zo sterk en langdurig gespecialiseerd, dat zij moeilijk ander werk kunnen leren en vinden. Dit maakt hen kwetsbaar wanneer hun beroep overbodig wordt of hun gezondheid gaat lijden onder langdurig hetzelfde werk doen.

Een ander soort leeftijd is de leeftijd van de privésituatie. Veranderingen in de privésituatie hebben invloed op de tijd en aandacht die zij aan hun werk besteden. Voor werknemers tussen de 25 en 44 jaar worden kinderen vaak belangrijk. Vanaf 45 jaar speelt vaak mantelzorg, bijvoorbeeld voor (schoon)ouders een rol. Deze twee voorbeelden spelen voor vrouwen een grotere rol dan voor mannen, maar ook voor mannen zijn verstoringen van het werk vanuit de privésituatie vaak onvermijdelijk.

De psychosociale beleving van de leeftijd is het geheel van percepties die mensen en hun omgeving zelf hebben van hoe jong of oud iemand is en de gevolgen hiervan op het functioneren. Dit wordt extra saillant rondom het 40^{ste} à 45^{ste} levensjaar: objectief gezien zijn mensen dan jong noch oud. Bepaalde

wegen zijn afgesloten, maar andere staan nog open. Er vindt rond het veertigste levensjaar een verandering in tijdsoriëntatie plaats, van 'tijd vanaf de geboorte' tot 'tijd tot aan de dood.' Jongeren zijn bezig met het verbeteren van toekomstmogelijkheden, ouderen hopen vooral op sociaal-emotionele waardering voor wat ze hebben bijgedragen.

Leeftijdverschillen in teams kunnen negatieve percepties en behandeling versterken, maar kunnen ook positieve effecten hebben: er is minder onderlinge competitie en jaloezie.

De leeftijd van de gezondheid is wat ook 'functionele leeftijd' wordt genoemd: de fysieke en neurocognitieve conditie. Met neurocognitieve conditie wordt bedoeld de conditie van de hersenen en het cognitief functioneren (zoals geheugen, aandacht en problemen oplossen). Als mensen ouder worden, springt de gezondheid meer in het oog, omdat de kans op gezondheidsklachten stijgt. Ook neemt het vermogen tot cognitief functioneren en leren af, maar de echte beperkingen komen pas na het 65^e levensjaar aan het licht (Nauta, De Lange, & Görtz, 2010). Deze 'leeftijd,' met name de fysieke conditie, is bij een fysiek zwaar beroep, zoals dat van boomverzorger, een belangrijke voorwaarde om het werk te kunnen uitvoeren.

Nauta et al. hebben bovenstaande in het volgende schema samengevat:

Schema inzetbaarheid en levensloop

	Soort leeftijd	Professionaliteit	Privésituatie	Psychosociale beleving	Gezondheid
De werknemer	Behoeftewerknemer	Wil leren en presteren	Wil werk en privé flexibel combineren	Wil jong ogen	Wil gezond blijven
	Kernvraag aan zichzelf	"Wat kan ik?"	"Hoe wil ik leven?"	"Wat wil ik?"	"Hoe blijf ik gezond?"
	Zelfmanagement (preventief)	Leren en zich ontwikkelen	Privéleven organiseren	Zich zelfbewust opstellen	Veel bewegen, gezond eten
	Mogelijk probleem	Vastroesten: functie te makkelijk, moeilijk of niet-passend.	Werk-privé onbalans	Negatief zelfbeeld	Lichamelijke en cognitieve klachten
	Coping (curatief)	Andere taken of functie zoeken	Werk en privé leren combineren	Loopbaancoaching zoeken	Medische hulp zoeken
	Behoeftewerkgever	Wil juiste persoon op juiste plaats (competent)	Wil toegewijde medewerkers (betrokken)	Wil gemotiveerde medewerkers (gemotiveerd)	Wil laag verzuim (gezond)
De HR-praktijken	Kernvraag van manager	"Wat wil je leren?"	"Hoe is het thuis?"	"Hoe bevalt je werk?"	"Hoe is het met je gezondheid?"
	Management (preventief)	Uitdagend werk: ontwikkelingsmogelijkheden	Flexibele werktijden, verlofregelingen, kinderopvang	Diversiteit promoten	Gezond werk bieden
	Mogelijk risico	Onderprestatie	(Mentaal) verzuim	Demotivatie	Verzuim
	Probleemaanpak (duratief)	Her- en uitplaatsing; om-, bij- en herscholing	Extra verlof; Ondersteuning regelen	Sereotypen bestrijden	Werk aanpassen aan beperkingen en wensen werknemer

Tabel 1. Schema inzetbaarheid en levensloop

Er zijn bij fysiek zware beroepen verschillende factoren die een rol spelen in het ontstaan van arbeidsgelateerde gezondheidsklachten: de functieduur, de leefstijl, de kwaliteit van het beroep en de fysieke belasting. De functieduur geeft aan hoe lang iemand werkzaam is in hetzelfde beroep. Mensen die jarenlang dezelfde functie uitoefenen hebben meer gezondheidsproblemen en verzuimen meer dan mensen die op gezette tijden van functie veranderen. Vooral in lichamelijk zware beroepen is dit een betere verklaring voor het ontstaan van gezondheidsklachten dan de leeftijd (Van den Bogaard, De Lange, & Van Poppel, 2005). Er is echter niet een bepaalde tijd aan te duiden waarop de functieduur te lang wordt. Dit is afhankelijk van het moment waarop het werk voor een individu te zeer routine wordt (Nederlandse organisatie voor Toegepast Natuurwetenschappelijk Onderzoek [TNO], 2008). De kwaliteit van een beroep wordt bepaald door de mate van afwisseling en regelcapaciteit die de werknemer geboden wordt. Routine en herhaling verlagen juist de kwaliteit van het beroep (Van den Bogaard et al., 2005).

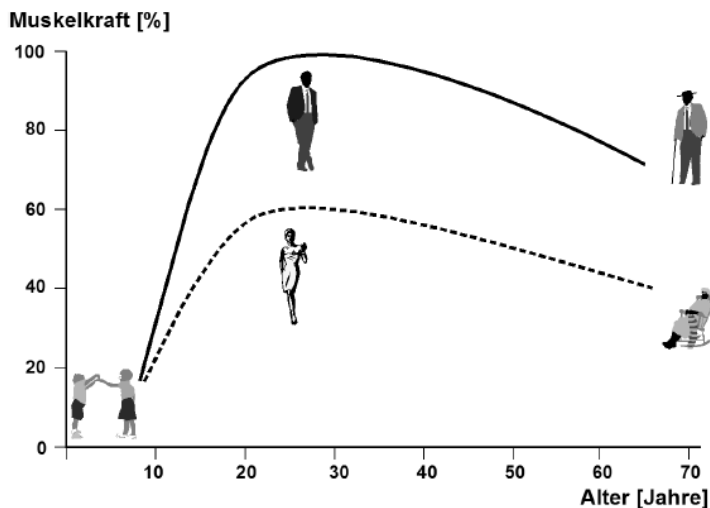
Zoals hierboven beschreven, is de kalenderleeftijd niet de beste indicatie voor de inzetbaarheid. Iedere persoon verouderd op een andere manier, waarbij allerlei factoren een rol spelen. Toch valt er wel iets te generaliseren.

Vanaf een leeftijd van 45 jaar komen werkgerelateerde aandoeningen meer voor.

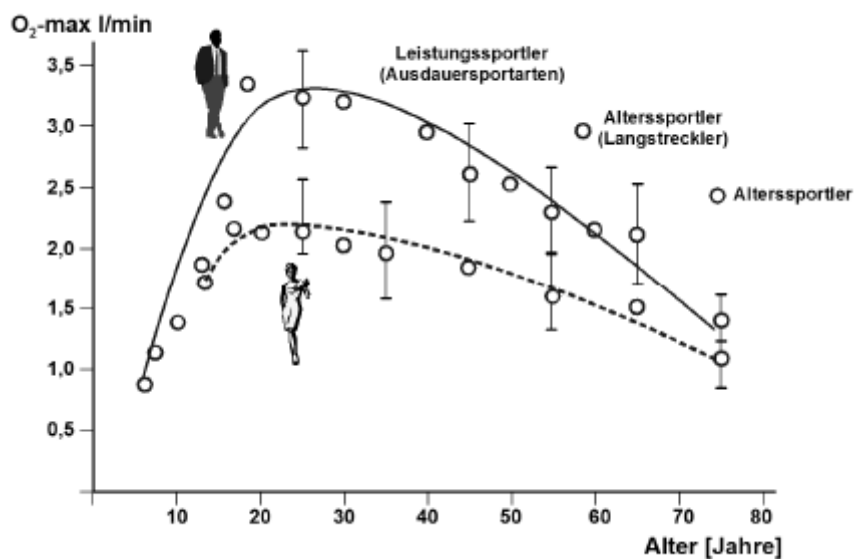
Bij de oudere werknemer wordt de herstelbehoefte groter en nemen de lichamelijke vermogens af. Dit leidt tot een lagere belastbaarheid. (Van den Bogaard et al., 2005).

Toch verzuimen werknemers vanaf een leeftijd van 55 jaar juist minder dan werknemers van 45-55 jaar. Dit komt doordat er een selectie heeft plaatsgevonden. De gezonde werknemers zijn nog aan het werk, zieke werknemers hebben de arbeidsmarkt verlaten. Dit is het 'healthy workers effect' (Van den Bogaard et al., 2005). In de arbeidsparticipatie in deze leeftijdsgroepen is het healthy workers effect duidelijk terug te zien: Terwijl er in de leeftijdsgroep 50 t/m 54-jarigen nog sprake is van 76,8% (netto) arbeidsparticipatie, loopt dit in de groep 55 t/m 59 jarigen terug tot 65,5% en in de groep 60-65 jarigen zelfs tot 32% (Centraal Bureau voor de Statistiek [CBS], 2011).

Volgens onderzoek van Ilmarinen (2001) beginnen de functionele (fysieke) capaciteiten zelfs al rond de 30 jaar af te nemen. Dit is ook te zien in onderstaande illustraties (Strasser, 2009). De eerste grafiek toont de spierkracht. Deze begint zelfs voor het dertigste levensjaar al af te nemen. De tweede toont de maximale zuurstofopname. Wanneer deze afneemt, neemt het uithoudingsvermogen af. Dit gebeurt ook al voor het dertigste levensjaar.



Afbeelding 1. Afhankelijkheid van spierkracht van geslacht en leeftijd.



Afbeelding 2. Maximale zuurstofopname van mannen en vrouwen naar verloop van leeftijd.

Als de fysieke belasting van het werk niet ook vanaf dat moment afneemt kan de afname van de belastbaarheid na 15 tot 20 jaar kritiek worden (Ilmarinen, 2001). Dit komt overeen met de door de vakgroep gesignaleerde leeftijd van 45 jaar waarop veel boomverzorgers moeten stoppen met hun werk.

3.2 WerkVermogensMonitor

Om het werkvermogen van boomverzorgers in kaart te brengen, is de WerkVermogensMonitor ingezet. De WVM is een gevalideerde vragenlijst die gebaseerd is op de WorkAbility Index (WAI).

3.2.1 Respons

Om deelnemers voor het onderzoek te werven, is Stigas naar de Nationale Klimkampioenschappen voor boomverzorgers gegaan en naar een periodieke bijeenkomst van de Kring Praktiserende Boomverzorgers (KPB). Hier konden boomverzorgers ter plekke de WerkVermogensMonitor invullen. Daarnaast heeft Stigas gebruik gemaakt van een ledenlijst van de branchevereniging VHG. De bedrijven die lid waren van de vakgroep boomverzorgers zijn telefonisch benaderd voor deelname. Zij konden tevens als bedrijf deelnemen voor een groepsrapportage. Bij deze bedrijven zijn de resultaten van de boomverzorgers meegenomen voor het onderzoek.

Over het algemeen waren de reacties op het onderzoek erg positief. De meeste van de benaderde boomverzorgers wilden graag meewerken. In totaal zijn er 103 vragenlijsten uitgereikt. Hiervan zijn er 81 ingevuld. Dit is een respons van 79%.

3.2.2 Resultaten WerkVermogensMonitor

De ingevulde vragenlijsten zijn op groepsniveau geanalyseerd. Hieronder worden de resultaten van de analyse weergegeven.

3.2.3 Onderzoekspopulatie

De vragenlijst is ingevuld door uitsluitend boomverzorgers. De gemiddelde leeftijd van de onderzoeksgroep bedroeg 36 jaar. 97,5% van de deelnemers was man. In onderstaande tabel is de leeftijdsverdeling te zien.

Leeftijdsklasse	Aantal	Percentage	Cumulatief percentage
15-25 jaar	9	11,1%	11,1%
26-35 jaar	38	46,9%	58%
36-45 jaar	15	18,5%	76,5%
46-55 jaar	16	19,8%	96,3%
56 jaar en ouder	3	3,7%	100%
totaal	81	100%	

Tabel 2. Leeftijdsverdeling respondenten WerkVermogensMonitor

Onder de respondenten waren 50 boomverzorgers in loondienst bij een bedrijf en 31 zelfstandigen (met of zonder personeel). De gemiddelde leeftijd van zelfstandigen is hoger dan van de werknemers (zie tabel 3).

Contractvorm	Gemiddelde leeftijd
Zelfstandige (met of zonder personeel)	40,4
Werknemer bij een bedrijf	33,3

Tabel 3. Gemiddelde leeftijd per contractvorm

Gemiddeld waren de deelnemers 7,4 jaar werkzaam bij hun huidige werkgever (of zelfstandig). Dit varieerde tussen het eerste dienstjaar en een betrekking van 35 jaar.

In 2009 is in de agrarische sector de WVM ingevuld door een groot aantal werknemers. In die groep lag de leeftijd hoger dan bij de boomverzorgers. In tabel 4 is te zien dat bij de boomverzorgers 67% onder de 40 jaar is, terwijl dit in de groep van 2009 slechts 37% is.

Leeftijdsklasse	Aantal boomverzorgers	Aantal pilot	Percentage boomverzorgers	Percentage pilot	Cumulatief boomverzorgers	Cumulatief pilot
15-29 jaar	23	163	28,4%	16,0%	28,4%	16,0%
30-39 jaar	31	209	38,3%	20,5%	66,7%	36,5%
40-49 jaar	16	325	19,8%	32%	86,4%	68,5%
50-59 jaar	10	276	12,3%	27,1%	98,8%	95,7%
60 jaar en ouder	1	44	1,2%	4,3%	100%	100%
totaal	81	1016	100%	100%		

Tabel 4. Vergelijking van leeftijden in de onderzoeksgroep boomverzorgers en in de pilot van 2009.

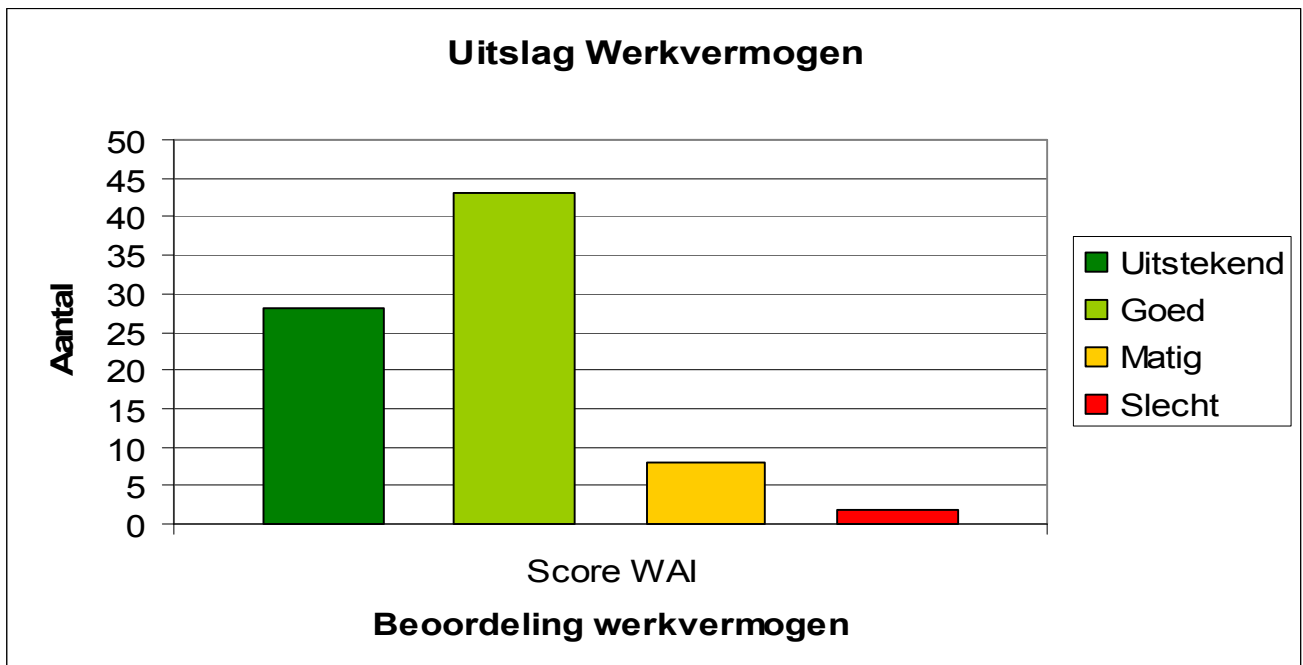
3.2.4 Score op individueel werkvermogen

Onder werkvermogen wordt verstaan: *de mate waarin een medewerker zowel lichamelijk als geestelijk in staat is om te werken*. Een verminderd werkvermogen leidt tot een verhoogde kans op uitval.

De scores op het werkvermogen worden ingedeeld in vier categorieën: Uitstekend, goed, matig en slecht. In tabel 5 is de betekenis van deze categorieën weergegeven. De scores goed en uitstekend zijn hierbij samengevoegd. In tabel 6 is de verdeling van het individuele werkvermogen binnen de onderzoeksgroep te zien.

Werkvermogen	Betekenis
Goed/uitstekend	De medewerker ervaart geen problemen. Hoewel er altijd uitval kan plaatsvinden wordt dat op dit moment in ieder geval niet als zodanig door de medewerker ervaren.
Matig	De medewerker heeft een matig werkvermogen. Er zijn diverse ervaren knelpunten die de medewerker het idee geven het werk minder goed aan te kunnen. Deze punten kunnen voor de medewerker op termijn een reden vormen om uit te vallen.
Slecht	De medewerker heeft een laag werkvermogen. Het is voor deze medewerker noodzakelijk om vervolgonderzoek te doen om de dreigende uitval te voorkomen.

Tabel 5. Betekenis score werkvermogen



Tabel 6. Resultaat individuele scores

Van de 81 deelnemers hebben er 28 'uitstekend' en 43 'goed' gescoord. Dit is in totaal 87,7%. Acht deelnemers scoorden 'matig' en twee 'slecht,' bij elkaar 12,4%. Dit is vergelijkbaar met het landelijk gemiddelde: 15% matig tot slechte score in de totale groep, 12% onder mannen (Laurier, 2011). Er is geen verband aangetoond tussen het werkvermogen en de leeftijd (niet ingedeeld in leeftijdsklassen).

3.2.5 De groepsscores op de verschillende items van de WerkVermogensMonitor

De WerkVermogensMonitor bestaat uit verschillende items. In deze paragraaf worden per item de groepsscores beschreven. De scores worden vergeleken met de benchmark. De benchmark bestaat uit Nederlandse werknemers die de WerkVermogensMonitor hebben ingevuld. Deze werknemers zijn afkomstig uit verschillende sectoren.

Wanneer er een verband is aangetoond tussen het betreffende item en het werkvermogen, het betreffende item en de leeftijd of het betreffende item en contractvorm, is dit beschreven. Wanneer er geen verband is aangetoond, is dit niet erbij vermeld.

Scores	Werkvermogen	Zelfstandigheid	Afwisseling *	Werkdruk	Fysieke belasting	Productiviteit *
<i>Boomverzorgers (n=81)</i>	Gemiddeld	Gunstig	Gunstig	Gemiddeld	Ongunstig	Gemiddeld

Tabel 7. Een overzicht van de items in vergelijking tot de benchmark.

* bij deze items is een verband aangetoond met het werkvermogen.

Het werkvermogen van de boomverzorger

Het werkvermogen geeft op individueel niveau inzicht in het uitvalsrisico. Op groepsniveau geeft het meer inzicht in de gezondheid en inzetbaarheid van de onderzochte groep.

De gemiddelde score van het werkvermogen van de deelnemers was 41,2%. Dit is gemiddeld ten opzichte van de benchmark.

Er is geen verband aangetoond tussen het werkvermogen en de leeftijd. Bij de pilotstudie uit 2009 is er een negatieve relatie aangetoond.

Ook is er geen verband aangetoond tussen de leeftijd en het aantal lichamelijke klachten (onderdeel van het werkvermogen).

Zelfstandigheid in het werk van de boomverzorger

Geeft aan in hoeverre medewerkers de mogelijkheid ervaren zelfstandig in hun werk te kunnen functioneren.

De gemiddelde score op zelfstandigheid is 66,8%. Dit is gunstig ten opzichte van de referentiegroep.

Er is in de onderzoeksgroep een verband aangetoond tussen de leeftijd en de ervaren zelfstandigheid in het werk. Hoe ouder iemand is, hoe meer zelfstandigheid hij ervaart.

Wanneer we de groep opsplitsen in zelfstandig werkenden en werknemers bij een bedrijf, zien wij een verschil. In de groep zelfstandigen, is de gemiddelde score op zelfstandigheid gunstig, maar in de groep werknemers is de score gemiddeld ten opzichte van andere beroepen. Dit verschil is statistisch significant.

Afwisseling in het werk van de boomverzorger

Hiermee wordt de ervaren mate van afwisseling in het werk van de groep medewerkers aangegeven. Het gaat hierbij niet zozeer om de afwisseling tussen fysiek en geestelijk belastend werk.

De gemiddelde score is 70,37. Dit is gunstig ten opzichte van de referentiegroep. Er is een verband aangetoond met het werkvermogen. Hoe meer afwisseling men ervaart, hoe groter het werkvermogen.

Werktempo en werkhoeveelheid (werkdruk)

Hiermee wordt inzicht gegeven in de ervaren werkdruk van de medewerkers.

De gemiddelde score van de boomverzorgers is 35,39. Dit is gemiddeld ten opzichte van de referentiegroep.

Fysieke belasting van de boomverzorger

Hiermee wordt aangegeven in hoeverre men de omstandigheden op het werk als fysiek belastend ervaart.

De gemiddelde score op fysieke belasting is 55,86. Dit is aanzienlijk hoger dan in de referentiegroep. Er is een relatie aangetoond tussen de leeftijd en de fysieke belasting in deze groep. Hoe ouder iemand wordt, hoe minder fysieke belasting hij ervaart.

Voor zowel werknemers in loondienst als zelfstandig werkende boomverzorgers ligt de fysieke belasting hoger dan in andere beroepen. Wel ervaren de werknemers significant meer fysieke belasting dan de zelfstandigen.

Productiviteit

Met productiviteit wordt de zelf ervaren productiviteit bedoeld.

Werkvermogen	Productiviteit
Uitstekend	94,3%
Goed	90,9%
Matig	81,3%
Slecht	85%

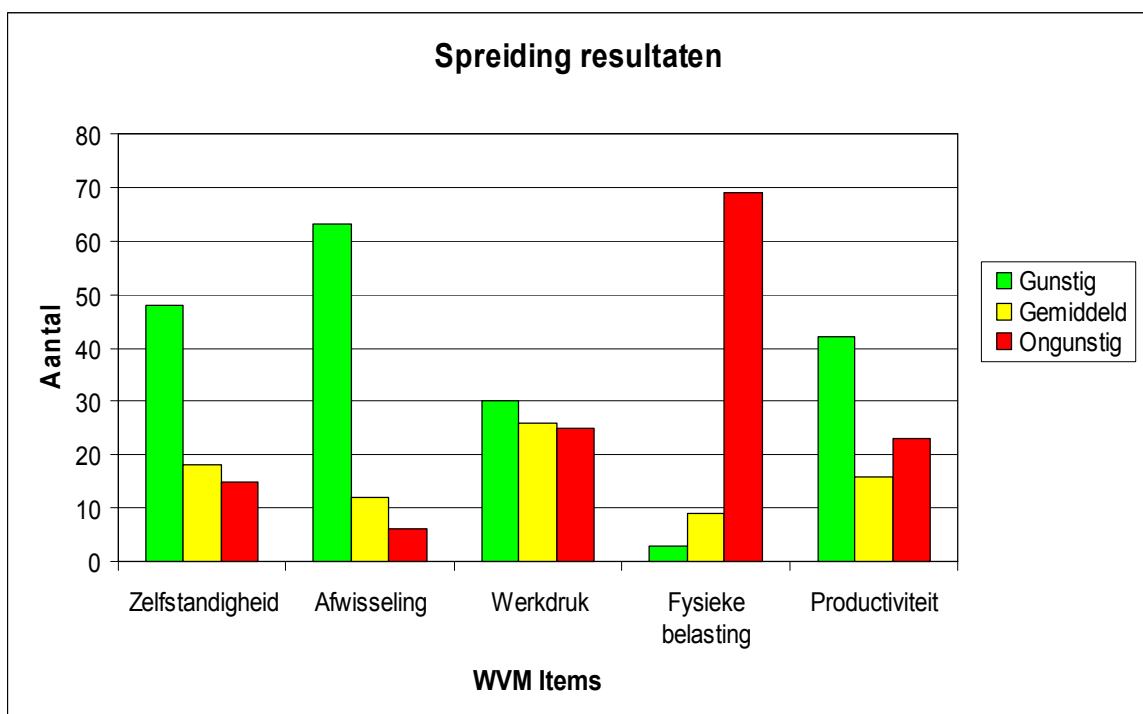
Tabel 8. Werkvermogen in relatie tot productiviteit.

In de bovenstaande tabel is de score op werkvermogen en productiviteit weergegeven. De maximale productiviteit is 100%. Respondenten geven vervolgens in het vragenlijstonderzoek aan op welk percentage van hun capaciteit zij werkzaam zijn.

Er is een verband aangetoond tussen het werkvermogen en de productiviteit.

Spreiding van de resultaten

In tabel 9 is de spreiding weergegeven van gunstige, ongunstige en gemiddelde scores op de verschillende items van de WerkVermogensMonitor. Leesvoorbeeld: op fysieke belasting scoren 69 personen ongunstig, 9 gemiddeld en 3 gunstig. Zichtbaar wordt dat op zelfstandigheid en afwisseling overwegend gunstig wordt gescoord, op fysieke belasting overwegend ongunstig en dat de scores bij werkdruk en productiviteit wat meer verdeeld zijn.



Tabel 9. Spreiding van de scores op de verschillende items

Leefstijl van de boomverzorger

Aangegeven wordt in welke proporties respondenten een bepaalde leefstijl hebben.

Leefstijl	Percentage	Relatieve score
Fruit of vruchtensap meer dan 5 dagen/per week	77,8%	Gemiddeld [65-85]
Groenten meer dan 5 keer per week	84%	Gemiddeld [78-92]
Alcohol	82,7%	Gemiddeld [65-90]
Meer dan 10 glazen alcohol per week	32,1%	Ongunstig [>29]
Roken	29,6%	Gemiddeld [17-40]
Meer dan 20 sigaretten per dag	7,1%	Gemiddeld [1-9]
Minimaal 30 minuten per dag bewegen of sporten	55,6%	Gemiddeld [47-71]
Voldoende slaap	71,6%	Ongunstig [<72]

Tabel 10: Score op leefstijlfactoren

De boomverzorger slaapt minder en drinkt wat meer dan werknemers in andere sectoren.

Psychisch of lichamelijk inspannend werk van de boomverzorger

Deelnemers aan de WVM geven aan of zij hun beroep lichamelijk inspannend, psychisch inspannend of beide, vinden. De meeste respondenten onder de boomverzorgers ervaren hun beroep als zowel lichamelijk als psychisch inspannend (zie tabel 11).

Type functie	Frequentie	Percentage
Lichamelijk inspannend beroep	33	40,7%
Psychisch inspannend beroep	4	4,9%
Zowel lichamelijk als psychisch inspannend beroep	44	54,3%
Totaal	81	100%

Tabel 11. Score psychische en lichamelijke inspannend naar type functie

Body Mass Index

De gemiddelde Body Mass Index (BMI) in de onderzoeksgroep was 24,4. 44,4% van de respondenten had overgewicht (een BMI van 25 of hoger). Eén hiervan had ernstig overgewicht.

3.2.6 Tips van boomverzorgers

De respondenten konden in de vragenlijst aangeven wat zij zelf zouden kunnen doen om hun werkvermogen te verbeteren. De volgende antwoorden werden gegeven:

- Afwisseling in het werk geeft een betere balans tussen lichamelijk en geestelijk belastend werk.
- Sporten, zowel om de conditie op peil te houden als oefeningen om lichamelijke klachten te verhelpen of te voorkomen
- Trainingen, opleiding en werkervaring opdoen. Leren binnen het eigen vakgebied wordt genoemd, maar ook het ontwikkelen van soft skills zoals assertiviteit en communicatievaardigheden. Ook omscholing wordt genoemd.
- Fysieke belasting verlagen door gebruik van ergonomische hulpmiddelen en machines, zoals een lichtere motorzaag
- Organisatorische verbeteringen, zoals inspraak bij werkplanning en werkverdeling, meer leidinggeven, verbeteringen binnen de bedrijfsleiding, andere werktijden en meer tijd om een klus af te ronden/minder werkdruk
- De tijd nemen om mentaal tot rust te komen en mediteren voorafgaand aan het werk
- Plezier hebben in het werk
- Een hoger salaris of uurtarief

3.2.7 Vervolggesprekken

De respondenten met een matig tot slecht werkvermogen zijn door een adviseur van Stigas benaderd voor een verdiepend gesprek. Doel van dit gesprek is samen met de boomverzorgers na te gaan wat de achterliggende redenen zouden kunnen zijn van het verminderde werkvermogen en welke acties hij kan en wil nemen om het werkvermogen te vergroten. Van de tien boomverzorgers met een verminderd werkvermogen hebben twee personen hieraan deelgenomen. Hieronder zijn enkele gesprekken geanonimiseerd beschreven.

De eerste geïnterviewde is een zelfstandige zonder personeel (zzp-er) in zijn dertiger jaren. Hij is uitgevallen door een te eenzijdige belasting van de pols. Hij geeft aan dat dit met name is veroorzaakt door met één hand hout op te tillen en met de andere hand te zagen. Volgens de veiligheidsvoorschriften is dit ook niet een juiste werkmethode. Toch wordt er veel op deze manier gewerkt, ingegeven door werkdruk en concurrentie. Hij verwacht dat geen enkele boomverzorgers tot na zijn veertigste zijn werk kan blijven doen, mede door het werkgedrag. Deze persoon is nu werkzaam als opzichter in de groensector. Hierbij wordt zijn pols niet belast.

De tweede geïnterviewde is eigenaar van een bedrijf. Hij is een vijftiger en heeft ervaren dat zijn fysieke gesteldheid met het vorderen van de leeftijd achteruit is gegaan. Het werkvermogen nam hierdoor geleidelijk af. Zijn voornaamste klacht is last van zijn voorkeurschouder. Nu geeft hij leiding, maar dit brengt wel een hoge werkdruk met zich mee. Als er moeilijkheden zijn binnen het bedrijf heeft dat een negatieve invloed op zijn werkvermogen. Gelukkig staat hier voldoening tegenover als de zaken binnen het bedrijf wel goed lopen. De geïnterviewde merkt dat mentale belasting helpt zijn werkvermogen te bevorderen. Daarom is hij bezig met cursussen. Ook ontspanning, zoals een vakantie, zou het werkvermogen vergroten.

3.3 Resultaten interviews

Om de informatie uit de WerkVermogensMonitor verder aan te vullen zijn tien boomverzorgers en medewerkers van opleidende organisaties geïnterviewd. In deze interviews werd onder andere gevraagd of zij verwachtten dat het werk van boomverzorger tot aan het pensioen vol te houden is en op welke manier zij bezig zijn met (het terugbrengen van) lichamelijke belasting. De interviews hadden de vorm van een halfgestructureerd interview. In bijlage 1 zijn de interviewvragen opgenomen. Deze waren leidraad voor het gesprek, maar al naar gelang de loop van het gesprek werden deze aangepast. Hieronder is per onderwerp beschreven wat uit de interviews naar voren kwam.

Visie over werkduur

Wat naar voren komt uit de interviews, is dat de visie van boomverzorgers op hun werk en toekomst erg uiteenloopt. Slechts een enkeling is zich ervan bewust dat hun carrière eindig is: "Ik denk niet dat ik tot aan mijn pensioen in bomen kan blijven klimmen. Ik bereid me voor om over een jaar of vijf iets anders te gaan doen. Zo geef ik cursussen op een opleiding voor boomverzorgers en ben ik bezig mij te ontwikkelen in de richting van boonderzoek, inventarisatiewerk en advieswerk."

Vrijwel alle geïnterviewden denken dat het allemaal wel meevalt, zolang je voldoende maatregelen neemt en het werk iets aanpast. "Ik verwacht wel dat ik tot aan mijn pensioen kan blijven klimmen. Wat het werk zwaar maakt, is niet het klimmen, maar sjouwen met zware blokken hout en dergelijke." "Dit werk kun je wel tot aan je pensioen blijven doen. Klimmen zal boven een bepaalde leeftijd niet meer lukken, maar dan biedt een hoogwerker uitkomst."

Zelfs als iemand zich bewust is van de eindigheid van het vak van boomverzorger, is hij er niet altijd mee bezig: "Ik weet wel dat ik dit werk niet altijd kan blijven doen, maar dat zie ik dan wel weer. Daar denk ik nu nog niet over na."

"Als je op de verkeerde manier te werk gaat ben je na 20 tot 25 jaar werken uitgerangeerd. Door slimme technieken te gebruiken kun je veel meer bereiken. Er zijn ook genoeg voorbeelden in Nederland van boomverzorgers die tot op hoge leeftijd nog klimmen. Het echt zware (zaag)werk kan je niet meer doen op je 65e, maar als je goede technieken gebruikt kun je nog steeds klimmen en snoeiwerk doen."

Ergonomische hulpmiddelen

Gelukkig zijn veel boomverzorgers juist wel erg bewust bezig met hun loopbaan. Zij geven aan allerlei hulpmiddelen te gebruiken, die het klimmen vergemakkelijken, werkzaamheden in de boom lichter maken en het tillen en sjouwen op de grond verlichten. Ook goede kleding werd veel genoemd als middel om fysieke belasting tegen te gaan. "Stilhangen in een boom bij een lage temperatuur is funest, doordat je door het werk bezweet bent. Kleding moet goed ventileren en beschermen tegen de kou."

Er zijn verschillende voorkeuren ten aanzien van hulpmiddelen. De een ziet een hoogwerker als een goed alternatief voor klimmen, terwijl de ander deze ongeschikt acht voor het meeste werk: "Hoogwerkers zijn alleen geschikt voor begeleidingssnoei van straatbomen."

Uit verschillende van de interviews komt naar voren dat jongere boomverzorgers vaak niet bewust bezig zijn met hun lichaam. "Als ze op het werk rondlopen, is het stoer om te 'pronken' met een zo groot mogelijke zaag. Doordat ze nergens last van hebben, lijkt het alsof hun lichaam niet kapot kan. Maar als de jaren beginnen te tellen, krijgen ze de rekening gepresenteerd."

Dit valt een boomverzorger op, die samen met twee bevriende collega's een coachingbedrijf oprichtte. Zij coachen boomverzorgers op hun eigen projectlocatie. "Veel jongens die net beginnen, werken de eerste vijftien jaar op domme kracht voordat ze slim worden. Fysieke belasting is dan ook een belangrijk punt in de coaching. Het kan vaak efficiënter en ergonomischer." Wat hem het meeste opvalt bij andere bedrijven, is dat er te weinig gebruik wordt gemaakt van materiaal. "Iedere klus vergt zijn eigen materialen en gereedschappen. Hier wordt vaak onvoldoende aandacht aan besteed. Een overweging is vaak dat de aanschafkosten te hoog zijn. Dat is vaak geen legitieme reden: soms kan een investering van 140 euro iemand al enorm ontlasten." Hierbij doelt hij op een setje voor de single rope techniek (SRT), waarbij de benen meer worden belast dan de armen. Voorbeelden zijn technieken als footlock of prusikken. Een voetascender is hierbij een eenvoudig extra hulpmiddel dat in zijn ogen een must is voor iedere klimmer: omhoogklimmen kost hiermee veel minder energie en armkracht.

Omdat door verschillende boomverzorgers naar voren gebracht werd dat de jongeren zo onvoorzichtig met hun lichaam omgaan, is het interessant om te weten of hier in het onderwijs aandacht aan wordt besteed. Bij AOC de Groene Welle is dit zeker het geval, aldus de opleidingsbeheerder. In dit kader komen de volgende onderwerpen aan bod:

- afwisseling aanbrengen in de werkzaamheden
- werkverdeling, welke rollen zijn er in een team
- fysieke belasting beperken
- het werk naarmate de leeftijd vordert; het herstel duurt langer
- werkverdeling en werkvoorbereiding

Organisatie

Daarentegen zijn de 'oudere' werknemers veelal bewuster bezig. Zij merken al dat hun lichaam langer de tijd nodig heeft om te herstellen. Sommigen hebben lichamelijke klachten gehad en hebben daarna hun werk aangepast. "Ongeveer een jaar geleden kreeg ik lichamelijke klachten, die vermoedelijk samenhangen met mijn werk. Helemaal zeker weet je dat natuurlijk nooit. Sindsdien ben ik bewuster bezig met mijn lichaam. Voor aanvang van het werk doe ik oefeningen van de fysiotherapeut."

"Sinds ik in de Ziektewet heb gezeten, heb ik mijn werkwijze aangepast. Ik werk nu in een rustiger tempo en laat mij niet opjagen door mensen die onder de boom staan te schreeuwen dat het sneller moet."

Dat het tempo, ofwel de werkdruk, verschil maakt voor het werkvermogen, hebben meer boomverzorgers opgemerkt: "Wat mij opvalt, is dat jonge boomverzorgers vaak 'doorstampen.' Zelf ga ik nu veel rustiger en doordachter te werk dan toen ik jong was. Toch krijg ik net zoveel werk af. Dit is een leerproces dat iedereen doormaakt."

"Met een minimale investering kan er heel wat winst worden behaald in de vorm van tijd en ontlasting. Als coaches laten we collega-boomverzorgers zien dat een klus echt vlotter kan verlopen door de juiste techniek te gebruiken. Wanneer er tijd wordt bespaard, is de investering zo terugverdiend."

Tips voor collega-boomverzorgers

De geïnterviewden gaven een aantal tips voor hun collega's om hun werk zo lang mogelijk in goede gezondheid te kunnen uitvoeren. Deze zijn hieronder op een rij gezet:

- Klim met moderne klimtechnieken.
- Kijk of er voorkomen kan worden dat de hele boom afgebroken wordt. Maak het werk niet onnodig zwaar, maar snoei alleen wat nodig is.
- Het grondwerk is zwaarder dan het klimmen, verdeel of mechaniseer dit dus zoveel mogelijk.
- Doe alles met beleid. Neem bijvoorbeeld, als de situatie er geschikt voor is, een hoogwerker. Denk aan je lichaam.
- Zorg dat je alternatieven ontwikkelt!
- Let goed op je houding, gebruik goede tiltechnieken en draag beschermende (onder)kleding.

Andere beroepen

Binnen het bomenvak kunnen boomverzorgers doorstromen in de volgende functies:

- Toezichthouder bomen
- Boomtechnisch adviseur
- Boomveiligheidsadviseur
- Docent boomverzorgingsopleiding

Voor deze beroepen zijn communicatieve en schriftelijke vaardigheden vereist en voor het vak van docent ook didactische vaardigheden. Hiervoor is een zekere aanleg nodig; dit is niet voor iedereen weggelegd. Bovendien zijn er vanzelfsprekend meer uitvoerende boomverzorgers nodig dan toezichthouders en adviseurs.

Sommige boomverzorgers komen dan ook in een geheel andere sector terecht. Binnen de onderzoeksperiode zijn helaas niet voldoende voorbeelden achterhaald om een uitspraak te kunnen doen over de functies en branches waarin mensen terecht komen. Een oud-boomverzorger die we hebben kunnen bereiken, was na een ongeval gedwongen te stoppen met zijn werk. Er werd vervangend werk voor hem geregeld in het boomtechnisch onderzoek. Ondanks dat hij het werk erg interessant stond, stond het hem erg tegen dat hij tijdens het werk zo weinig contact met anderen had.

Op aanraden van een kennis is hij een dag gaan meelopen bij een gehandicaptenstichting. Dit beviel van beide kanten zo goed, dat hij al snel een contract kreeg. Bij de stichting kon hij werken en ondertussen zijn opleiding sociaal pedagogisch werk volgen. Het werk bij de stichting bevalt hem uitstekend. Bijkomend voordeel is dat zijn lichamelijke klachten met 70 tot 80% zijn afgenomen. Achteraf bezien was zelfs de computer die de boomtechnisch adviseur meedraagt nog te belastend geweest.

In zijn huidige werk heeft deze ex-boomverzorger nog op een zeer directe manier profijt van zijn achtergrond: wanneer de groep die hij leidt bomen mag zagen, is hij de aangewezen persoon om deze jongens te begeleiden en zorg te dragen voor hun veiligheid.

Technische mogelijkheden

In de laatste 25 jaar zijn er veel ontwikkelingen geweest die het werk lichter maken. De meeste innovaties komen van buiten de sector: fysiotherapeuten die naar het werk van boomverzorgers kijken of toepassingen uit de industrie. Hieronder worden de belangrijkste omschreven:

- Accumachines, onder andere kettingzagen en snoeischaren. Voorheen werkten deze apparaten op een benzinemotor, wat erg zwaar was om in de handen te houden. Nu worden de accu's op de rug gehangen. Behalve dat het lichter is, krijgt degene die ermee werkt ook geen schadelijke uitlaatgassen meer binnen. Hierbij is over het algemeen het lawaai minder. Nadeel is dat nog niet alles bekend is over de machines. Zo zouden nog niet al deze apparaten getest zijn bij regen.
- Acculier: De boomverzorger wordt elektrisch naar boven getakeld en werkt vervolgens van boven naar beneden. Oorspronkelijk is de acculier ontworpen voor het onderhoud aan windmolens. Op een accu kan 800 meter worden geklommen. Groot voordeel is vanzelfsprekend dat de lichamelijke belasting enorm wordt teruggebracht. Nadeel is dat vanaf beneden moeilijk in te schatten is of een tak bovenin de boom sterk genoeg is om een persoon te dragen. Hierdoor wordt het gevaar op vallen (van grotere hoogte) groter. De acculier wordt nog weinig gebruikt vanwege de hoge aanschafkosten.
- Talloze kleine hulpmiddelen, zoals de cambiumsaver. Deze zorgt ervoor dat er geen weerstand meer staat op de lijn, boom en vooral ellebogen en schouders.
- Het werk over het algemeen is veraangenaamd, doordat er veel meer keuze is in schoenen en kleding en helmen. Dit is meer op de persoon afgestemd.

Oplossingen uit andere vakgebieden zijn vaak ook goed toepasbaar in de boomverzorging: zie onderstaande afbeeldingen.



Afbeelding 3. Een monteur beklimt een windmolen.



Afbeelding 4. Een boomverzorger gebruikt een acculier om de boom in te gaan.

4. Discussie en conclusie

In dit hoofdstuk worden de onderzoeksvragen beantwoord met behulp van de resultaten. Aan de hand van de antwoorden volgen conclusies over de inzetbaarheid en levensloop van boomverzorgers.

Wat zijn de redenen om te stoppen met het werk van boomverzorgers?

De resultaten bevestigen dat de uitval grotendeels wordt veroorzaakt door de hoge fysieke belasting.

Als we kijken naar de resultaten van de WerkVermogensMonitor, dan steekt de fysieke belasting zeer ongunstig af in vergelijking met andere beroepsgroepen. Het totale werkvermogen is gemiddeld. Dit is zo voor alle leeftijdsgroepen. In het werkvermogen als geheel is er dus geen aanwijzing voor de hoge uitval, die in de sector wordt geconstateerd. Hieruit kan geconcludeerd worden, dat van de items van de WerkVermogensMonitor de fysieke belasting de meest invloedrijke factor is op de geconstateerde uitval.

Zelfstandige boomverzorgers (met of zonder personeel) zijn gemiddeld ouder dan boomverzorgers in dienst van een bedrijf. Er zijn verschillende conclusies mogelijk:

Zelfstandig werkenden houden hun werk langer vol of veel werknemers beginnen als ze ouder worden een eigen bedrijf. Deze twee groepen scoren op twee punten verschillend: zelfstandigen ervaren meer zelfstandigheid in hun werk en minder fysieke belasting dan werknemers. Het eerste is vanzelfsprekend; zelfstandig werkende boomverzorgers nemen hun eigen beslissingen terwijl werknemers worden aangestuurd. Wat betreft de fysieke belasting kunnen er verschillende conclusies worden getrokken. Wanneer mensen aan dezelfde fysieke belasting worden blootgesteld, zou dit als zwaarder ervaren worden naarmate de leeftijd vordert. Een logische conclusie is dat de zelfstandig werkende boomverzorgers dus aan minder fysieke belasting worden blootgesteld dan werknemers. Een mogelijke verklaring is dat oudere boomverzorgers meer in aansturende functies terecht komen. Een andere mogelijke verklaring is dat zelfstandige boomverzorgers meer maatregelen nemen om hun fysieke belasting in te perken dan boomverzorgers die voor een baas werken. Ten slotte kan er een samenhang zijn met leeftijd, zoals verschillende boomverzorgers suggereerden in de interviews: oudere boomverzorgers zijn zich meer bewust van hun lichaam en laten zich minder opjagen bij het werk.

Zijn er mogelijkheden om de lichamelijke belasting te verminderen, zodat het werk mogelijk langer volgehouden kan worden?

Wat uit diverse interviews naar voren komt, is dat de jongere werknemers zich minder bewust zijn van hun lichaam en de gevolgen van zware fysieke belasting. Zij werken te lang achter elkaar, doen te zwaar werk en gebruiken niet altijd de beste gereedschappen die voorhanden zijn. Ook bleek uit de gesprekken dat, in alle leeftijdsgroepen, de technische mogelijkheden niet altijd optimaal worden benut. Redenen zijn kostenoverwegingen en gebrek aan kennis over de voordelen van hulpmiddelen.

Afwisseling speelt een rol in fysieke belasting; repeterende bewegingen kunnen immers overbelasting veroorzaken. Uit de WerkVermogensMonitor kwam naar voren dat afwisseling juist een sterk punt is van het boomverzorgersvak. Hierbij moet worden opgemerkt dat een bezigheid die wordt ervaren als afwisselend, van het lichaam toch steeds dezelfde lichamelijke belasting kan vragen. Het blijft dus belangrijk om hier alert op te zijn.

Geconcludeerd kan worden dat de mogelijkheden om fysieke belasting terug te brengen, nog niet optimaal worden benut. Door hier kritisch mee om te gaan en op een juiste manier hulpmiddelen en technieken te gebruiken, kan de fysieke belasting worden verlaagd.

Wat is de inzetbaarheid van 'de boomverzorger?' Is hier een lijn in te ontdekken, zodat de sector hierop kan faciliteren, of is dit per persoon te verschillend?

Hierover is te weinig informatie naar voren gekomen gedurende het onderzoek, om te kunnen zeggen of boomverzorgers vaak in dezelfde functies terechtkomen. Binnen het bomenvak kunnen boomverzorgers doorstromen in de volgende functies:

- Toezichthouder bomen
- Boomtechnisch adviseur
- Boomveiligheidsadviseur
- Docent boomverzorgingsopleiding

Voor deze beroepen zijn communicatieve en schriftelijke vaardigheden vereist en voor het vak van docent ook didactische vaardigheden. Hiervoor is een zekere aanleg nodig; dit is niet voor iedereen weggelegd. Bovendien zijn er vanzelfsprekend meer uitvoerende boomverzorgers nodig dan toezichthouders en adviseurs.

Zoals uit het voorbeeld blijkt kan iemand ook een leerwerktraject (BBL) starten op het moment dat hij de overstap maakt naar een andere sector. De werkgever kan stimuleren dat zijn werknemers, terwijl ze nog in goede conditie zijn, alvast nadenken over een tweede loopbaan. Dit kan bijvoorbeeld door een gesprek met een arbeidspsycholoog aan te bieden. Deze brengt de interesses en competenties in kaart en kan ook vertellen welk opleidingstraject eventueel gevolgd kan worden.

Een andere manier is om als werkgever zelf een tweede expertise in huis te hebben, waarin de medewerkers nog iets kunnen betekenen wanneer ze niet meer arbeidsgeschikt zijn voor de boomverzorging.

Inzetbaarheid en levensloop bij boomverzorgers

Wanneer we kijken naar het schema inzetbaarheid en levensloop, heeft fysieke belasting invloed op twee van de 'leeftijden.' De leeftijd van de professionaliteit is sterk afhankelijk van de fysieke belastbaarheid, die door overbelasting in gevaar kan komen. Daarnaast is overbelasting een gevaar voor de gezondheid. Deze twee 'soorten leeftijden' hangen bij fysiek zware beroepen nauw samen.

Leeftijd van de gezondheid

De gezondheid wordt, behalve door fysieke belasting, beïnvloed door leefstijl, functieduur en de kwaliteit van het beroep.

Uit de WerkVermogensMonitor bleek dat boomverzorgers op de meeste leefstijlelementen gemiddeld scoren ten opzichte van andere werknemers in Nederland. Ongunstig werd gescoord op slaap. Omdat de fysieke belasting hoog is, heeft het lichaam voldoende tijd nodig om te herstellen. Ook wordt er vrij veel alcohol gedronken. Het percentage dat alcoholhoudende drank gebruikt is gemiddeld, maar degenen die drinken, drinken meer. Het aantal boomverzorgers dat in de vrije tijd sport, is gemiddeld ten opzichte van andere beroepsgroepen. Juist omdat boomverzorgers in hun werk al veel bewegen, is het belangrijk om ook in de vrije tijd (andersoortige) beweging te krijgen. De conditie moet goed op peil blijven.

De functieduur is de duur dat dezelfde functie wordt uitgevoerd. Er is aangetoond dat mensen die lang dezelfde functie uitvoeren meer gezondheidsproblemen hebben en meer verzuimen dan mensen die op gezette tijden van functie veranderen. In de onderzoeksgroep was de gemiddelde functieduur (bij dezelfde werkgever) 7,4 jaar.

De kwaliteit van het beroep is een van de aspecten die invloed heeft op de gezondheid bij fysieke beroepen. Om de gezondheid te bevorderen moet de kwaliteit van het vak van boomverzorger hoog gehouden worden. Een manier om dit te bewerkstelligen is te zorgen dat werknemers voldoende afwisseling en regelcapaciteit ervaren. Zij kunnen bijvoorbeeld zelf een rol spelen in de planning. Zo hebben ze bovendien in de hand of de juiste gereedschappen voorhanden zijn op locatie.

Routine en herhaling moeten juist zoveel mogelijk worden voorkomen. Zelfstandigheid en afwisseling zijn volgens de uitkomst van de WVM sterke punten van het vak. Ondanks de ervaren afwisseling, lijken repeterende bewegingen toch vaak een oorzaak van fysieke overbelasting te zijn. Zaak is om hier een praktische oplossing voor te vinden. Hierbij is bijvoorbeeld te denken aan repeterende zaagbewegingen. Houd tussendoor korte 'micropauzes' en ieder half uur een langere pauze van minimaal drie minuten. Wanneer op een hoogwerker of op de grond gewerkt wordt, is dit beter uit te voeren dan wanneer er langdurig in een boom gewerkt wordt. Wellicht kunnen er speciale oefeningen worden ontwikkeld om de beweging af te wisselen.

Oudere werknemers zijn minder belastbaar. Uit de WVM bleek dat de oudere boomverzorgers ook minder fysieke belasting ervaren. Hieruit kan niet zomaar geconcludeerd worden dat oudere werknemers in de sector minder belast worden: er kan niet worden uitgesloten dat hier sprake is van het 'healthy workers effect'. Wellicht treedt dit bij boomverzorgers eerder op dan in andere beroepsgroepen, vervroegd door de zware fysieke belasting. Belangrijk is dat de fysieke belasting daalt voordat deze de belastbaarheid overtreft.

Leeftijd van de professionaliteit

De professionaliteit heeft in de boomverzorging veel te maken met de fysieke mogelijkheden. In die zin neemt de professionaliteit af met de leeftijd. Een ander aspect van de professionaliteit is de vakkennis. Deze neemt juist toe naarmate iemand zijn werk langer uitvoert, door werkervaring en het volgen van cursussen. Het is van belang om de professionaliteit te vergroten door de vakkennis over boomverzorging en veilige en gezonde werkmethoden bij te houden.

Eén van de tips van en voor boomverzorgers is 'snoei alleen wat nodig is.' Blijkbaar ziet deze boomverzorger collega's om zich heen die te enthousiast te werk gaan en meer doen dan nodig. Dit kan te maken hebben met kennis. Er is voldoende deskundigheid nodig om te weten wat er gesnoeid moet worden en wat er aan de boom mag blijven. Scholing over bomen is om deze reden belangrijk.

Er is in dit onderzoek geen verband aangetoond tussen leeftijd en werkvermogen of het aantal lichamelijke klachten. Uit de resultaten uit de WerkVermogensMonitor is niet goed af te leiden wanneer het omslagpunt in fysieke belastbaarheid plaatsvindt. Dit komt waarschijnlijk door het healthy workers effect. Uitgaande van de observaties van de vakgroep boomverzorging en het eerdere onderzoek van Ilmarinen, zouden boomverzorgers rond hun 45^{ste} levensjaar beperkende lichamelijke klachten krijgen. Volgens Ilmarinen komt dit doordat de belastbaarheid rond het 30^e levensjaar begint af te nemen en de belasting evenredig zou moeten afnemen. Het is belangrijk om voor dit tijdstip na te gaan waar competenties en interesses liggen.

Leeftijd van de privésituatie en psychosociale beleving van de leeftijd

Op deze twee aspecten van de leeftijd wordt maar beperkt ingegaan, omdat deze voor boomverzorgers niet afwijken van andere beroepsgroepen.

Rond het 30^e jaar vindt vaak een verandering in de privésituatie plaats, waardoor mensen meer behoefte krijgen aan zekerheid voor de toekomst en een balans tussen werk en privé. Dit komt overeen met de leeftijd waarop de belastbaarheid afneemt. Dat is voor de boomverzorger een mooie gelegenheid om zich op een tweede carrière te richten. Zoals bij de leeftijd van de professionaliteit is beschreven, wordt aangeraden om zich voor deze tijd te oriënteren op een andere loopbaan. Om tevens de lichamelijke belasting af te doen nemen, kan het goed zijn om in deeltijd als boomverzorger te blijven werken en in deeltijd een tweede loopbaan op te starten.

De werkgever heeft baat bij een leeftijdsdiversiteit binnen het bedrijf: de 'oudere' boomverzorgers hebben meer ervaring en kennis, terwijl de jonge boomverzorgers meer fysieke kracht bezitten. Aandachtspunt is hierbij de jongeren niet te overbelasten; ook voor hen is een gezonde manier van werken onontbeerlijk.



Op basis van de conclusies kunnen we het schema inzetbaarheid en levensloop aanpassen voor de boomverzorging. Dit schema is op de volgende bladzijde weergegeven.

	Soort leeftijd	Professionaliteit	Gezondheid	Privésituatie	Psychosociale beleving
De boomverzorger	Behoeftewerknemer Kernvraag aan zichzelf	Wil leren en presteren "Wat kan ik?"	Wil gezond blijven "Hoe blijf ik gezond?"	Wil werk en privé flexibel combineren "Hoe wil ik leven?"	Wil jong ogen "Wat wil ik?"
	Zelfmanagement (preventief)	Veel kennis opdoen over bomen en boomverzorging. Vul werkervaring aan met trainingen en cursussen. Wees op de hoogte van veiligheidsmaatregelen en de nieuwste (technische) ergonomische ontwikkelingen. Ga na waar je competenties liggen buiten het bomenvak. Begin hiermee voor je 30 ^e .	Gebruik zo veel mogelijk ergonomische oplossingen, zowel bij het klimmen als op de grond. Functieduur: blijf niet te lang hetzelfde werk doen. Wacht niet tot je 'versleten' bent. Kwaliteit beroep: Wissel werkzaamheden voldoende af. Leefstijl: voldoende slaap, geef het lichaam hersteltijd. Laat je niet opjagen, doe het werk in je eigen tempo. Maak een goede planning, zodat de juiste materialen aanwezig zijn.	Privéleven organiseren. Denk op tijd na over loopbaan. Grijp periodes van verandering aan om acties te ondernemen.	Gebruik maken van ergonomische oplossingen is ook verstandig als je jong bent. Dat is niet pas nodig als je oud bent. Een goede manier van bewegen houdt je jong. Zoek voor datgene dat te zwaar is een goede oplossing.
	Mogelijk probleem	Vastroesten: functie te makkelijk, moeilijk of niet-passend. Geen andere loopbaan meer kunnen opstarten wanneer werk niet meer kan worden uitgevoerd.	Lichamelijke klachten, werk niet meer kunnen uitvoeren	Werk-privé onbalans	Negatief zelfbeeld
	Coping (curatief)	Andere taken of functie zoeken	Medische hulp zoeken	Werk en privé leren combineren	Loopbaancoaching zoeken
De werkgever	Behoeftewerkgever	Juiste persoon op juiste plaats (competent)	Wil laag verzuim (gezond)	Wil toegewijde medewerkers (betrokken)	Wil gemotiveerde medewerkers (gemotiveerd)
	Kernvraag van leidinggevende	"Wat wil je leren?"	"Hoe is het met je gezondheid?"	"Hoe is het thuis?"	"Hoe bevalt je werk?"
	Management (preventief)	Houd ontwikkelingen in het vakgebied bij en school werknemers daarin. Uitdagend werk: ontwikkelingsmogelijkheden. Een tweede discipline in huis hebben waarin werknemers kunnen groeien. Scholing faciliteren. Faciliteer het in kaart brengen van toekomstmogelijkheden. Zorg voor verschillende soorten werk.	Zorg voor ergonomische oplossingen. Houd de nieuwste ontwikkelingen op het gebied van ergonomie bij. Geef medewerkers regelmogelijkheden. Houd rekening met de leeftijd van werknemers.	Flexibele werktijden, verlofregelingen, kinderopvang.	Diversiteit promoten.

Tabel 12. Schema inzetbaarheid en levensloop van boomverzorgers

5. Aanbevelingen

In dit hoofdstuk worden de aanbevelingen beschreven voor zowel boomverzorgers en werkgevers van boomverzorgers.

Gezondheid

De fysieke belasting kan verder worden teruggebracht. Hiervoor bevelen wij het volgende aan:

- Jonge boomverzorgers zijn fysiek sterk, kunnen veel aan en staan er niet bij stil of dit zo door blijft gaan. Daarom is het belangrijk dat boomverzorgers zich op jonge leeftijd al bewust zijn van de gevaren van fysieke overbelasting en hun lichaam niet onnodig belasten. Het onderwijs is een goede plek om dit aan te kaarten bij toekomstige boomverzorgers.
- Voor werkgevers met jonge boomverzorgers in dienst is hier ook een taak weggelegd: besteed aandacht aan de risico's van overbelasting.
- Zoek naar goede methoden om de jongeren hiervan bewust te maken.
- Er zijn mogelijkheden om met behulp van de juiste ergonomische hulpmiddelen de fysieke belasting terug te brengen. Een voorbeeld hiervan is het gebruik van een hoogwerker. Hiervoor is een goede voorbereiding en planning van de werkzaamheden nodig.
- Neem ook bij het grondwerk zo veel mogelijk maatregelen om de fysieke belasting te verlagen. Dit is vaak net zo zwaar als het klimmen. Gebruik bijvoorbeeld een minishovel.
- Werk aan communicatievaardigheden en assertiviteit: dit kan helpen bij het in een rustig tempo werken, zich niet laten opjagen. Haastig werken zorgt voor overbelasting.
- Met het klimmen van de leeftijd neemt de hersteltijd van het lichaam toe. Belangrijk is hierbij stil te staan bijvoorbeeld in de cao. Neem bijvoorbeeld geen vakantiedagen mee naar een volgend jaar maar gebruik ze om uit te rusten.
- Maak de werkweek niet te lang. Naarmate de werknemer ouder is, is de hersteltijd langer.
- Wanneer je achter elkaar veel herhaalde bewegingen maakt, houd dan micro-pauzes.
- Laat oudere werknemers fysiek minder zwaar werk doen.
- Besteed regelmatig aandacht aan een goede werkhouding en technieken. Wanneer er meerdere werknemers zijn, kijk dan kritisch naar elkaar. Organiseer dit goed, bijvoorbeeld door een bepaalde dag hiervoor aan te wijzen. Een andere goede optie is om een in bomenwerk gespecialiseerd coachingbureau in te huren. Zij kunnen goede aanwijzingen geven en hebben wellicht nog verfrissende nieuwe ideeën.
- Boomverzorging is topsport: train ook in de vrije tijd om de conditie op peil te houden!
- Zorg voor het werk voor warme spieren door voor het klimmen een warming-up te doen.

Professionaliteit

- De werknemer zou zijn werkervaring moeten aanvullen met trainingen en cursussen over boomverzorging. Dit zorgt voor een hogere 'leeftijd van de professionaliteit.' Meegroeien met de functie zorgt ervoor dat de boomverzorgers niet vastroest.
- Een goede vakkennis zorgt voor het minimaliseren van fysieke overbelasting.
- Ga na waar je competenties en interesses, binnen of buiten het bomenvak, liggen. Begin hiermee al voor je dertigste. Zoek het hierbij niet alleen in het bomenvak. Er zijn nou eenmaal minder boomtechnisch adviseurs en opzichters nodig dan boomverzorgers, dus niet iedereen zal in deze beroepen zijn plek kunnen vinden.
- Wanneer je dit moeilijk vindt, kan een loopbaancoach/arbeidspsycholoog wellicht helpen. Deze onderzoekt met behulp van testen wat de kwaliteiten en interesses van iemand zijn en weet welke beroepen en opleidingen daarbij passen.
- Zorg voor afwisseling. Het lichaam moet na zwaar lichamelijk werk voldoende hersteltijd krijgen. Boomverzorgingsbedrijven zijn vaak gespecialiseerd. Wellicht is het een idee om in plaats van één twee specialismen te ontwikkelen. Het ligt voor de hand om hierbij te denken aan verwante zaken, zoals tuinontwerp of het vervaardigen van producten uit hout, maar dat hoeft natuurlijk niet.
- Vanaf dertig jaar is het verstandig de fysieke belasting langzaam terug te brengen, bijvoorbeeld door een verandering in taken. Wacht vooral niet af tot er lichamelijke klachten ontstaan.

Privésituatie en psychosociale beleving

- Rond het dertigste levensjaar gaan werknemers vaak meer nadenken over hun toekomst en de balans tussen werk en privé. Dit valt samen met het moment dat de belastbaarheid begint af te nemen. Dit zijn twee redenen om bezig te zijn met een verandering van loopbaan. Gebruik deze periode voor scholing en een aanpassing van de taken.
- Het mag dan nodig zijn de oudere boomverzorgers lichamelijk te ontzien, maar maak vooral gebruik van hun kennis. Zij kunnen de jongere boomverzorgers stimuleren hun werk op een goede manier te doen. Voor de jonge of beginnende boomverzorgers: neem adviezen ter harte!
- Grotere bedrijven doen er goed aan een goede leeftijdsverdeling en rolverdeling te hebben. Werknemers van alle leeftijden hebben hun eigen voordeel: oudere boomverzorgers hebben de expertise en jongere boomverzorgers zijn fysiek gezien meer belastbaar.

Vervolgtraject

In dit rapport worden een aantal adviezen gegeven voor zowel werkgevers als werknemers. Sommige van deze adviezen zijn moeilijk door een bedrijf alleen uit te voeren. Daarom is het belangrijk er nu als sector mee aan de slag te gaan. Hiervoor wordt het volgende aanbevolen:

- In 2012 starten van een werkgroep, bestaande uit verschillende vertegenwoordigers uit de boomverzorgingsbranche. Zij voeren een discussie over verdere aanpak en stellen hiervoor een actieplan op.
- Stigas start met een aantal gemotiveerde bedrijven die fungeren als 'koploper' voor de sector en zal maximaal presteren met innovatieve ideeën om deze bedrijven te ondersteunen. Maatregelen worden zo veel mogelijk overgenomen en uitgetest in de praktijk. De uitkomsten van het koploperbedrijf worden gecommuniceerd met de sector.
- In bedrijven waar er maatregelen worden getroffen om fysieke belasting terug te dringen, is het aan te raden de opbrengsten daarvan te evalueren en in kaart te brengen.
- In 2012 zullen geregeld berichten over duurzaam werken in de vakbladen verschijnen, geschreven door Stigas.

6. Literatuur

Van den Bogaard, M., De Lange, W. & Van Poppel, J. (2005). *De wenselijkheid van het maken van onderscheid naar leeftijd*. Tilburg, Nederland: IVA.

Centraal bureau voor de Statistiek. (2011). *Beroepsbevolking; kerncijfers naar geslacht en andere persoonskenmerken*. Ontleend aan <http://statline.cbs.nl/StatWeb/publication/?DM=SLNL&PA=71958NED&D1=5-11&D2=0&D3=0,11-15&D4=51&HDR=G3.G2.T&STB=G1&VW=T>.

Ilmarinen, J. E. (2001). Aging workers. *Occupational & Environmental Medicine*, 58, 546.
doi:10.1136/oem.58.8.546

Laurier, J. (2011). Analyse landelijke WAI-database. *Fit to Work II*. Ontleend aan <http://www.workabilityindex.nl/wai/Work-Ability-Index/Kennis-delen/Kennis-delen-Publicaties.html>.

Nederlandse organisatie voor toegepast natuurwetenschappelijk onderzoek. (2008). *TNO Kwaliteit van Leven*. Ontleend aan <http://www.tno.nl/downloads/V&OP-Verslag%20productiviteit.pdf>.

Nauta, A.H., De Lange, A.H. & Görtz, S. (2010). Lang zullen ze leven, werken en leren. Een schema voor het begrijpen en beïnvloeden van inzetbaarheid gedurende de levensloop. *Gedrag en organisatie*, 23, pp136-157.

Strasser, H. (2009). Die Kunst des Alterns aus ergonomischer Sicht: Sichere Arbeit – *Internationales Fachmagazin für Prävention in der Arbeitswelt*. 30-37

Bijlage 1

Interviewvragen

- Hoe lang werkt u al als boomverzorger?
- Verwacht u uw werk tot aan uw pensioen te kunnen uitvoeren?
- Zo ja: wat is daarvoor het geheim?
- Hoe kan het dat u uw werk al zo lang uitvoert en anderen veel vroeger moeten stoppen?
- Waardoor denkt u dat het komt dat sommige boomverzorgers vroeg met hun werk moeten stoppen?
- Hebt u weleens lichamelijke klachten gehad die met uw werk samenhangen?
 - Zo ja, (hoe) bent u daar weer vanaf gekomen?
 - Hebt u daarna iets in uw werkwijze veranderd?
- Treft u specifieke maatregelen om de fysieke belasting terug te brengen?
 - Zo ja: welke?
- Wat is uw tip voor collega-boomverzorgers die tot aan hun pensioen willen blijven werken?