

## **Goede voorlichting voor het instellen van je werkplek:**

Goede voorlichting voldoet aan de volgende criteria:

- De voorlichting is afgestemd op de specifieke omstandigheden van de betrokken medewerkers bij de uitgeverij. Denk hierbij aan medewerkers die gebruik maken van wisselwerkplekken en laptopgebruikers.
- De voorlichting van de werktechniek wordt regelmatig herhaald.
- De voorlichting wordt geëvalueerd.

Een goede voorlichting gaat in op de volgende onderwerpen:

- Waar en in welke mate komt RSI voor?
- Hoe ontstaat RSI?
- Hoe is RSI te voorkomen?
- Welke maatregelen kan de werkgever nemen?
- Welke maatregelen kunnen medewerkers nemen?
- Hoe is de werkplek goed in te stellen?
- Wat is een gezonde werkwijze?
- Wat is de relatie met werkdruk en hoe om te gaan met werkdruk?
- Hoe vaak moet je pauzes nemen en hoe creëer je voldoende gelegenheid voor (korte) pauzemomenten?
- Waar kan de medewerker hulp krijgen bij problemen?