

Veertig jaar Buro voor Fysieke Arbeid: een verhaal van mensen



Veertig jaar geleden begon Buro voor Fysieke Arbeid met een duidelijke missie: mensen helpen gezond, veilig en met plezier hun werk te doen. Sindsdien is er veel veranderd. Werkplekken veranderden, organisaties ontwikkelden zich en nieuwe inzichten deden hun intrede. Maar één ding bleef hetzelfde: de mensen die zich elke dag inzetten om die missie waar te maken.

In veertig jaar tijd hebben we met 50 trainers onze kennis, energie en betrokkenheid ingezet voor duizenden medewerkers in honderden organisaties. Sommigen organisaties waren er jarenlang bij, anderen maakten korter deel uit van ons verhaal. Samen hebben zij Buro voor Fysieke Arbeid gemaakt tot wat het vandaag is.

In deze jubileumnieuwsbrief zetten we al deze collega's in het zonnetje. Op deze pagina vind je de verhalen van de tien huidige medewerkers. De groepsfoto's uit 2006, 2019 en 2025 laten mooi zien hoe teams veranderen.

Aan alle collega's van toen en nu (in oranje): "Enorm bedankt voor jullie inzet, vakmanschap en betrokkenheid. Deze veertig jaar zijn vooral jullie verhaal."

Bedankt Bert, Ton, Gilles, Eric, Piet-Jan, **Berlinda**, **Marc**, **Tamara**, **Ewout**, Maarten, Els, Annemarie, Bepie, **Niobe**, Astrid, Lourens, Tristan, Joris, Maite, Hans, Eefje, Judith, Mirjam, Susanne, Marjolein, Bart, Aniek, Hanneke, Arnoud, Roxanne, **José**, Vera, Dorien, Erwin, Jordi, Frits, Stefan, Maartje, Bram, **Nard** (zzp), Ken, Tess, **Emilie**, Monique, **Marian**, **Carlijn**, **Sander** en Danny

Klanten in 40 jaar

In de afgelopen 40 jaar hebben we een grote diversiteit aan bedrijven en organisaties verder geholpen om het werk te **professionaliseren** en de **fysieke belasting te verminderen**. Onze trainers waren actief in grote en kleine bedrijven. Bij sommige klanten kwamen we voor één workshop en bij anderen komen we na ruim 25 jaar nog steeds over de werkvloer. Het is geweldig om zulke langdurige relaties op te bouwen. We zijn in een groot aantal sectoren actief. Hieronder een overzicht.

Verdeling bediende bedrijven naar branche

Aandeel van alle opdrachtgevers vanaf 1986. De cijfers geven geen relatie weer met de grootte en de omzet van opdrachten

Branche	Bekende klanten	Aandeel
Industrie & techniek	o.a. Philips, Canon, Kawasaki, AkzoNobel, Nissan, Schneider Electric	17,6%
Retail & groothandel	o.a. Albert Heijn, Sligro Food Group, Bidfood, Lidl, Jumbo	12,0%
Voeding & dranken	o.a. Stegeman, De Klok Dranken, FrieslandCampina, Mars Nederland	9,7%
Transport & logistiek	o.a. PostNL, Kuehne+Nagel, CEVA, HAVI Logistics, Nabuurs	8,5%
Bouw, installatie & vastgoed	o.a. Dura Vermeer, Strukton, Unica, Mourik, Mitros, Weijerseikhout	7,2%
Groen, tuinbouw & agrarisch	o.a. Tuinderij Vers, Solynta, De Enk Groen & Golf, Floricultura	5,8%
Overheid & publieke sector	o.a. Bibliotheken, IBN, ProRail, Diverse gemeenten	5,5%
Zorg & welzijn	o.a. Laurens, Albert Schweitzer Ziekenhuis, ZuidZorg, AMC	5,1%
Zakelijke dienstverlening	o.a. Randstad, Tempo-Team, Timing, Consolid, 365 Werk	4,2%
Financiële & juridische diensten	o.a. Achmea, ASR, CZ, E&Y, Menzis	3,8%
Onderwijs & opleiding	o.a. Avans Hogeschool, Vervoerscollege Venlo, Zadkine, De Leijgraaf	3,8%
Woninginrichting & consumentengoederen	o.a. Crocs, Deli Home, Luxaflex, Essity, Coulisse, Goossens	3,6%
Schoonmaak & facilitaire diensten	o.a. Vebego, GOM, ISS, Conservator Group	3,3%
ICT, media & communicatie	o.a. Atlassian, SDU, Vakmedianet, Lijnco, Em. De Jong, Elburg Smit	2,9%
Arbo, veiligheid & inzetbaarheid	o.a. Stigas, Vollandis, Szas, Assistverzuim, ConsenseArbo	2,6%
Brancheorganisatie & fonds	o.a. BMWT, evofenedex, CAO-Fonds Uitvaart, GOC, Orsima	2,6%
Horeca, recreatie & toerisme	o.a. Center Parcs, Van der Valk, Bilderberg, Radisson Blu	1,4%
Uitvaart	o.a. DELA, Monuta, Post Mortem	0,4%

Onze verhalen

Het werk is veel veranderd. In het begin werkten we met cursusmappen, papieren evaluatieformulieren en een videocamera met VHS-bandjes. Toch is de kern van ons werk al die jaren hetzelfde gebleven: mensen helpen om hun werk met minder fysieke belasting en meer voldoening te kunnen blijven doen.

Ewout

Van de 40 jaar Buro voor Fysieke Arbeid maak ik inmiddels al ruim 25 jaar deel uit van het BvFA team. In die tijd is er veel veranderd in de praktijk bij onze klanten, maar de kern is voor mij eigenlijk altijd hetzelfde gebleven: hoe zorgen we ervoor dat mensen die dagelijks fysiek zwaar werk doen, dit zo prettig mogelijk kunnen doen én kunnen volhouden? Ik heb door de jaren heen bij veel verschillende bedrijven mogen meekijken. Wat ik nog steeds mooi vind, is dat medewerkers en leidinggevenden met de juiste kennis en praktische handvatten vaak zelf al veel kunnen verbeteren. Voor mij blijft de **uitdaging** om ervoor te zorgen dat die aandacht niet tijdelijk is, maar een blijvend onderdeel wordt van het dagelijks werk. Juist daardoor doe ik mijn werk na al die jaren nog steeds met veel plezier.



Marc

Als kind was ik altijd buiten te vinden met een bal en stond later op het volleybal-, voetbal- of hockeyveld als trainer/coach. Ik ging bewegingswetenschappen studeren omdat bewegen duidelijk mijn interesse had. In de eerste jaren ontzettend veel geleerd van Bert en Ton over fysiek werk en alles wat daarom heen gebeurt. In mijn eerste projecten bij Christian Salvesen

(Boxtel) Akzo Nobel (Breda), Sligro Food Group (Veghel) en Schuitema (Son) kon ik onder begeleiding van Bert en Ton flink veel oefenen. Prachtige tijd was dat!

Wat mij aanspreekt in het werk is dat ik veel overeenkomsten zie tussen **sport en werk** die ik gebruik in workshops en in de coaching van medewerkers. In beide gevallen draait het om techniek, tactiek, samenwerken en blijven leren. Misschien is dat wel wat mij na al die jaren nog steeds motiveert: mensen zien ontdekken dat hun werk makkelijker, slimmer en vaak ook leuker kan worden uitgevoerd dan ze zelf dachten.

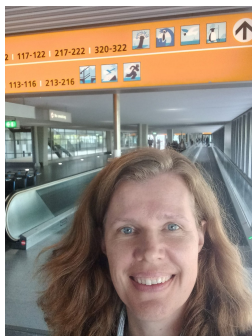
Berlinda

Een erg leuk onderdeel van mijn werk als Trainer Fysieke Arbeid is het afnemen van examens. De deelnemers vinden een examen vaak helemaal niet zo leuk want ze zijn bloednerveus.

Wat ik zo mooi vind aan een examen is dat ik het eindresultaat zie van een intensief leerproces. Ik zie hoeveel de coaches geleerd hebben, hoe ze gegroeid zijn in hun **zelfvertrouwen** en hoe enthousiast en met veel plezier ze nu hun collega's kunnen helpen in het verlagen van de lichamelijke belasting. Maar vooral zie ik de dankbaarheid dát ze dit hebben geleerd.



Op de foto zie je Antje en Felicia die geslaagd zijn voor hun examen ergocoach.



Tamara

Waarom werk ik al 26 jaar bij Buro voor Fysieke Arbeid? Omdat ik me echt nooit verveel! Je zou misschien verwachten dat je op een gegeven moment toch alles wel hebt gezien of gedaan, maar niets is minder waar. Want mijn klanten, werkplek en opdrachten zijn in de loop van de tijd wel steeds veranderd. Wie kan er nu zeggen dat hij, om maar iets te noemen, heeft mogen meekijken met de productie van toetjes, bier en vliegtuigmaaltijden? Of heeft mogen meelopen met het schoonmaken van een operatiekamer, het verzamelen van heftruck-onderdelen of filmpjes heeft mogen maken over het fysieke werk bij het spoorwegtransport? De grootste **voldoening** is voor mij, als ik zie dat individuele medewerkers, ergocoaches en bedrijven groeien in hun kennis en vaardigheid, waardoor het werk simpelweg gewoon wat makkelijker wordt!

Niobe

Dit jaar vier ik een bijzonder jubileum: 25 jaar werkzaam bij Buro voor Fysieke Arbeid. Regelmatig krijg ik de vraag wat maakt dat ik hier al zo lang met plezier werk. Het antwoord is eigenlijk heel eenvoudig: **geen dag is hetzelfde**. Ik kom bij veel verschillende bedrijven, zie uiteenlopende werkplekken en ontmoet iedere dag weer andere medewerkers. Die afwisseling, gecombineerd met de mogelijkheid om medewerkers echt verder te helpen, maakt mijn werk nog steeds uitdagend en interessant. Herstelbegeleiding heeft daarbij een speciale plek, omdat je mensen gedurende een langere periode kunt ondersteunen in hun weg terug naar werk en functioneren met minder fysieke belasting. Het mooiste moment blijft wanneer iemand aan het einde van een traject aangeeft weer met vertrouwen verder te kunnen in zijn/haar eigen werkzaamheden.



José

Waarom werk ik al 18 jaar bij Buro voor Fysieke Arbeid? Er blijft winst te behalen in het verminderen van fysieke belasting en daarmee een lager risico op fysieke klachten en verzuim! Ik kom bij veel verschillende leuke bedrijven, dat maakt het werk enorm **dynamisch**. Ik woon in Groningen, maar mijn werkgebied reikt van het mooie Noorden tot wel Hoofddorp. Bij elk bedrijf onderzoek ik wat nodig is om met dit vraagstuk aan de slag te gaan. Daarbij werken we proactief, omdat dit veel oplevert, en zetten we arbeidsgerichte herstelbegeleiding in als er al fysieke klachten zijn. Vanuit mijn achtergrond als fysiotherapeut en de combinatie van specialist in het fysieke werk, denk ik graag mee in waar oorzaken van klachten liggen, hoe en aan welke knoppen je moet draaien om herstel te krijgen en wat nodig is om de klacht niet meer te laten terugkeren. Genoeg te doen om gezonder het pensioen te halen!

Emilie

Het is dinsdag. Vandaag weer op pad, yes! Ik heb er zin in. Wat maakt het werk bij BvFA zo leuk? De afwisseling, contact met medewerkers en het leveren van een bijdrage om de fysieke belasting te verlichten. Samen puzzelen en zoeken naar die elementen die het werk makkelijker kunnen maken. De **verwondering** in de ogen van de medewerker die voelt dat het makkelijker gaat. Daar doe ik het voor!



Carlijn

Bij ons werk als trainer krijgen we een kijkje achter deuren die voor veel mensen gesloten blijven. Van kantoren tot distributiecentra en van crematoria tot fabrieken: elke organisatie heeft zijn eigen verhaal. Dat maakt het werk afwisselend en verrassend. Wat ik het leukste vind, is om mensen enthousiast te maken voor onderwerpen die niet altijd direct hun hobby zijn, maar wel invloed hebben op hun dagelijkse werk. Wanneer deelnemers tijdens een training nieuwe inzichten opdoen of anders naar hun eigen situatie gaan kijken, geeft dat veel energie. Nog mooier is het als mensen na afloop bedanken voor de praktische tips die ze direct kunnen toepassen. Dat zijn de momenten waarop ik merk dat mijn werk **waarde** toevoegt. Geen dag is hetzelfde en juist dat maakt dit werk zo leuk.

Sander

Wat ik het mooiste vind aan mijn werk bij BvFA, is dat ik kennis en vaardigheden kan delen waar mensen echt iets aan hebben. Het geeft me **energie** om te zien wanneer iemand daar enthousiast van wordt.

Soms begint de motivatie bij een eigen blessure: iemand wil voorkomen dat het hem of haar nog een keer overkomt, of dat een collega hetzelfde meemaakt. Anderen zijn juist ambitieus en willen zichzelf blijven ontwikkelen, zoals

bijvoorbeeld bij coach Kevin (in de blauwe jas). Die nieuwsgierigheid vind ik leuk om te zien.

Het mooiste moment is wanneer ik later merk dat iets wat ik heb verteld is blijven hangen, en dat mensen er zelf mee aan de slag zijn gegaan. Zo help ik hen om gezonder en handiger te werken, en om zich tegelijkertijd verder te ontwikkelen.



Marian

Ik werk nu ruim 1,5 jaar bij Buro voor Fysieke Arbeid en heb het reuze naar m'n zin. Ik verzorg administratieve en financiële werkzaamheden. Ik maak bijvoorbeeld de certificaten voor de geslaagde ergocoaches.

Ik vind het erg fijn dat ik veel **vrijheid** krijg om het werk zelf in te delen. Ik werk vaak thuis en kom soms naar kantoor voor het printen van leerboekjes, de post en overleg over de lopende zaken.

Ik reis heel graag (en veel) en dat is ook goed te combineren met het werk.

Ken (ZZP)

Inmiddels ben ik al bijna zeven jaar verbonden aan Buro voor Fysieke Arbeid: bijna vijf jaar in loondienst als fysiotherapeut en de afgelopen twee jaar als zzp'er. In die periode heb ik van dichtbij meegemaakt hoe het bedrijf zich inzet voor duurzame inzetbaarheid en het verminderen van fysieke belasting op de werkvloer. Medewerkers worden individueel begeleid, coaches opgeleid en met Code 95-trainingen worden ook vrachtwagenchauffeurs bereikt.

De **kracht** van Buro voor Fysieke Arbeid zit in de praktische en persoonlijke aanpak. Door aan te sluiten bij de dagelijkse werkomgeving van medewerkers, worden kennis en bewustwording direct vertaald naar de praktijk. Dat maakt de begeleiding waardevol en effectief voor zowel medewerkers als organisaties. Het is mooi om daar al jarenlang onderdeel van te mogen zijn.



Nard (ZZP)

Ik werk nu zo'n 8 jaar als arbeidshersteltrainer. Daarnaast werk ik als fysiotherapeut in een praktijk. Als fysiotherapeut zie ik op de behandeltafel allerlei klachten, en ik durf wel te stellen dat 80% van de klachten werkgerelateerd is. En eigenlijk is dat niet gek, als je bedenkt dat wij het grootste gedeelte van de dag met ons werk bezig zijn.

Het leukste aan het werk als arbeidshersteltrainer vind ik dat de training plaatsvindt op de **werkvloer**, praktischer kun je het niet benaderen. Ieder mens is uniek, ieder mens beweegt anders en ieder mens heeft een eigen

belastbaarheid. Dat is wat het werk zo interessant maakt.

Na het trainingstraject is de medewerker in staat om met een verbeterde motoriek de fysieke belasting te verminderen. En dus minder kans op werkgerelateerde klachten. En daar word ik dus blij van ☺

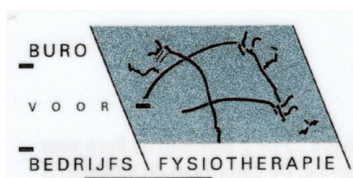
A lot of fun



We komen als team 7x per jaar bij elkaar. In deze bijeenkomsten delen we ervaringen, doen we overdracht van kennis en vaardigheid en ontwikkelen we nieuwe ideeën.

Maar 2x per jaar is er ook tijd om met elkaar te ontspannen en doen we leuke dingen.

Het logo veranderde ook mee



"Coachen is kicken"

Dit was een geveugelde uitspraak van Bert van de Wijdeven, oprichter van Buro voor Fysieke Arbeid. En Bert heeft daarin helemaal gelijk. Er is weinig dat zoveel energie geeft als iemand zien groeien, een team zien samenkomen of dat 'aha'-moment in iemands ogen te ontdekken als je samen aan het werk bent.



Onze coachopleiding heette vroeger '**Coach Fysieke Arbeid**'. Tegenwoordig gebruiken veel bedrijven de term **Ergocoach**. En wij hebben het druk met het opleiden van coaches. Inmiddels hebben we 3382 coaches geregistreerd. In 2006 bijna 800, in 2016 ruim 1000 en in de laatste 10 jaar nog ruim 1500. De behoefte van bedrijven aan een interne deskundige die collega's op een leuke manier kan begeleiden in het verminderen van fysieke belasting is groot.

Bij Coöperatie Dela, Vebego en Sligro Food Group konden we in de laatste 10 jaar bijna **1000 certificaten** uitreiken. Gefeliciteerd!

Het boek 'Duurzaam Fysiek Werk'



DUURZAAM FYSIEK WERK



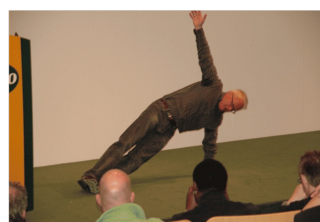
In 2013 kwam het boek **'Werk aan fysiek werk'** van de oprichter van Buro voor Fysieke Arbeid, Bert van de Wijdeven uit. Het boek richt zich op het gezond, gemotiveerd en productief houden van medewerkers die fysiek belastend werk doen. Het behandelt de balans tussen het uitvoeren van zwaar fysiek werk en het onderhouden van de persoonlijke gezondheid en biedt inzicht in hoe je als organisatie anders kunt kijken naar fysieke belasting en de organisatie hierop kunt aanpassen.

In 2019 kreeg het boek een upgrade. De inhoud sloot daardoor beter aan bij de term **'duurzame inzetbaarheid'**; een term die in het bedrijfsleven was opgekomen als reactie op veranderende arbeidsomstandigheden, vergrijzing en het opschuiven van de pensioenleeftijd.

Bert werd uitgenodigd door toenmalig minister Ascher om het concept en de impact van de aanpak toe te lichten. Dit in de context van de discussie over 'zwaar werk'. Via de QR-code of deze [link](#) is het boek te downloaden.

Andere hoogtepunten

Het 20-jarig jubileum was een informatieve en gezellige dag op de locatie van Sligro Food Group in Veghel. Vanuit het hele land kwamen ruim 200 'coaches fysieke belasting', allemaal opgeleid door onze trainers en actief in hun bedrijf om collega's te begeleiden in het werk.



Een volle dag met workshops over coachen, fysieke belasting, teamcoaching en een verkiezing van **coach van het jaar**. Deze werd gewonnen door Mark van de Koelen, nu werkzaam als trainer bij Scania.

Hoogtepunt van de dag was de presentatie van **Foppe de Haan**, trainer van o.a. sc Heerenveen en Jong Oranje. Hij deelde zijn visie over leren, oefenen en trainen van techniek. Hij demonstreerde tevens enkele atletische houdingen.

Lesmateriaal

Het werk is veel veranderd en het lesmateriaal natuurlijk ook. In het begin werkten we met cursusmappen, papieren evaluatieformulieren en een videocamera met VHS-bandjes. Nu hebben we e-learning als ondersteuning, een flyer als hand-out en filmen we met onze mobiele telefoon.

Nog steeds gaat het om maatwerk en maken we, samen met de klant, een leerboekje voor de deelnemers. De standaardnaam van de workshop begint met: "Fit en Gezond". Maar er zijn hele creatieve klanten bij die mooie namen verzinnen: **Feel Fit**, **Embrace Ergonomics**, **Stilstaan bij bewegen** en **Smart**

We maken leerboeken voor ergocoaches, die ondersteund worden met e-learning, en we maakten 3 magazines. De laatste is tevens onze opleidingsgids 'Duurzaam Fysiek Werk', waarin onze visie en producten zijn beschreven.



A rectangular cake with white frosting, decorated with a photograph of a group of nine people (seven men and two women) standing outdoors in a grassy area with trees. The text "40 JAAR" is printed vertically on the left side of the photo, and "BURO FYSIEKE ARBEID" is printed horizontally across the bottom. The cake is on a white plate with a silver fork.



Borchmolendijk 1
5492 AD, Sint Oedenrode
E-mail: info@bvfa.nl



LinkedIn Vimeo

Deze e-mail is verzonden aan {{email}}. • Als u geen nieuwsbrief meer wilt ontvangen, kunt u zich [hier afmelden](#). • U kunt ook uw [gegevens inzien en wijzigen](#). • Voor een goede ontvangst voegt u info@bvfa.nl toe aan uw adresboek.

