

25-06-2004

## Tema om Projekt Hanstholm - efter 3 måneder

---

### EN SUND BY

I tre måneder har Hanstholm-fiskerne sat fokus på deres arbejdsmiljø, sikkerhed og sundhed. Det har givet en holdningsændring

Fartøjer er blevet gjort skridsikre både inde og ude. Der er skruet ned for støjen, og der er lavet risikovurderinger over det mest farlige og nedslidende arbejde.

Fiskerne har fået massage og gode råd om arbejdsstillinger, løfteteknik og indretning af arbejdspladserne. De har øvet brandslukning, og de og deres familier har haft mulighed for at få en snak med en arbejdspsykolog eller en diætist.

Sammen med sygeplejerske Birthe Graugaard og instruktør Søren Broundahl – der begge har været Projekt Hansthols ansigter udadtil – har de arbejdet på at lave B-kisten billigere og enklere. Og det er på vej til at lykkes for dem. Desuden har de snakket om værnemidler, redningsmidler og meget andet.

### En positiv ånd

- Der har været liv i kludene, griner Søren Broundahl. Der har helt sikkert været en positiv ånd. Fiskerne siger, det har været rart, at de lige kunne komme og få et godt råd. Og flere har sagt, at de håber, projektet kan fortsætte på en eller anden måde.

- Gevinsten er, at der nu bliver snakket om tingene. Vi har fået holdningsændringen til arbejdsmiljøet og sikkerheden. De har fx fået øjnene op for, at det ikke hjælper at have redningsmidler om bord, hvis de ikke ved, hvordan de fungerer i en akut situation.

I kølvandet på projektet har mange Hanstholm-fiskere allerede nu meldt sig til et fem dages søsikkerhedskursus for erfarne til efteråret. Her kommer de til at lære mere om brand, førstehjælp og redningsmidler.

### FISKERIET HAR BRUG FOR PROJEKT HANSTHOLM

De gode erfaringer fra Hanstholm kommer andre fiskere til gode

- Fiskeriet har brug for Projekt Hanstholm, og det bør fortsætte. Arbejdsmiljøet er vigtigt, fordi vi fx ser langtidsskader på folks rygge, og fordi det er ulykkeligt hver gang, en fisker kommer til skade. Det er godt, der bliver arbejdet på at bringe det ned – først og fremmest af menneskelige hensyn, men også af økonomiske. Forsikringer er meget dyre, fortæller skipper Finn Svendsen på "Susanne Jette".

Han og besætningen er nogle af de mange fiskere, der har gjort Projekt Hanstholm til en succes.

Skipper Flemming Nielsen på "Borkumrif" betegner Projekt Hanstholm som "vellykket". Og John Larsen siger:

- Folk var nok lidt skeptiske til en start, men vi har fået meget ud af det. Det har været en positiv og gensidig erfaringsudveksling.

## **ET SEJT FOLKEFÆRD**

Siden Projekt Hanstholm slog dørene op midt i marts, er fiskerne strømmet ned i "Butikken" på havnen. De er bl.a. kommet for at få massage og gode råd om arbejdsstillinger, løfteteknik og indretning af arbejdspladserne

- Fiskere er et sejt folkefærd. De arbejder hårdt med fangsten og redskaberne på skibene og også i dårligt vejr. Nogle kommer herind, fordi massage lindrer den trætte krop. Andre har gener, der er bygget op over mange år, siger fysioterapeut Lis Thoustrup. Hun uddyber:

- Derfor har jeg hjulpet dem med at finde frem til, hvor de overbelaster, hvad der forværrer smerterne, og hvad der fremmer en bedring. Jeg har været en form for detektiv sammen med dem. De har været meget interesseret i at finde ud af hvilken sammenhæng, der kan være mellem smerter og gøremål på arbejde og i fritiden. Og den viden kan fiskeren tage med sig og bruge. På den måde bliver han sin egen læge.

## **Ros til fartøjerne**

Lis Thoustrup har masser af ros til nogle af de fartøjer, hun har været ude på. Hun nævner som eksempel, at de har sorter-bånd i gode højder, støddæmpende måtter og skamler, der kan reguleres i højden.

Hun erkender dog, at der ikke er plads på alle fartøjer til at gøre indretningen mere ergonomisk. På andre vil det blive dyrt.

- Men støddæmpende måtter, udjævning af dækket og skridsikkerhed er utrolig godt. Alene det, at fiskerne kan stå fast, betyder meget for deres muskler og led under arbejdet. Og Lobster-liften, som Fiskeriets Arbejds miljøråd har været med til at konstruere, den er en fantastisk opfindelse, fremhæver hun.

## **Ikke mange dårlige rygge**

Ikke mange af de fiskere, der har opsøgt Lis Thoustrup, havde dårlige rygge. Kun nogle ganske få har haft alvorlige problemer med lænden eller skuldrene, og det har overrasket hende. Til gengæld har flere haft ondt i armene.

- Ryk og løft kan være hårdt for armene selv i godt vejr. Det er også armene, der får de første påvirkninger, når skibet vipper, og fiskerne samtidig skal løfte og balancere byrden, forklarer Lis Thoustrup.

Hun har også skaffet svedtransporterende undertøj, forskellige handsker, inderhandsker og fede cremer, der heler og beskytter huden på hænderne. Nogle af Hanstholm-fiskere er nu i gang med at prøve det af, så de kan finde den løsning, der er den bedste for hele fiskeriet.

- Jeg kan også bruge nogle af fiskernes erfaringer. Det er fx deres fortjeneste, at jeg nu ved, at der er nogle vældig gode støddæmpende, varmeisolerende og skridsikre sikkerhedsstøvler. Dem bør folk i andre erhverv også kende – fx skovarbejdere, landmænd og dem der arbejder i frysehuse og i vejvæsnet, slutter Lis Thoustrup.

## **INGEN LØFTEDE PEGEFINGRE**

Hanstholm-fiskerne er hverken tykkere eller tyndere end danskerne i almindelighed. Men en fisker risikerer at miste

den blå bog og dermed sit arbejde, hvis han vejer for meget. Lidt motion og lidt sundere kost skal der til

Diætist Else Bunch har ikke haft løftede pegefingre med ned på havnen i Hanstholm. Hun er heller ikke gået om bord på fartøjerne for at omvende fiskerne til at blive vegetarer og sportsfanatikere. Men nogle grønsager, regelmæssig motion, mindre fedt og mindre portioner - det er vejen til et sundere fiskerliv.

Derfor har Else Bunch fået en stille snak med fiskerne og deres koner.

- Vi kan ikke ændre folks kostvaner fra den ene dag til den anden. Men målet har været at gøre fiskerne lidt nysgerrige, og selv de små skridt giver resultater på lang sigt, siger hun.

### **Nødråb fra fiskerkonen**

Else Bunch blev bl.a. opsøgt af en fiskerkone, der bad hende om at snakke med hendes mand og resten af besætningen.

- Hustruen vidste, at kokken brugte meget fedt, når han lavede mad. Sund kost handler ikke om at forbyde en masse, men om at begrænse noget. Derfor foreslog jeg dem, at de kunne fjerne en tredjedel af fedtstoffet. Og nu siger de, at de også får grønsager til maden, fortæller Else Bunch.

Hun tilføjer, at det er en ændring af kosten på lang sigt, der skal til, og at andre ikke kan gøre det for én. Men kosten alene gør det ikke. Motion skal der også til. Men man behøver fx ikke at gå i motionscenter. Også her er det de små ting, der tæller.

Hun foreslår, at man går eller cykler rundt på havnen i stedet for at tage bilen. Eller at man cykler ud i naturen og følger årets gang.

- Det styrker kredsløbet og kroppen, så man kan holde til arbejdet på havet. Det gør også, at man lettere kan holde vægten, forklarer hun.

### **FRED OG RO I MESSEN**

Efter år med støj i styrehuset og i messen får de fire mand på T290 Katrine Baatz nu fred og ro

- Vi har haft så meget støj i messen og styrehuset, at vi blev trætte i hovedet. Det var oppe på 75 decibel. Først isolerede vi døren indvendig, og det hjalp noget. Men nu vi er gået i gang med at støjdæmpe hele nedgangen til maskinrummet fra messen med isoleringsmåtter, regner vi med at få fred og ro, siger skipper Niels Jørgen Baatz.

Han fortæller videre, at de samtidig er ved at få lavet skridsikring på agterdækket.

- Det er altid glat, der hvor vi tackler fisk ind. Også i nærheden af spillene, hvor der bliver spildt olie. Derfor får vi det skridsikret. Og når vi har set, hvor godt det holder, er det planen, at vi vil have det på hele dækket.

### **SLUT MED DE TUNGE LØFT**

- Lobster-lift og skridsikring - det er små ting, men de har stor virkning for vores helbred og sikkerhed. Det siger Finn Svendsen, der er skipper på T486 "Susanne Jette"

- Lobster-liften er det eneste, vi mangler om bord for at få de tunge løft væk. Den er så enkel i sin konstruktion, at det er genialt. Der er ingen mekanik, ingen hydraulik og heller ingen sliddele. Den fungerer efter vægtstangsprincippet, fylder ikke meget, kan flyttes og koster ca. 25.000,-, fortæller Finn Svendsen.

I løbet af sommeren får han og de tre andre mand en lobster-lift om bord. Der er så stor efterspørgsel på den, at den i øjeblikket er i restordre.

- Lobster-liften eliminerer de langtidsskadelige virkninger på besætningens helbred. Og den er med til at undgå ulykker, fordi folkene får mere hviletid og dermed er udhvilede til dagens arbejde, fremhæver skipper.

Han peger også på, at den gode ergonomi betyder, at de arbejder hurtigere i en spidsbelastning. Og det at der går kortere tid, fra de får fisken ind, til den er forarbejdet, fremmer fiskens kvalitet.

### **Bedre arbejdsstillinger**

Besætningen på "Susanne Jette" har i nogle år arbejdet systematisk på at fjerne de tunge løft og de dårlige arbejdsstillinger. De ville af med rygskaderne. I dag vejer deres rejekasser 15 kilo, og hummerkasserne vejer 7½ kilo.

Og under en ombygning i 1995 lavede de et nyt arbejdsdæk. Finn Svendsen og hans medejer Frits Espensen var enige om, at den arbejdsmiljø-rigtige indretning og fangstens flow skulle have højeste prioritet.

- Det er ikke lige meget, om folk står skævt i 25 år og skal passe på ikke at falde. Derfor har vi fået justerbare riste på arbejdspladserne, så dækket er kommet op i vandret. Der er flere, som har været nede og se det, og de har fået lavet noget lignende, siger han.

### **Skridsikring**

De har også lagt skridsikre måtter på de steder, besætningen står og arbejder. Det er fx ved båndet, hvor de sorterer rejer og hummer, der hvor de pakker hummerne, og der hvor de koger og pakker rejerne.

- Den enkeltes sikkerhed er blevet øget. Og så er det en sidegevinst, at måtterne er bløde at stå på, så vi ikke bliver så trætte mere, siger Finn Svendsen.

- Måtterne og lobster-liften er små ting, men de har stor virkning - lige som den skridsikre Step Safe-maling, vi har fået på fabriksdækket. Det gør det lettere at stå fast, så vi ikke falder, når vi går med en vægt. Vi går meget op i, at der ikke er nogen, der falder. Det og et godt arbejdslys prioriterer vi højt af hensyn til arbejdssikkerheden.

### **Større sikkerhed til alle**

Fiskeriets Arbejdsmiljøråd har hjulpet besætningen med at lave en risikovurdering.

- Nu kender alle mand den risiko, der er om bord. Og det øger sikkerheden for alle. Det samme gør de lovpligtige sikkerhedskurser. Desuden har vi god erfaring med lærlingeuddannelsen - specielt efter de 22 ugers kursus er lærlingene godt rustet til arbejdet om bord.

Besætningen har dog ikke taget imod tilbudet om en gennemgang af deres skibsmedicinkiste. Alle var allerede uddannet i den.

- Først var jeg skeptisk, da vi skulle have en stor, dyr kiste om bord. Men den er god, og jeg er imponeret over, hvor effektive Radio Medical er. Fx fik jeg en blodforgiftning i armen, og det var rigtig godt, at vi bare kunne ringe ind. Lægen stillede diagnosen og bad os gå i medicinkisten og hente den og den medicin. Det hjalp, og vi slap for at sejle ind.

En ting har han dog lært om medicinkisten. Og det er, at det er lovligt selv at efterse og fylde den op, når noget er blevet forældet. Hermed slipper de for at vente en uge på, at apoteket gør det.

## **DE GODE IDEER BLIVER GIVET VIDERE**

Besætningen på HM128 "Borkumrif" har fået mange gode ideer. De giver også deres gode erfaringer videre til andre

- Man bliver næsten som et helt nyt menneske af en omgang massage. Og fysioterapeuten har vist os, hvordan vi kan stå og løfte kasserne på en bedre måde, fortæller John Larsen fra "Borkumrif".

Lis Thoustrup har også givet dem svedtransporterende undertøj. Det leder sv eden væk fra kroppen, så de ikke bliver kolde og kommer til at fryse. De har også fået vanter til at tage indenunder gummihandskerne, så fingrene ikke tørrer ud, sprækker, gør ondt og får infektioner.

Lige nu er de ved at få en lobster-lift monteret om bord. Skipper Flemming Nielsen fortæller, at deres hummerkurve vejer 15-20 kilo, og at de løfter op til 5 tons på en rejse. Derfor forudser han, at det bliver en "betydelig forbedring".

- Vi har hørt om den fra et par stykker, der er eventyrlig godt tilfreds. Det kommer til at forbedre vores arbejdsforhold – bl.a. fordi vi slipper for at bukke, vr ide og løfte samtidig. Og det er noget, der slider på ryggen, siger John Larsen.

### **Positiv udveksling af erfaringer**

De gode ideer går begge veje. Besætningen på "Borkumrif" har fx vist deres gummistøvler til andre. Flemming Nielsen siger herom:

- Det er en ny type gummistøvler, som kan stå fast ovenpå stort set alt. Desuden er de termosikret til minus 40 grader, og selv om sålen er tykkere, er de ikke tunge.

- Det er vigtigt med godt fodtøj, fordi det er hårdt for benene at stå op i mange timer. Og det er godt fodtøj, forsikrer John Larsen. De er behagelige at gå i, og man bliver ikke så øm i benene. Vi fik selv ideen fra de fyre, der lodser for os, og vi er glade for at give ideen videre til andre. Det er gensidigt positiv erfaringsudveksling.

Almindelige gummistøvler koster omkring 400,-. De hedder Termo Safety, og de køber dem i Hanstholm Indkøbsforening til 750,-.

Desuden har Fiskeriets Arbejds miljøråd hjulpet dem med at overbevise Søfartsstyrelsen om, at nogle stopklodser ude på dækket gik ud over sikkerheden.

- Før skulle vi løfte og hejse grejerne ud med kraner. Nu kommer vi slet ikke i nærheden af grejerne, og det gør arbejdsgangen lettere og forbedrer sikkerheden, fortæller Flemming Nielsen.