

# Boomverzorger

## IS DAT EEN GEZOND BEROEP?

TEKST: LUDO VAN MIL, COAUTEUR WOUTER VAN DEN DUNGEN,  
BEIDEN ZELFSTANDIG BOOMVERZORGER

### Prachtig beroep

Boomverzorger is een prachtig beroep. Toch? Maar is het ook gezond, is mijn hamvraag. En die vraag stel in ook aan mezelf. Zeker wel, is dan mijn eerste reactie. Je bent altijd in beweging, in de buitenlucht (ook fijn in deze tijd ;-)) en klanten zeggen het ook vaak: 'Jullie hoeven zeker niet naar de sportschool?' Ik geniet zelf erg van het in beweging zijn. Het klimmen en klauteren, in de schaduw van het bladerdak, het uitzicht, enz. Daarom zeg ik volmondig dat het een prachtig beroep is. Maar volgens mijn fysiotherapeut heb ik een golfarm! En notabene: ik golf nooit! Het is iets met overbelasting van pezen in ellebogen en polsen. Hoe zou dat nu komen?

En hoe sta je er zelf voor? Ik ken veel collega's met in meerdere of mindere mate dezelfde klachten, en diverse jonge kerels hebben min of meer gedwongen moeten stoppen en zijn andere dingen gaan doen in verband met serieuze lichamelijke klachten (schouders, polsen, rug, gewrichten, enz. enz.).

### Schade en schande

Echte mannen hebben grote zagen en staan er graag mee op de foto, liefst met een 880 met een blad van een meter of wat. Pffff ...;-) wel wat vermoeiend, maar ja. Overigens is mijn ervaring dat dit vooral bij de jongere garde speelt. Mijn stagiairs/boomverzorgers in opleiding grijpen toch al gauw naar een lichtere zaag als die voorhanden is. Maar anderen wachten ermee tot ze serieuze klachten krijgen. Of hebben ze een ongelooflijk sterk gestel en zijn ze geboren met ijzersterke kwaliteiten? Grooooooot werk ... groooooote bomen en groooooote zagen en versnipperaars, en dan het liefst dus rooien of klimmend afbreken van bomen. Dan krijg je pas een soort van aanzien, in tegenstelling tot het snoeiwerk

met een handzaag in de boom. Dat spreekt niet zo tot de verbeelding. YouTube staat er ook vol mee; kerels met groot spul die bomen slopen. Waarom, zo vraag ik me af? Heeft iemand een afdoende antwoord? Het heeft mogelijk iets te maken met het stoere image van ons vak (het is ook wel een stoer beroep), maar je kan ook overdrijven misschien?

### Scholing en materialen

Hier is winst te behalen! Anno 2020 leren studenten leren om te 'body trusten' (eigenlijk een vreemde uitdrukking); dit is een techniek uit de vorige eeuw, en het is ongelooflijk dat opleidingen hier nog altijd aan doen. Je lichaam gaat er vrij vlot van naar de kloten als je dat iedere dag doet. Daarentegen is SRT kunnen klimmen mijns inziens een must voor iedere boomverzorger. Het is nu niet direct dat SRT het beste is, maar voor de verticale toegang in de boom blijkt deze methode momenteel – op de touwbrommer na – de minst belastende techniek. Wat betreft het horizontaal uitlopen en dan vooral het weer teruglopen, staat SRT garant voor extreme belasting op armen, schouders en polsen. In combinatie met andere technieken (dubbelloops-DRT) en hulpmiddelen (lijnklemmen enz.) kun je zo prachtig een boom snoeien zonder er te veel energie en kracht bij te verliezen. Het is de kunst de beste middelen per boom te kiezen, waardoor je met een minimale inspanning (lees slijtage) je werk kunt uitvoeren. Dit is niet per definitie DRT voor iedere boom of uitsluitend SRT-klimmen. Per klus bekijk je welke materialen uit de toolbox je het leven makkelijker kunnen maken. Want moe worden we toch wel, maar dat geeft dan weer niet; lekker lui onderuit aan het eind van de dag met een biertje is ook genieten. En als de ogen dan al

Afbeeldingen van links naar rechts:

- Werken met je verstand en niet met één merk.
- Routineus zagen met één hand is gebrek aan zaagtechniek.
- Smart Rigging en dus niet klimmen spaart veel energie.

## De wedstrijd wordt pas beslist aan het eind

dichtvallen voor je gezellig dat biertje met mate(n) deelt, is dat ook jammer, toch? Ook werken met machines die het werk lichter maken helpt een stuk. Zelf breek ik weinig grote bomen meer af, gewoon omdat ik ze wil laten staan (ik ben verdorie niet voor niks boomverzorger!). Maar als het dan toch echt moet, zet ik er gewoon een verreiker met zaagkop bij of een telekraan, dat is wel zo fijn voor lijf en leden. Zoals een goede collega in Wenum-Wiesel altijd zegt: 'Beter op oliedruk dan op bloed-druk'!

Lichtere machines inzetten is ook een aanrader; diverse merken hebben lichte tophandles in de aanbieding, waarbij de accutechniek ook goede stappen maakt om de zaak lichter en stiller te krijgen. Een accusnoeischaar is ook al zo'n fantastisch product, eveneens aangeschaft door schade en schande wijs geworden en na de mededeling van de fysio over de golfarm. De omvang van de investering mag hier duidelijk worden weggestreept tegen het ergonomisch voordeel. Het kost immers bakken met geld als we ons werk gewoonweg niet kunnen doen omdat er weer iets overbelast is ;-)

### Matigheid en advies

Gezond oud worden is nog niet zo eenvoudig in ons vak, maar wel mijn persoonlijke doelstelling.

De oude Grieken wisten het al, maar wij lijken het vergeten in de huidige tijd. Zij promootten de filosofie van een gezonde geest in een gezond lichaam, en matigheid in alles.

Wie heeft bedacht dat je vijf volle werkdagen moet werken en ook nog de zaterdag erbij? En in de zomer de avonden ... Met werkdagen van zes uur effectief werken, vier dagen in de week moet je er gewoon je kost mee kunnen verdienen. Maar meer



geld is ook een drijfveer. Dan moet je misschien meer uren maken, of dat denk je dan althans. Ik oordeel daar zeker niet over; het is soms nodig, maar echt niet altijd. Ik kwam recent een echt jonge en sympathieke collega tegen die veel geld aan het verdienen was met het als een dulle, klimmend bestrijden van eikenprocessierupsen. Hij had al veel fysieke klachten en had veel geld verdiend en overwoog een 'touwbrommer' te kopen, tjasa ...

Sta eens stil bij je gewoontes, en zet een kruis in je agenda met daarin het woord 'bezet' (tip van Frans Baltussen, zo ongeveer de oudste boomverzorger onder ons). Zelf noem ik dat dan een 'ademende agenda', die dus her en der wat ruimte laat voor vrije tijd, wat administratie of whatever waar je zin in hebt. Eventueel een zogenaamd spoedklusje als je het niet kan laten.

Of nog één advies: houd eens wat vaker de tophandle vast met twee handen, ook een tip van een oudere boomverzorger (Hans Brand), die eens op een studiedag liet zien hoe je, als je je helemaal uitstrekt, je beide handen aan de tophandle vasthoudt. Sommige fabrikanten snapten dat en pasten de beugel daarop aan. Ook verbetering van je zaagtechniek kan helpen, door bijvoorbeeld vaker een trapsnede te zetten, de zaag weg te hangen en dan de tak met twee handen af te breken. Het zou fijn zijn als de grotere bedrijven hun personeel in die richting begeleiden, anders zit dadelijk het kantoor vol met jonge medewerkers (die van buiten naar binnen verhuizen) die het werk niet meer aankunnen, en dan moeten er steeds weer jonge, onervaren collega's worden ingevlogen. Voor een paar euro een boom snoeien en er 80 à 100 op een dag moeten doen draagt ook niet bij aan het verlichten van de werkdruk op de schouders van deze kerels.

### Plezier hebben en 'nee' zeggen

Het moeilijke zit hem in het feit dat we zo'n leuk jobke hebben, de verleiding is zo groot om altijd maar weer 'ja' te zeggen op een vraag, zeker als zelfstandig ondernemer merk ik dat. Nee verkopen? Da's lastig hoor! Maar een klus doorschuiven naar een collega is geen schande toch? Of wat uitstellen van het werk (later in het jaar). 'Bomen zijn geduldig', zeg ik vaak, 'nu de mensen nog.'

Afwisseling is ook een idee. Als je dus met twee boomverzorgers werkt aan de klus, is het keileuk om samen in de boom te hangen, maar om de beurt grondman spelen is ook goed voor je. Wat takken versnipperen of sjouwen ... Extra mankracht inhuren is ook een goed idee om het werk wat eerder af te hebben en je lichaam te sparen.

Je kunt ook je vak benaderen als (top)sport, dus regelmatig leven, gezond eten en met mate drinken, maar ook vooral denken aan het eindpunt; de wedstrijd wordt past beslist aan het eind! Als je de dag als een dulle begint, haal je met de tong op de schoenen het eindpunt van de dag. Dat kun je lang volhouden als je een berendconditie hebt, maar het gaat er toch om dit prachtige beroep nog heel lang vol te houden? Da's pas een wedstrijd!

Het grootste struikelblok in ons vak is je lichaam te laten herstellen; na een blessure of klacht trekken we toch altijd weer te snel het harnas aan. Dit omdat je gewoonweg je brood wilt verdienen en met die zere pols best kunt werken, toch? Voor je het weet ben je jaren verder en is die blessure inmiddels uitgegroeid tot een chronische klacht. Ikzelf (Wouter, die een beetje mee mocht schrijven met Ludo) heb dit aan den lijve ondervonden en op het moment dat ik mijn hobby's moest parkeren om fysiek weer de werkweek te boven te komen, werd het voor mij tijd om voor

mezelf te kiezen en het roer om te gooien. Van fulltime klimmen naar één dag in de week is lichamelijk een verademing – terwijl het geestelijk enorm lastig loslaten is ;-). Ik heb te weinig naar mijn lichaam geluisterd. Trap niet of juist bewust wel in deze valkuil die we allemaal herkennen.

### En toen?

Het zijn allemaal maar wat ideeën, zeker niet uitputtend, maar van elkaar kun je veel leren. Daarom is de samenwerking in ons beroep zo mooi. Daar kunnen andere beroepsgroepen nog wat van leren. Door met verschillende mensen regelmatig samen te werken en te praten over je werk, kun je heel veel leren is mijn ervaring. Maar het begint zoals altijd weer bij jezelf. Ga je zo op deze huidige weg verder? Misschien werk je al heel gezond en weet je heel goed wat je grenzen zijn. Dat is prachtig. Of ga je er structureel overheen en zie je wel waar het schip strandt. Investeren in scholing en in lichtere materialen en machines is het meest eenvoudig. Maar bovenal –en dat kost niks – kun je het beste werken met gezond verstand. Zoals een van mijn goede collega's ook altijd zegt als het over machines gaat: 'We werken niet met één merk, maar met ons verstand'. Gelukkig hebben fabrikanten de laatste jaren veel verbeterd door (beter) te luisteren naar de vraag van ons als klanten.

Tot slot, in antwoord op mijn eigen vraag aan het begin van dit stukje of we nu wel of niet een gezond beroep hebben: mijn indruk is al met al dat we toch een gezond beroep hebben, mits ... met verstand uitgevoerd. Zeker is ons prachtige beroep ook mentaal gezond, want daarin hebben we een grote voorsprong op alle 'kantoor mensen' (sorry binnenmensen). Nou nog zien gezond oud te worden ;-). ■