

Heineken

NACHTDIENST: 'ALS ONTBIJT KRIJG IK EEN WARME PRAK'

Niet alleen mensen, ook dieren leveren een gevecht tegen de klok. Bij dieren kunnen zelfs zulke ingrepen plaatsvinden dat hun ritme geheel verandert en een dag voor hen uit 19 dan wel 28 uur zou kunnen bestaan. Hoe zit dat bij mensen

door Cas de Stoppelaar

Als een soort ultramodern Bommestein ligt de fabriek van Heineken in een Zoeterwoudse polder. Mistlinden jagen in het holst van de nacht rond de vergistingsstorens, een vale maan werpt een schuimbleek licht over het verlaten terrein, verkluimde insecten cirkelen in het oranje schijnsel van druipende lantaarns, die voor een weinig gastvrije verlichting van de bierburcht zorgdragen. Die sfeer ademt niets van gezelligheid, terwijl toch binnen de zorgvuldig vormgegeven muren een proces gaande is om jaarlijks 2,5 miljoen hectoliter pils aan te maken om het humeur van Nederland op peil te houden. Dit bedrijf verest een voortdurend opletten van „s lands beste brouwers": ploegenarbeid in de semi- of volcontinu.

„Ach jongen, ga jij maar naar de dokter als je zonnig wat wilt weten over 's nachts werken. Die kan je vertellen dat het verrek ongezonder is. Weet jij hoe groot het aantal maagkijzers is Ha; ik ook me eigen hier klem 's nachts en overdag slaap ik, en als ontbijt krijg ik dan een warme prak. Dacht jij dat dat goed voor mij was. Nee hoor, daar word je niet oud mee." Dat is de portier bij de slagboom. Een goed begin. Na die ontboezeming vertrek ik voor een lange tocht door de reusachtige hallen. Mout, hop, gist en water, volgens een „eeuwenoud" recept. En nu zal het moment wel dichtbij zijn dat ik hem zal zien: De Brouwmeester, hooggeleerd, leren voorschot, op de wangen een bloot van de kenner, tot in de knieën in klontige gist, bezig met het keuren van kwaliteitsbier.

Niets daarvan. In de hoek van de hal is een glazen huisje, waarin enige keurig geklede heren genoechelijk zitten te brouwen, bijgestaan door een fluisterende computer, die zich elektronisch vernuftig bezighoudt met de procesbesturing. De mannen turen ondertussen op een groot paneel, met daartussen opflitsende rode en groene pijlen, lampen en knoppen, waarop zij af en toe bedachtzaam drukken; een soort videoscram, waar de laatste productiekijfers zachtgroen opgluizen. Dit is biermaken anno 1977: het getemde pils. Brouwen gaat onder controle en het gaat door - dag en nacht.

„Ja joh, daar kijk jij van op, hè! Nou, ik ook hoor. Ik zit al 23 jaar in de continu, en ik vind het fijn. Ik zou niet anders meer willen." De proces-operator laat zijn ogen glijden over het dashboard. Hij hoeft niet echt te kijken, maar ziet uit zijn ooghoeken of alles correct borrelt en bruist. „Mijn vrouw heeft er een hekel aan. Ik woon op een flat in Rotterdam-Zuid: tussen mijn slaapkamer en huiskamer zit zo'n lullig glazen wandje. Als ik dus lig te slapen, moeten de kinderen hardstikke stil zijn. Alleen de huiskamer is verwarmd in de winter. Nou, en dan zegt mijn vrouw, ik ga wel in het zijkamertje zitten, dan kan ik rustig slapen. Maar dat wil ik niet. Veel te koud."

„Kijk, het is natuurlijk wel zo dat ik het ook om het geld doe, maar niet alleen. Nee! Ik zit hier met een vast ploegje mannen. Lekker rustig 's nachts. Ze zeuren je tijdens de dagdienst altijd de godganse dag aan je kop en nou kan ik mijn eigen gang gaan. Je krijgt een soort van rust en je kan kletsen over particuliere dingen. Ik verdien dertig procent meer in de vijfplagedienst, maar dat spaar ik. Mijn vrouw krijgt alleen wat ik als dagloon zou krijgen. Als mijn

baas me ooit uit de volcontinu zou trappen, kan ze tenminste ham op d'r brood blijven eten in plaats van speculaas!" Langzaam draait hij zware shag en drinkt zwarte koffie. „Soms merk je dat mensen op de ploegdienst neerkijken. Nou, daar heb ik mooi schijt aan! Ik kan lekker winkelen met mijn vrouw als de anderen moeten werken. Maar het heeft ook z'n nadeelen. Al mijn kennissen lopen met een rooster van mij op zak. Ze kunnen nooit eens op bezoek komen zonder eerst op die lijst te kijken. Zelf was ik weg op de verjaardag van mijn vrouw en van mezelf. En als je op zondagavond voor een week weer de nacht in moet, nou, dan sta je om halftien 's avonds al te tandakken, omdat je toch niks meer kan doen." Hij wijst met zijn vinger op tafel.

„Kijk, hier sta ik, en daar staan zij, mijn vrouw en mijn kinderen, en daar tussen loopt de ploegdienst. Wat ik daarmee wil zeggen? Nou, dat dat soort werk volgens mij altijd een verwijdering in het gezin geeft. Maar, ik zou toch niet anders meer kunnen. Ik weet niet beter. Maar ik geloof dat het grootste nadeel nog wel je seksuele leven is. Dat lijkt eronder. Als ik een week lang 's nachts van huis ben...tja...dan wil je wat, niet? Maar je kan van je vrouw toch niet verwachten dat ze dag en nacht voor je klaar staat? Vroeger ging dat, nog wel, toen we nog geen kinderen hadden, of toen ze nog klein waren. Toen kon je op zondagmiddag nog tegen die kleine zeggen: mammië gaat ook even slapen want mammië is moe. Maar nou is die kleine meid veertien, en als ik nou zo iets tegen

De moderne ploegdienst, dag en nacht, zo wordt bij Heineken de ploegdienst ingedeeld. De ploegdienst is verdeeld in de gaten, verspreid over het complex dat de grootste bierfabriek van de wereld wordt.

Foto's: Freddy Rikken

d'r zeg dan zie je ze kijken met die schele oogjes...Dat vind ik genant. Maar, joh, jij weet toch net zo goed als ik, als het een beetje te koud wordt dan drink je toch snel twee grote glazen ijskoud water achter elkaar, niet?" Hij ziet een lichtje fllikkeren op het paneel. Het is tijd voor het terugkoelen van tank 102 en 103. In de bottelarij ketsen de flesjes als mitrailleurkogels van de band. Twee produktielijnen draaien op dit moment met een rendement van vijftientig procent. „Dat is hoog", zegt de meneer van de vorkheftrac. „Maar het is ook een goede ploeg die er vannacht staat: Als zij er zitten, rij ik me rot!" De herrie is oeroverdovend. Glas botst tegen glas, tienduizenden kerren. Als een kreuple slang kronkelt de kolonne tussen de machines door. Peuken eruit, etiketten eraf,

dan rammelend naar de - psssst! - vulmachine, dop, pasteuriseren, en een nieuw etiket. Links stormen de vaten geheel automatisch op de pallets. De man achter het automatisch oog, dat alle breuk, halflege flessen en overige onvolkomenheden op de band moet registreren, kijkt een tikje glazig. „Ach, meneer, dat is altijd om een uur of vijf. Dan komt de man met de hamer. Tussen drie en vijf. Dat zijn de moeilijkste uren. Vooral de eerste nacht. Het rotte is dat je er niet een beetje aan gewend raakt en dan moet weer een andere dienst gaan draaien. Maar, ik zou toch niet anders willen. Ja, ik doe het wel om het geld. Als ik hetzelfde in de dagdienst zou vangen zou ik dat doen. Maar och, het is niet zo saai. Ik mag aan verschillende machines staan, ze willen me

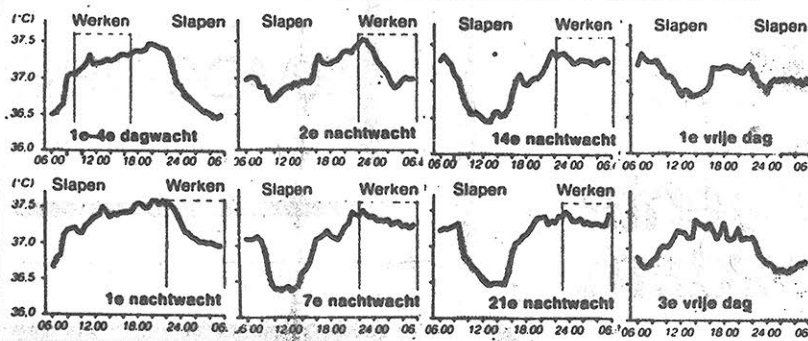
all-round maken. Verleden maand heb ik twee weken achter elkaar, aan de wasmachine gestaan. Toen was ik bijkans maf. Nou gaat het wel. Als het teveel wordt loop ik effe een rondje." Hij zet zijn koptelefoon weer op. Door de bottelarij wordt voortdurend ontspanningsmuziek gedistribueerd die het ellendig gekletter moet overstemmen. Maar over het algemeen wordt er niet veel gebruik van gemaakt omdat de mensen dan het laatste restje collegiaal contact volledig moeten onthouden. Beter nog wat brullen over de herrie heen dan volledig afgesloten. Zijn baas, boven in het kantoor, wisselt de cassette. „Nou, het schiet alweer op. Ik houd niet van nachtdienst. Ploegenarbeid vind ik best, maar ik word een beetje te oud. Na een week lang iedere nacht hier ben ik gaar. Ik zit sinds 1946 in de continu. Ik voel dat het ieder jaar wat moeilijker gaat."

DE GESTOORDE KLOK

Bij dieren gaat het om het op- of ondergaan van de zon; dat is bepalend voor het dagritme.

Ons lichaam functioneert op basis van dit 24-uurs-ritme. 's Morgens is de lichaamstemperatuur lager dan 's avonds; alles verandert naarmate de dag vordert (bijvoorbeeld ook de bloeddruk, hartslag, functies van lever en nieren, concentraties van verschillende zouten

in het bloed) en herstelt zich 's nachts (in de slaap) weer. Reis je bijvoorbeeld per vliegtuig naar de VS, dan schuift je zes uur in tijd op, maar bij aankomst daar probeer je je wijs te maken dat het pas vijf uur in de middag is, terwijl het lichaam alomtegenwoordig de aanpassing kost tijd, maar arbeiders in ploegdienst passen zich nooit volledig aan aan het veranderende ritme van overdag slapen en 's nachts werken.



Verandering van de lichaamstemperatuur bij 21 achtereenvolgende dagen in de nachtdienst. Bij ploegenarbeiders in de nachtdienst blijkt dat de lichaamstemperatuur zich slechts langzaam aan de fasever-

schuiving van arbeid en slaap aanpast. Een enkele nachtdienst verandert het 24-uurs-ritme van de lichaamstemperatuur bijna niet; maar aanpassingen aan het veranderende ritme gaan door tot ongeveer de 7de dag.

Hoe komt dat? Werkelijke aanpassing is pas voor 100 procent mogelijk als de omgeving meeverandert. Dat is bij ploegdienst nooit het geval. De man achter de machine in de nacht zal zich aler de machts in de nacht zal zich aler tijdstip bewust blijven van het feit dat hij eigenlijk op dat moment iets anders „behoort" te doen: slapen. Dit besef verhindert de volledige aanpassing van zijn lichaam.

De laatste jaren is er veel onderzoek gedaan naar het wel en wee van de ploegenarbeider. Men heeft veel inzicht in zijn slaappatroon, zijn lichamelijke functies en zijn sociale achtergrond gekregen. Zo blijkt dat 80 procent van de nachtarbeiders, in hun slaap worden gestoord door één of andere vorm van „laawaai": de „slaapdiepte" neemt af. Ook is de „slaaplenge" overdag korter dan 's nachts. De kwaliteit van de rust gaat dus achteruit. Een ander punt is de aanpassing van de lichaamstemperatuur, de hartslag en dergelijke. Zo blijkt dat de temperatuursomdraaiing pas voltooid is na de zevende nacht, wanneer bij veel ploegenroosters de arbeiders weer van dienst moeten gaan wisselen. Een werkelijk stabiel temperatuurspatroon treedt pas na drie weken op. Het slaapttekort bij ploegenarbeiders is het grootste probleem. Deugdelijke begeleiding en verstandige schema's zijn het minste wat een arbeider in onregelmatige dienst mag verwachten. Compensatie met geld alleen is niet voldoende.

(Download: verhaal werd geschreven naar aanleiding van de biologische klok op het werk, een uitgave van de Stichting Bio-Wetenschappen en Maatschappij)

ZUID-AFRIKA

Vervolg van pagina 2

schien wel de enige krant in Zuid-Afrika die duidelijk de echte gevoelens van de negers in de steden vertolkte en bovendien wist hij daarmee de laatste tijd veel zwarte journalisten tot een militantere opstelling te brengen. Maar Qoboza belichtte niet alleen de slechte positie van de zwarten. Hij benadrukte allerlei onrecht, van welke aard dan ook, maar hij kritiseerde ook die zwarte Zuid-Afrikanen, die er dezelfde irrationele raciale vooroordelen op na houden als blanken. Een van zijn stokpaardjes was dat de negers niet meer moesten wachten op tekenen van tegemoetkoming van blanke kant, maar ook hun „slaven-mentaliteit" van eeuwen her moeten afschudden. Verder zouden zij hun eigen en gezamenlijke trots als negers opnieuw moeten ontdekken en moeten proberen een zelfstandige economische machtsfactor te worden. Daardoor was hij dan ook een vurig voorstander van de leer van het zwarte zelfbewustzijn. Zijn krant werd een belangrijk platform voor veel van de organisaties, die nu verboden zijn. Ook voor The Black People's Convention, de Zuid-Afrikaanse studentenorganisatie en het Comité van Tien uit Soweto.

Conflicten

Na de relletjes en de onrust, die het land in juni teisterden, kwam The World onvermijdelijk in een conflictituatie met de autoriteiten terecht.

Zo bracht het 'rellenteam' van de verslaggevers van The World tijdens de onlusten in Soweto dikwijls een heel eigen vorm van verhalen over de troebelen. Hun verslagen over de rellen daar waren fel en zeer indringend en de verslaggevers van The World hadden



te maken met voortdurende intimidaties van politiezieje. Verscheiden van hen werden tijdelijk gevangen gezet en zelfs nog voor deze week door de regering zo krachtig werd ingegrepen, zaten er drie gevangen op grond van de veiligheidswet van het land. In zijn hoofdredactionele commentaren had The World vernietigende kritiek op het onderwijs aan de zwarten en op het politieoptreden in de voorsteden en toonde begrip

en sympathie voor de zaak van de oproerlingen. Hoewel Qoboza geweld nooit als een middel tot oplossing van problemen heeft aanvaard, begonnen de autoriteiten zich juist in die tijd steeds meer over zijn artikelen te ergeren en gingen zij The World ervan beschuldigen het vuur in Soweto en elders alleen maar aan te wakkeren.

Vorig jaar december kreeg Qoboza huisarrest en werd hij door de veiligheids politie meer dan acht uur lang ondervraagd, voordat hij weer vrijuit ging. In augustus dreigde James Kruger, de minister van politie en justitie, de krant met een verschijningsverbod als hij niet zou stoppen met in zijn ogen opruiende artikelen. Volgens Kruger zou de reden voor zo'n verbod niet in het feit liggen dat The World kritiek had op de regering, maar omdat hij het nodig vond dat in Soweto een krant verscheen met „verantwoordelijkheidsgevoel". Op zijn dreigement de krant te verbieden, volgde een ontmoeting tussen Kruger en Qoboza, maar de twee mannen hadden weinig waar ze het eens over konden zijn. Deze week woensdag kwam dan ook het verschijningsverbod - voor onbepaalde tijd - tegen de krant en werd Qoboza krachtens de binnenlandse veiligheidswet als preventieve maatregel voor een jaar vastgezet.

Zelf mikpunt

Ironisch genoeg was hij de afgelopen maanden juist het mikpunt geworden van militante zwarte radicalen, die hem te gematigd vonden. Hij werd met de dood be-

dreigd; in anonieme pamfletten, die in Soweto van hand tot hand gingen, werd hij krachtig aangevallen en op de 29ste september werd in zijn huis in Soweto een benzinebom naar binnen gegooid. Natuurlijk gaan de acties van militante zwarten door, maar je vraagt je af welk effect de harde regeringsmaatregelen, van deze week zullen hebben op de minder militante activisten en in het algemeen op de gematigde zwarten. Vast en zeker zal er van de activiteiten van The Black People's Convention en van de Zuid-Afrikaanse studentenorganisaties weinig of niets overblijven (immers, die organisaties zijn nu verboden en hun leiders gevangen gezet), maar even zeker is dat er andere leiders en andere organisaties zullen opstaan, al zullen ze wel gedwongen zijn ondergronds te werken.

De regeringsmaatregelen zijn door de gematigde zwarten totaal en eensgezind veroordeeld. En al doen ze mee in de gekozen vertegenwoordigers bijvoorbeeld in de „thuislanden" en in de plaatselijke gemeenteraden, waarvan de regering vorm en structuur heeft bepaald, toch hebben zij geen echte mogelijkheden om hun opvattingen naar buiten te brengen. Sommigen van hen zouden gedwongen kunnen worden zich aan de zijde van de militanten te scharen, terwijl anderen geen andere mogelijkheid hebben dan binnen de grenzen van het systeem, van hun politieke en sociale rechten strijden. In Zuid-Afrika is voorlopig de veiligheidspolitie de lakens uitdeelt.

(vertaling: Frits Groeneveld)