



UITZENDORGANISATIE
werk in uitvoering bv

VEILIGHEIDS BOEKJE



Veiligheidsboekje UWIU

Als medewerker van UWIU heb je net zoveel recht op een veilige werkomgeving als iemand die in vaste dienst is. Dit is wettelijk zo geregeld. Met dit veiligheidsboekje informeert UWIU je over de organisatie van Veiligheid, Gezondheid en Milieu en de bij UWIU geldende veiligheidsregels.

Wij verwachten van iedere medewerker dat hij/zij voorafgaande zijn dienstbetrekking of inlening via UWIU, dit veiligheidsboekje met aandacht leest en zich bewust is van de veiligheidsregels die gelden op de werkplek. Je kunt dit veiligheidsboekje dan ook ten alle tijden digitaal inzien via onze website: www.uwui.nl.

UWIU zal je er dan ook op aanspreken als je werkzaamheden zonder toestemming, van je leidinggevende of opdrachtgever, op een andere wijze uitvoert. Op deze manier werken wij gezamenlijk aan de veiligheid en gezondheid van alle betrokkenen en aan de bescherming van onze leefomgeving.

Zijn er echter werkzaamheden die je moet uitvoeren waarvan je denkt dat er onvoldoende veiligheidsmaatregelen zijn genomen, raadpleeg dan altijd eerst de verantwoordelijke van het bedrijf waar je aan het werk bent (je opdrachtgever). Vraag naar de veiligheidsmaatregelen en het gebruik van PBM.

Heb je naar aanleiding van dit veiligheidsboekje nog vragen? Neem dan gerust contact op met onze medewerkers op kantoor of met je directe contactpersoon bij UWIU. Wij zijn op werkdagen telefonisch bereikbaar op 072-201 03 20 of per e-mail: info@uwui.nl

LET OP: Houd altijd bij alle werkzaamheden die je uitvoert, je eigen veiligheid en die van anderen in het oog. Neem nooit risico's door met te weinig kennis van zaken aan een opdracht te beginnen waarvan je de gevolgen niet kunt overzien.

INHOUD

1. BELEIDSVERKLARING	6
2. VEILIGHEID, DAAR ZORG JE ZELF OOK VOOR	8
2.1 Veranderen je werkzaamheden gedurende je aanstelling?	9
3. RISICO-INVENTARISATIE EN RISICO-EVALUATIE	9
4. WAAR EN WANNEER HEB IK EEN IDENTIFICATIEPLICHT?	9
5. BEDRIJFSHULPVERLENING (BHV)	10
6. PREVENTIEF MEDISCH ONDERZOEK	10
6.1 Arbeidsgezondheidskundig spreekuur	10
7. PESTEN, GEWELD, DISCRIMINATIE, AGRESSIE EN SEKSUELE INTIMIDATIE	11
8. ALCOHOL, DRUGS, ROKEN EN MEDICIJNGEBRUIK: WAT MAG WEL EN NIET?	11
8.1 Alcohol en drugs	11
8.2 Roken	11
8.3 Medicijngebruik	12
9. LET OP: L.O.S!	12
10. HET MILIEU	12
11. MELDINGSPLICHT BIJ (BUA-)ONGEVALLen EN INCIDENTEN	13
12. WERKOVERLEG OF TOOLBOXMEETING	13
13. HET GEBRUIK VAN PERSOONLIJKE BESCHERMINGSMIDDELEN (PBM)	14
13.1 Onderhoud	14
13.2 Vervanging	14
13.3 Retourneren	14
13.4 Privégebruik	14
14. EEN VERANTWOORDELIJKE WERKHOUDING	14
15. VEILIGHEID OP DE BOUWPLAATS	15
16. ELEKTRISCH GEREEDSCHAP, INSTALLATIES EN MACHINES	16
17. HAAKSE SLIJPER	17
18. MOTORKETTINGZAGEN EN BOSMAAIERS	17
19. HOUTVERSNIJPERAARS	18
20. MAAIMACHINES	19
21. TREKKERS	19
22. AANHANG- EN OPBOUWAPPARATUUR	20
23. ONDERHOUD VAN GEREEDSCHAP, INSTALLATIES EN MACHINES	21
24. HUISWERKZAAMHEDEN	21
25. WERKEN OP HOOGTE	22
26. STEIGERS, ROLSTEIGERS EN LADDERS	22

27. HOOGWERKERS	24
28. VEILIG WERKEN MET EEN SHOVEL	25
29. VORKHEFTRUCK	26
30. VEILIG WERKEN MET EEN MINIGRAAFMACHINE/MOBIELE KRAAN	27
31. WERKEN LANGS DE WEG	28
32. ELEKTROTECHNISCHE WERKZAAMHEDEN	29
33. BESLOTEN RUIMTEN	29
34. WERKEN OP PLATTE DAKEN	29
35. VEILIG WERKEN MET MESTGASSEN	30
36. GEVAARLIJKE STOFFEN	32
37. SCHILDERSZIEKTE	32
38. STOF	33
39. STALEN SCHROEFSTEMPELS	33
40. LASSEN, SNIJDEN EN FITTEN	34
41. PUTTEN EN SLEUVEN	35
42. ONDERGRONDSE LEIDINGEN/KLIC-MELDINGEN	36
43. HOOGSPANNINGSLEIDINGEN	36
44. DE 10 GOUDEN REGELS HOE TE TILLEN	37
45. GEBODS-, VERBODS- EN WAARSCHUWINGSBORDEN	38
45.1 Gebodsborden	38
45.2 Verbodsborden	38
45.3 Waarschuwborden	39
46. GEBRUIKTE AFKORTINGEN	39

1. BELEIDSVERKLARING

UWIU beoogt voortdurend diensten van hoge kwaliteit te leveren aan al haar opdrachtgevers. Om dit te bewerkstelligen werkt UWIU volgens een duidelijk beschreven kwaliteitssysteem. Maar niet alleen kwaliteit van diensten vormt het uitgangspunt van het bedrijfsbeleid. Ook de zorg voor goede veilige arbeidsomstandigheden ter voorkoming van letsel en gezondheidsschade bij al diegene die onder leiding van UWIU zijn betrokken bij de totstandkoming van haar diensten, evenals het voorkomen van negatieve invloed van de activiteiten van UWIU op de technische omgeving, mens en milieu spelen een essentiële rol bij de totstandkoming en uitvoering van het beleid.

UWIU voert haar beleid uit door onderstaande regels na te leven:

1. Wij zorgen voor het bewustzijn van veiligheid. Dit is een eerste vereiste waardoor persoonlijk letsel, materiële schade of onnodige verstoring van het milieu kan worden voorkomen. Wij realiseren dit door de werkomgeving en de omstandigheden te inventariseren aan de hand van een risicoprofiel zodat een optimale veiligheid voor de medewerkers, uitzendkrachten, opdrachtgevers en derden gewaarborgd kan worden.
2. Wij volgen alle geldende wettelijke voorschriften of het gebied van veiligheid, gezondheid, milieu, welzijn en sociale wetgeving op;
3. Wij nemen preventieve en corrigerende maatregelen om waar mogelijk risico's voor medewerkers te voorkomen en te bespreken. Dit doen wij door het risicoprofiel van de opdrachtgevers door te nemen en de nodige PBM te verstrekken;
4. Wij geven voorlichting en instructies wat betreft de benodigde informatie over veiligheid, gezondheid, welzijn en milieu aan de hand van een VGWM checklist die door iedereen voor aanvang van het werk wordt getekend;
5. Wij melden, registreren en onderzoeken ongevallen met of zonder letsel en/of materiële schade;
6. Wij blijven voortdurend werken aan de verbetering van veiligheid, gezondheid, milieu en welzijn van onze dienstverlening.
7. De directie houdt zich middels toezicht, regelmatig en gestructureerd overleg op de hoogte van de uitvoering en naleving van het kwaliteits- en VGWM- beleid. Deze overlegstructuren waarborgen tegelijkertijd dat het kwaliteitsbeleid op alle niveaus in de organisatie wordt toegelicht. De hierbij opgedane bevindingen worden aangewend om het beleid bij te stellen en de zorg voor kwaliteit en VGWM voortdurend te optimaliseren.

De directie draagt er zorg voor dat er wordt voldaan aan de wettelijke voorschriften, evenals aan alle vergunningsvoorwaarden van de respectievelijke opdrachtgevers. Indien de voorschriften ten aanzien van kwaliteit, veiligheid, gezondheid welzijn en milieu van UWIU afwijken van die van de opdrachtgever, dan is ook UWIU het strengste voorschrift maatgevend. Alle betrokkenen, medewerkers, uitzendkrachten en derden dienen de neergelegde verplichtingen na te komen. Om dit duidelijk kenbaar te maken naar de uitzendkrachten wordt aan iedere uitzendkracht die voor UWIU gaat werken een exemplaar van het Veiligheidsboekje uitgereikt.

UITZENDORGANISATIE WERK IN UITVOERING BV.

De heer R. de Geus
Directeur

2. VEILIGHEID, DAAR ZORG JE ZELF OOK VOOR

Je bepaalt zelf voor een groot deel of er veilig wordt gewerkt. Het is daarom belangrijk dat je bewust bent van de regels die gelden op de werkvloer.

Alle medewerkers, die bij UWIU komen werken, krijgen een introductie die relevant is op de aanstaande werkzaamheden bij de opdrachtgever. In deze introductie komen de volgende onderdelen aan de orde:

- ✓ de taakomschrijving
- ✓ de ziekmeldingsprocedure;
- ✓ gedragsregels;
- ✓ werktijden;
- ✓ rechten en plichten van de werknemer;
- ✓ regels rondom Veiligheid, Gezondheid en Milieu (VGM).

Maar ook zullen wij aandachtspunten bespreken zoals het gebruik van Persoonlijke Beschermingsmiddelen (PBM), de risico-inventarisatie en –evaluatie (RI&E), de zelf te nemen maatregelen en het melden van gevaren. Algemene regels zoals orde en netheid, het gebruik van gevaarlijke stoffen, afvalscheiding, technische maatregelen en werkhouding mogen ook niet ontbreken.

Om je op weg te helpen geven we je alvast wat startpunten:

- ✓ zorg dat je goed bent voorgelicht over de veiligheidsinstructies en de risico's. Als er zaken niet duidelijk zijn? Vraag dit dan aan je directe leidinggevende of je contactpersoon bij UWIU;
- ✓ wees continu voorzichtig en zorgvuldig: voor je eigen veiligheid maar ook voor die van je collega's;
- ✓ het is altijd beter om vooraf na te denken dan achteraf spijt te hebben. Beoordeel daarom altijd vooraf de risico's, ook bij routinewerk;
- ✓ zorg dat je de juiste PBM hebt en gebruik deze ook;
- ✓ zorg dat je de gereedschappen op een juiste manier gebruikt;
- ✓ ga op een veilige manier met gevaarlijke stoffen om;
- ✓ let erop dat je aangebrachte beveiligingen niet verplaatst of verwijderd. En ga er ook niet zelf aan sleutelen.
- ✓ beschik je over onvoldoende PBM? Meld dit dan direct bij je leidinggevende en bij UWIU;
- ✓ meld wanneer er in jouw ogen gevaren zijn voor de veiligheid of voor de gezondheid van jezelf of van anderen;
- ✓ vertrouw je zaken niet of twijfel je? Neem dan maatregelen zodat je het werk op een veilige manier kunt uitvoeren.

2.1 Veranderen je werkzaamheden gedurende je aanstelling?

In de eerste introductie geven we je door welke werkzaamheden je bij welke opdrachtgever gaat uitvoeren. Als blijkt dat deze werkzaamheden in de praktijk anders zijn, ben je verplicht dit bij je contactpersoon van UWIU te melden. Dit geldt ook op het moment dat de werkzaamheden gedurende je contract veranderen.

3. RISICO-INVENTARISATIE EN RISICO-EVALUATIE

Een RI&E is de basis van een arbobeleid. Elke werkgever met personeel is verplicht een RI&E op te stellen. Dit is door de overheid vastgelegd in de Arbowet.

Een RI&E geeft een beschrijving van waar de risico's liggen binnen een bedrijf en wat het mogelijke effect is van deze risico's. Met het nemen van de juiste maatregelen probeert een bedrijf deze risico's zo klein mogelijk te maken.

Bij elke maatregel moet worden aangegeven welke voorziening minimaal getroffen moet worden om het risico aanvaardbaar te houden. Deze aangegeven maatregelen moet je dan ook minimaal opvolgen. Is dat niet mogelijk, overleg dan hierover je leidinggevende.

Als medewerker van UWIU is het van belang dat je kennis hebt van de inhoud van de risico-inventarisatie en –evaluatie (RI&E) op de werkplek. Je moet goed weten welke maatregelen er gelden. Dat is niet alleen in het belang van jezelf, maar ook in het belang van jouw collega's.

4. WAAR EN WANNEER HEB IK EEN IDENTIFICATIEPLICHT?

De identificatieplicht houdt in dat iedereen vanaf 14 jaar een geldig identiteitsbewijs moet kunnen tonen als politie en/of toezichthouders (zoals boswachters, belastinginspecteurs, milieu-inspecteurs) hierom vragen.

Op het moment dat je je inschrijft of aan het werk gaat bij UWIU, moet je jezelf kunnen identificeren door middels van een paspoort of identiteitsbewijs. Wij maken vervolgens een kopie van je legitimatiebewijs voor onze administratie.

Op de werkvloer geldt dat je jezelf iedere dag moeten kunnen identificeren. Het maakt hierbij niet uit of je werknemer, uitzendkracht, vrijwilliger of stagiair bent. Tijdens een werkplekcontrole moet je altijd je legitimatiebewijs kunnen laten zien. De Arbeidsinspectie (AI), de Vreemdelingenpolitie, het Uitvoeringsinstituut Werknemersverzekeringen (UWV) of de Belastingdienst controleren bijvoorbeeld op zwartwerken. Als je identiteit niet ter plekke is vast te stellen, is het mogelijk dat je mee moet naar het politiebureau. De politie onderzoekt daar je identiteit en kan een boete opleggen voor het feit dat je je niet hebt kunnen legitimeren.

Je mag je op de werkplek ook legitimeren met je rijbewijs.

5. BEDRIJFSHULPVERLENING (BHV)

Elke werkgever is verplicht bedrijfshulpverlening te hebben. In kleine bedrijven kan een werkgever zelf de BHV-er zijn. In de grotere ondernemingen zijn er vaak een aantal personen die verantwoordelijk zijn voor de BHV. De Arbowet schrijft niet voor hoe de werkgever de bedrijfshulpverlening moet regelen. Hij moet in ieder geval rekening houden met de grootte van het bedrijf en de aanwezige risico's.

Bij bedrijfshulpverlening (BHV) dienen de aangewezen BHV werknemers hulp te bieden bij onveilige situaties in het bedrijf. Hij/zij zorgt ervoor dat werknemers en bezoekers geen of zo weinig mogelijk verwondingen en schade oplopen.

De taken van een BHV-er zijn:

- ✓ eerste hulp bij ongevallen geven;
- ✓ brand bestrijden en gevolgen van ongevallen beperken;
- ✓ alarmeren en evacueren van alle personen in het bedrijf in noodsituaties.

Zorg er bij elke nieuwe opdracht voor dat je weet wie de BHV-er is bij de opdrachtgever en waar je de EHBO-middelen kan vinden op je werklocatie. Indien je een situatie constateert waarbij een BHV-er hulp moet verlenen, meld je een voorval zoals aangegeven op de 'alarmkaart' die op elke werkplek aanwezig moet zijn.

6. PREVENTIEF MEDISCH ONDERZOEK

Voor iedere medewerker bestaat de mogelijkheid om deel te nemen aan het preventief medisch onderzoek. Dit is een arbeidsgezondheidskundig onderzoek dat wordt uitgevoerd door de arbodienst. Velen kennen dit onderzoek als Periode Arbeidsgezondheidskundig onderzoek (PAGO). Deelname aan dit onderzoek is niet verplicht.

Een preventief onderzoek is zinvol om de volgende redenen:

- ✓ Het voorkomen van beroepsziekten of arbeid gebonden aandoeningen;
- ✓ Het is een vorm van bewaken en beschermen van gezondheid van medewerkers;
- ✓ Er is een bewaking van de inzetbaarheid van de individuele medewerker. Waar mogelijk kan de inzetbaarheid worden verbeterd;
- ✓ Het belang van dit onderzoek is zo vroeg mogelijk te ontdekken of er bepaalde gezondheidsproblemen bestaan en eventueel maatregelen te nemen.

6.1 Arbeidsgezondheidskundig spreekuur

Het arbeidsgezondheidskundig spreekuur is voor alle medewerkers met arbeid gerelateerde gezondheidsvragen. Het doel is om preventief arbeidsongeschiktheid te voorkomen. Iedere medewerker wordt in de gelegenheid gesteld om via de VG-coördinator van UWIU een afspraak te maken met de bedrijfsarts van de Arbodienst. De reden voor het spreekuur hoeft niet kenbaar te worden gemaakt aan UWIU, maar moet wel arbeid gerelateerd zijn.

7. PESTEN, GEWELD, DISCRIMINATIE, AGRESSIE EN SEKSUELE INTIMIDATIE

UWU hecht veel waarde aan een goed en sociaal werkklimaat waarbij collegialiteit, respect en aandacht voor een ander tot de normale omgangsvormen horen en waar op ongewenst gedrag alert wordt gereageerd. Maatschappelijk onacceptabel gedrag naar andere personen in de vorm van discriminatie (op welke grond dan ook), agressie en geweld (psychisch of fysiek) of seksuele intimidatie (in welke vorm of naar welke sekse dan ook) vindt UWU niet toelaatbaar.

Van een ieder die bij UWU werkzaam is wordt verwacht dat hij/zij een actieve bijdrage levert aan een goed en sociaal werkklimaat. Niet alleen met betrekking tot het eigen gedrag, maar ook voor een waakzame houding tegenover elke vorm van ongewenst gedrag die men in de eigen werksituatie signaleert.

Ongewenst gedrag moet altijd aan de orde worden gesteld. Dit kan door de betrokkenen rechtstreeks aan te spreken, maar je kunt hiervoor ook UWU inschakelen. Medewerkers die slachtoffer zijn van pesten, agressie, geweld, discriminatie en/of seksuele intimidatie kunnen zich vertrouwelijk wenden tot de accountmanagers van UWU of de bedrijfsarts.

8. ALCOHOL, DRUGS, ROKEN EN MEDICIJNGEBRUIK: WAT MAG WEL EN NIET?

8.1 Alcohol en drugs

Het gebruik van alcohol en drugs voorafgaande of tijdens werktijd wordt door UWU ten strengste verboden. Alcohol en drugs tast namelijk je beoordelingsvermogen, alertheid en reactiesnelheid aan. De kans op ongevallen en onveilige situaties neemt hiermee sterk toe. Met als gevolg dat de kans op ongevallen en onveilige situaties toeneemt.

8.2 Roken

Sinds 1 januari 2004 geldt er een rookverbod voor de werkplek en in openbare ruimtes. Op de werkplek mag je bijvoorbeeld alleen roken in aparte rookruimten. De opdrachtgever kan hiervoor een ruimte inrichten, maar dit is niet verplicht. Ga altijd na welke regels er gelden bij de opdrachtgever.

Rook je op een plek waar een rookverbod geldt? Dan kan de opdrachtgever of de beheerder van het terrein hiervoor een boete krijgen van de Nederlandse Voedsel- en Warenautoriteit (NVWA). Wanneer je van de opdrachtgever het verzoek krijgt om niet te roken en het toch doet, heeft de werkgever recht om de politie in te schakelen.

Let er op dat bedrijfsvoertuigen ook werkplekken zijn. Het rookverbod geldt dus ook in leaseauto's en vrachtwagens. Ook als je alleen bent in het voertuig.

8.3 Medicijngebruik

Het gebruik van sommige medicijnen kun je handelingsbekwaamheid beïnvloeden en tot gevolg hebben dat je geen werk kan verrichten. Je bent altijd zelfverantwoordelijk om bij het gebruik van medicijnen na te gaan of deze invloed hebben op je arbeidsgeschiktheid. Overleg met je arts of je werk kan en mag verrichten en eventueel welke werkzaamheden geschikt of ongeschikt zijn.

9. LET OP: L.O.S!

Op werkplekken waar afval, ongebruikt gereedschap en onnodige obstakels en voorwerpen liggen, bestaat het risico van verstappen, uitglijden en struikelen. Orde, netheid en gedrag kan de veiligheid en de gezondheid op de werkvloer beïnvloeden. Maar dit kan ook effect hebben op het milieu.

De meeste incidenten worden veroorzaakt door L.O.S.: Laksheid, Onvoorzichtigheid en Slordigheid. Het is daarom belangrijk om vooraf maatregelen te nemen. Pas daarom onderstaande aanwijzingen altijd toe op je werk:

- ✓ Houd de werklocatie, het gereedschap en de gebouwen altijd ordelijk en opgeruimd;
- ✓ Eet en drink NIET tijdens het werken;
- ✓ Hanteer de juiste hygiëne, houd toilet en wasgelegenheid schoon en was je handen voor elke pauze en na elk toiletgebruik;
- ✓ Plaats gevaarlijke stoffen en gereedschappen zo dat niemand er ongewild mee in aanraking komt;
- ✓ Indien jij de werkplek verlaat, zorg dan dat deze voor een ieder veilig te betreden is;
- ✓ Verzamel het afval en ruim gemorste stoffen direct op;
- ✓ Sla ontvlambare stoffen op in de daarvoor aangewezen opslag;
- ✓ Sla materiaal stabiel op, blokkeer leidingen tegen weggrollen en controleer die regelmatig;
- ✓ Gebruik gereedschappen en machines alleen waarvoor ze bestemd zijn en gebruik alle vereiste beschermingsmiddelen.
- ✓ Er mag op geen enkele werkplek gerookt worden;
- ✓ Bedrijfsvoertuigen zijn ook werkplekken. Het rookverbod geldt dus ook in leaseauto's en vrachtwagens of andere voertuigen.

10. HET MILIEU

Bij het uitvoeren van je werkzaamheden kan het voorkomen dat het milieu verontreinigd wordt. Meestal komt dit doordat de (afval)stoffen achterblijven en er onvoldoende orde en netheid op de werkplek is.

Om milieuverontreiniging te voorkomen, is het belangrijk dat je direct alle restanten in de daarvoor bestemde bakken deponeert. Denk daarbij ook aan het scheiden van afval. Op je werkplek kun je als tussenoplossing een emmer gebruiken om je afval te verzamelen. Restanten van gevaarlijke stoffen dien je altijd in de originele verpakking

bij het afval te zetten. Heb je alleen nog maar restanten? Verzamel deze en leg dan de originele verpakking er bovenop.

Ontdek je lekkages van milieugevaarlijke stoffen? Meld dit dan bij je leidinggevende. Om de schade te beperken kan hierna direct worden gestart met het opruimen.

Let ook op het verbruik van energie. Onnodig gebruik van motoren, verwarming en verlichting belast ook het milieu. Daarbij komt dat onnodige verbruik van geluid en licht storend en schadelijk is voor de omgeving, de mens en de natuur.

11. MELDINGSPLICHT BIJ (BIJNA-)ONGEVALLLEN EN INCIDENTEN

Iedereen die onder de verantwoordelijkheid van UWIU werkzaamheden uitvoert, is verplicht een ongeval te melden bij UWIU.

Incidenten zijn o.a.:

- ✓ Gevaren, gebeurtenissen die tot een ongeval kunnen leiden;
- ✓ Bijna- ongevallen;
- ✓ Ongevallen;
- ✓ Milieuschade;
- ✓ Grote materiële schade;
- ✓ Beroepsziekte;
- ✓ Verkeersongevallen.

Op het moment dat er sprake is van een incident wordt door de directe betrokkene contact opgenomen met UWIU. Vervolgens wordt het 'meldingsformulier' ingevuld en verstuurd naar de VG-coördinator van UWIU. Afhankelijk van de ernst van het incident zal UWIU een ongeval-onderzoek uitvoeren. Jouw mening over de omstandigheden die tot het ongeval hebben geleid, speelt hierbij een belangrijke rol.

12. WERKOVERLEG OF TOOLBOXMEETING

Het komt regelmatig voor dat er bij onze opdrachtgevers een werkoverleg of toolboxmeeting plaats vindt. In dit overleg komen meestal zaken van algemene aard aan de orde, zoals VGM onderwerpen. De onderwerpen zijn over het algemeen informatief en leerzaam. Hierbij valt te denken aan een gevaarmelding of een bijna-ongeval dat heeft plaatsgevonden. Met de groep medewerkers die daar ook mee in aanraking kan komen, wordt dan gesproken over de wijze waarop een dergelijk ongeval in de toekomst kan worden voorkomen.

Er kan ook projectmatig worden overlegd. De gang van zaken van een bepaald project worden dan alleen met de betrokken personen besproken. De inhoud van een werkoverleg of toolboxmeeting kan per overleg verschillen.

Overleg altijd met de opdrachtgever of je aanwezig moet zijn.

13. HET GEBRUIK VAN PERSOONLIJKE BESCHERMINGSMIDDELEN (PBM)

Bij elke nieuwe uitzending wordt beoordeeld of het dragen van persoonlijke beschermingsmiddelen (PBM) noodzakelijk is. PBM zoals veiligheidsschoenen, werkkleding, veiligheidshelmen, veiligheidsbril, gehoorbescherming, adembescherming en valbeveiliging dien je te dragen als je risicovol werk verricht.

Als je niet zelf over de juiste PBM beschikt, dan verstrekt UWIU of de opdrachtgever de benodigde PBM. De PBM die door UWIU worden uitgegeven worden geregistreerd en in bruikleen uitgegeven. Je kunt hiervan gebruik maken zolang je deze nodig hebt voor het werk. Je wordt nadrukkelijk verzocht zorgvuldig om te gaan met de PBM. Op het moment dat je geen PBM meer nodig hebt voor je werkzaamheden, lever je deze weer in bij UWIU.

13.1 Onderhoud

Je behandelt de PBM alsof het je eigendom is. Netjes, schoon en bewust. Zo heb je het van ons ontvangen en zo willen wij het ook graag weer retour zien. Bij het inleveren van vieze of beschadigde PBM wordt dit op je eigen kosten gereinigd en/of gerepareerd (indien mogelijk). De kosten worden in mindering gebracht op het loon of het tegoed aan reserveringen.

13.2 Vervanging

Heb je eerder een PBM via UWIU ontvangen en is deze versleten? Neem dan contact op met je contactpersoon van UWIU zodat er een nieuwe PBM besteld kan worden. Het vervangen door verlies, beschadiging of diefstal is voor eigen rekening. UWIU kan in deze situatie wel nieuwe PBM voor je bestellen. Je ontvangt hiervan dan apart een factuur.

13.3 Retourneren

Houdt het werk bij de opdrachtgever op? Dan heb je drie dagen de tijd om je PBM bij UWIU in te leveren. Ontvangen wij je PBM niet retour? Dan zullen wij de kostprijs inhouden op het loon of het tegoed aan reserveringen.

13.4 Privégebruik

Je PBM zijn alleen en uitsluitend bestemd voor het uitoefenen van je functie. Enige vorm van privégebruik is verboden. Dit om fiscale redenen. Als wij constateren dat de PBM privé worden gebruikt dan brengen wij deze bij je in rekening. Je wordt dan vanzelf eigenaar van de PBM.

14. EEN VERANTWOORDELIJKE WERKHOUING

Een goede werkhouding is te vergelijken met topsport. Het is daarom belangrijk dat je je werkhouding goed in de gaten houdt. Doe je dit niet, dan kunnen er gezondheidsklachten ontstaan zoals vermoeidheid, hoofdpijn, RSI en rugpijn.

De werkzaamheden bepalen voor een groot deel waar je op moet letten. Zit je voornamelijk achter een bureau, dan is het belangrijk dat je niet te lang dezelfde houding blijft zitten. Verricht je fysiek zwaar werk? Dan is het belangrijk om op je houding te letten als je bijvoorbeeld tilt.

Aandachtspunten bij zittend werk:

- ✓ Zithouding: verstel je stoel zo, dat je rechtop kunt zitten, de ellebogen op bureauhoogte zijn en dat zowel de armen, de polsen, de voeten als de rug worden ondersteund. Je moet prettig zitten;
- ✓ Verlichting: zorg voor voldoende verlichting, maar voorkom hinderlijke schitteringen en plaats het bureau loodrecht op het raam;
- ✓ Ruimte: zorg voor voldoende ruimte voor je toetsenbord en muis en ondersteun je elleboog en pols bij het gebruik van de muis;
- ✓ Afwisseling: zorg voor afwisseling, langer dan 4 uur aaneen zitten of staan is te eenzijdig.

Aandachtspunten bij fysiek (zwaar) werk:

- ✓ Neem een ontspannen houding aan als je staat. Bereid je werkplek daarop voor, dan houd je het langer vol;
- ✓ Sta of lig niet op snoeren, slangen, buizen of takken/snoeiafval;
- ✓ Leg hulpmiddelen binnen handbereik en houd rekening met de gewichten;
- ✓ De richtlijn voor veilig tillen is maximaal 25 kg;
- ✓ Til vanuit je knieën;
- ✓ Buk zo weinig mogelijk;
- ✓ Sta niet te lang met een gedraaide romp;
- ✓ Voldoende verlichting, vermijd scherpe en schadelijke lichtinval in het oog;
- ✓ Het dragen van de juiste werkkleding en voorkom open of loshangende delen;
- ✓ Neem tussendoor voldoende pauzes.

15. VEILIGHEID OP DE BOUWPLAATS

Bij de inrichting van de bouwplaats moet op de volgende zaken gelet worden:

Stabiliteit van wanden en constructies

Bij slopen, werken in sleuven en bij het plaatsen van bekistingswanden bestaat het gevaar van omvallen en instorten. Door doeltreffende stut, schoor- of taludvoorzieningen aan te brengen kan het risico van bedolven voorkomen worden.

Begaanbaarheid van bouwterreinen

Op veel bouwterreinen is er vaak sprake van wateroverlast, waardoor de bodem voor mens en machine slecht toegankelijk is. Hijskranen, funderingsmachines en andere machines kunnen omvallen omdat ze op een instabiele ondergrond staan. Medewerkers die door de drassige ondergrond diep wegzakken, worden fysiek zwaar

belast en lopen een groter risico dat ze zich verstappen, uitglijden en struikelen. Let dus goed op waar je loopt en betreed alleen de aangegeven looproutes.

Elektra

Voorkom dat je in aanraking komt met gevaarlijke elektrische spanning. Maar ook zonder direct contact kan elektra al een potentieel gevaar opleveren. Een lichte schok kan door de schrik bijvoorbeeld al een val veroorzaken.

Aan- en afvoer van materiaal

Vanaf de start van een bouwwerk tot en met de oplevering worden allerlei soorten werkzaamheden gelijktijdig uitgevoerd. Er is dan ook regelmatig sprake van aan- en afvoer van bouw materiaal. Omdat mensen en materiaal meestal gebruik maken van dezelfde aan- en afvoerwegen is het risico van aanrijdingen reëel aanwezig. Kijk dus altijd goed om je heen en wees je bewust waar je loopt.

16. ELEKTRISCH GEREEDSCHAP, INSTALLATIES EN MACHINES

Al het elektrisch gereedschap is voor gebruik gekeurd op goede staat en werking. Je kunt dit zien aan de keuringssticker. Controleer altijd voor gebruik of deze sticker aanwezig is. Het arbeidsmiddel mag niet worden gebruikt indien de herkeuringsdatum op de keuringssticker is overschreden of langer dan een jaar na de keuring wordt toegepast. Je moet het dan inleveren of bij de veiligheidscoördinator aanmelden voor herkeuring.

Denk ook aan het volgende bij het gebruik van elektrisch gereedschap:

- ✓ Controleer, voordat er met het werk begonnen wordt of het gereedschap geen technische gebreken vertoont;
- ✓ Houd het middel in goede conditie, schoon en onbeschadigd;
- ✓ Voer nooit zelf reparaties uit, lever het middel in bij de veiligheidscoördinator;
- ✓ Vasthoudknoppen mogen niet vastgezet zijn;
- ✓ Haal de stekker uit het contact, als het middel niet in gebruik is;
- ✓ Leg contactdozen niet op een vochtige ondergrond;
- ✓ Werk niet boven de capaciteit van het gereedschap;
- ✓ Dodemansknoppen moeten functioneren;
- ✓ Weet waar de noodstoppen zich bevinden.

Nog een belangrijk aandachtspunt is dat elk gereedschap is ontworpen voor een bepaald gebruik. Gebruik het dan ook alleen hiervoor!

17. HAAKSE SLIJPER

Een haakse slijper, slijptol of flex wordt gebruikt voor het bewerken van metaal, steen of hout. De slijpmachine moet ten alle tijden voorzien zijn van dubbele bediening en een extra handgreep. Klein materiaal moet tijdens het slijpen worden vastgeklemd, maar ook het te slijpen materiaal moet goed vast zitten. Doe je dit niet? Dan bestaat te kans dat er teveel druk op de schijf komt te staan of kan deze gaan wrikken en klemmen in het materiaal. Let tijdens de werkzaamheden altijd op waar de slijpstraal heen gaat.

Het gebruik van een haakse slijpmachine is niet zonder risico. De gevaren bestaan uit:

- ✓ Het in aanraking komen met de draaiende slijpschijf;
- ✓ Verwonding door het uit elkaar springen van de slijpschijf, door rondvliegende deeltjes van de slijpschijf of het bewerkte materiaal;
- ✓ Brandgevaar door vlamvatten van brandbare stoffen;
- ✓ Hoog geluidsniveau;
- ✓ Inademen van schadelijke dampen en stoffen.

Alleen medewerkers die vakbekwaam zijn en instructies hebben gehad mogen werken met een haakse slijper. De slijpmachine moet over ten minste 180° afgeschermd worden door een beschermkap.

Welke PBM heb je nodig als je met een haakse slijper werkt?

- ✓ **Gehoorbescherming;**
- ✓ **Veiligheidsbril;**
- ✓ **Veiligheidsschoenen;**
- ✓ **Werkhandschoenen met goede grip, bij voorkeur zacht leer: deze dempen de trillingen;**
- ✓ **Voorschoot om kleding te beschermen tegen brand.**

18. MOTORKETTINGZAGEN EN BOSMAAIERS

Medewerkers die gebruik maken van motorkettingzagen of bosmaaiers moeten minimaal 18 jaar zijn, hier een opleiding voor hebben gevolgd en mogen niet alleen werken.

Welke PBM heb je nodig bij het werken met motorkettingzagen en bosmaaiers?

- ✓ **Veiligheidskleding: de kleding moet nauwsluitend zijn en mag tijdens het werk niet hinderen;**
- ✓ **Veiligheidsschoenen;**
- ✓ **Veiligheidshelm: draag deze bij het gevaar van vallende voorwerpen;**
- ✓ **Veiligheidsbril en eventueel gelaatbescherming;**
- ✓ **Gehoorbescherming;**
- ✓ **Handschoenen die de trilling dempen.**

Controleer voor het starten of het apparaat in goede staat verkeert. Start het apparaat minstens op drie meter van de plek waar getankt is en niet in een afgesloten ruimte. De motor niet 'los uit de hand' starten. Start zoals in de handleiding staat beschreven. Bij dreigend gevaar of in geval van nood direct de motor afzetten – combischakelaar/stopschakelaar in stand STOP, ofwel 0 plaatsen.

Let bij het gebruik verder op de volgende zaken:

- ✓ Het apparaat nooit onbeheerd laten draaien;
- ✓ Voorkom struikelen en uitglijden;
- ✓ Neem rustpauzes om vermoeidheid en uitputting te voorkomen in verband met kans op ongelukken;
- ✓ Zorg altijd voor een stabiele en veilige houding;
- ✓ Rook niet tijdens het gebruik en in de directe omgeving in verband met brandgevaar;
- ✓ Zorg dat niemand zich in de gevarenzone bevindt.

Als het apparaat niet wordt gebruikt, leg het dan neer dat niemand in gevaar kan worden gebracht. Berg het apparaat tevens zo op, dat onbevoegden er geen toegang toe hebben.

19. HOUTVERSNIJPERAARS

Houd omstanders en verkeer op een veilige afstand. Let op dat de omvang van het te kneuzen materiaal in overeenstemming is met de capaciteit van de machine (dus alleen snoeihout).

Houd rekening met de volgende richtlijnen:

- ✓ Het is verboden alleen te werken met een houtversnipperaar, er moet minimaal één collega aanwezig zijn;
- ✓ Een houtversnipperaar moet zo opgesteld staan, dat er geen gevaar kan ontstaan voor omstanders;
- ✓ Hout nooit met de handen aanduwen of terugtrekken, gebruik hiervoor gepast materiaal;
- ✓ Let op dat je niet binnen de wanden van de geleide bak komt;
- ✓ Wees alert op opzij slaande takeinden bij het verwerken van grote takken;
- ✓ Schakel bij stagnatie de houtversnipperaar uit, alvorens de verstopping te verhelpen;
- ✓ Personen onder de 18 jaar mogen niet met een houtversnipperaar werken.

Welke PBM heb je nodig bij het werken met een houtversnipperaar?

- ✓ **Snipperoverall;**
- ✓ **Veiligheidsschoenen;**
- ✓ **Gelaatsscherm;**
- ✓ **Veiligheidshelm;**
- ✓ **Gehoorbescherming;**
- ✓ **Handschoenen.**

20. MAAIMACHINES

Let bij het gebruik van maaimachines op de volgende zaken:

- ✓ Het verkeer, dus ook op fietsers en voetgangers;
- ✓ Het te maaien veld moet vrij zijn van schadelijke voorwerpen;
- ✓ Niet starten op hellende vlakken;
- ✓ Buiten gazons de maaieenheid uitschakelen;
- ✓ Tijdens reparaties of afstellen, messtellen uitschakelen;
- ✓ Messen moeten zoveel mogelijk zijn afgeschermd;
- ✓ Indien messenkooien moeten worden bijgesteld of gecontroleerd, nooit met de hand bedienen, maar met een houten voorwerp;
- ✓ Backlappen alleen met een bokkenpoot van minimaal 30 cm;
- ✓ Indien je van de zelfrijdende maaimachine stapt, moeten de messen automatisch stoppen;
- ✓ Gebruik altijd veiligheidsschoenen en gehoorbescherming bij een geluidsniveau boven 85 dB(A).

21. TREKKERS

Bestuurders van trekkers moeten voldoende bekwaam zijn om op een trekker te mogen rijden. Personen jonger dan 18 jaar mogen alleen een trekker besturen wanneer ze in het bezit zijn van een trekker rijbewijs. Het is verboden op of van een rijdende trekker te stappen. De rijsnelheid moet worden aangepast aan de omstandigheden, zoals het rijden op bermen, hellingen, oevers en wegdek. Bij het werken op hellingen moeten uitstekende werktuigen zich aan de hoge hellingkant bevinden. De differentieelhendel moet bij elke bocht (in het werk) en bij het rijden op de weg zijn uitgeschakeld. Deze vergrendeling mag nooit geborgd zijn, voor zover dat mogelijk is.

Dreigt de trekker met veiligheidscabine, -frame of -beugel te kantelen, dan is de veiligste handelwijze het stuur stevig vast te klemmen en te blijven zitten. Van de trekker springen is uiterst gevaarlijk. De stoel in de cabine dient aan de eisen van de individuele bestuurder aangepast te kunnen worden. Dit betekent onder andere een in hoogte en in de rijrichting instelbare rugleuning, arMLEuning en zitting. Ook moet de stoel trillingen dempen.

22. AANHANG- EN OPBOUWAPPARATUUR

Aanhangwagens en werktuigen moeten bij stilstand veilig zijn vastgezet. Hierbij moet ook extra aandacht worden besteed aan het aan- en afkoppelen en de verlichting. Alleen voor het doel geschikte en in technisch goede staat verkerende aanhangwagens en werktuigen mogen worden gebruikt. Speciale aandacht daarbij is nodig voor aftakassen, tussenassen, hydraulische en elektrische installaties en reminrichting.

Het is verboden te staan of te zitten op onveilige plaatsen, zoals op de trekinrichting, koppelinrichting of (hoge) lading. Bij combinaties bepaalt de maximale snelheid van het langzaamst rijdende voertuig de snelheid van de combinatie. Bij het rijden op hellende wegen en terreinen moeten extra veiligheidsvoorzieningen in acht worden genomen ten aanzien van remmen en lading. Zo moet bijvoorbeeld lading met extra touwen worden vastgesjord en is het verplicht om een afdek net over de lading te plaatsen.

Een persoon jonger dan 18 jaar mag geen aanhangwagen of werktuigen aan- of afkoppelen. Draaiende aanbouwapparatuur moet door een beschermkap voldoende worden afgeschermd. Denk bijvoorbeeld aan een grondfrees, een prik rol en een spitmachine. Let in het bijzonder op de afscherming van de aftak as: deze moet steeds deugdelijk en veilig zijn!

HET IS WETTELIJK VERBODEN OM MET EEN MACHINE TE WERKEN WAARBIJ DE BESCHERMINGEN AAN DE AFTAKAS ONTBREKEN OF ONVOLDOENDE ZIJN.

Aanbouwwerktuigen die door een aftak as worden aangedreven moeten worden uitgeschakeld voordat ze in de geheven stand worden gebracht. Ook anderszins in beweging gebrachte werktuigen moeten worden stilgezet voordat aan deze werktuigen wordt gewerkt. Dit geldt ook voor het vullen van bijvoorbeeld kunstmeststrooiers, zaaimachines, bezandingsmachines en zoutstrooiers.

Neem bij het verrichten van je werkzaamheden de volgende voorzorgsmaatregelen in acht:

- ✓ Zet de aftak as uit en in neutraalstand;
- ✓ Zet de motor van de trekker af;
- ✓ Neem de sleutel uit het contact;
- ✓ Zorg dat er niemand zich in de nabijheid van de machine bevindt;
- ✓ Wacht totdat alle draaiende delen van de machine stilstaan.

In veel gevallen verdient het de voorkeur een goede cabine te hebben. Een dergelijk cabine biedt afscherming tegen geluid, biedt bescherming tegen slecht weer en schermt de bestuurder af van bijvoorbeeld stof, stank, nevel en uitlaatgassen. Bij werkzaamheden waarbij veel stof ontstaat, is het aan te bevelen een stoffilter te gebruiken.

23. ONDERHOUD VAN GEREEDSCHAP, INSTALLATIES EN MACHINES

Wist je dat de kans op een ongeval tijdens onderhoud ruim zes keer zo groot is? Dat komt met name doordat onderhoud niet geautomatiseerd kan worden. Als er onderhoud wordt uitgevoerd zijn hierbij altijd mensen handen betrokken.

Om de situatie toch veilig te houden, is het belangrijk dat je je houdt aan een aantal voorwaarden:

- ✓ De machines moeten worden vrij geschakeld, zodat onderhoud veilig kan plaatsvinden;
- ✓ Er moet zeker worden gesteld dat de machine niet ingeschakeld kan worden, bijvoorbeeld door gebruik van een slot of door de zekering met houder er uit te nemen;
- ✓ De voorschriften en instructies moeten goed opgevolgd worden;
- ✓ De medewerkers moeten de juiste opleiding en ervaring hebben;
- ✓ De juiste PBM moeten worden gebruikt;
- ✓ De werkplek moet worden afgezet;
- ✓ Gereedschap en onderhoudsapparatuur dienen veilig te zijn en periodiek worden gekeurd;
- ✓ Met medewerkers van andere onderhoudsdisciplines moeten afspraken worden gemaakt indien gelijktijdig aan een installatie wordt gewerkt.

24. HIJSWERKZAAMHEDEN

Het verplaatsen van een vrij hangende last noemen we hijsen. Hiervoor is vrijwel altijd een hijskraan nodig. Wist je dat ook een autolaadkraan wordt gezien als hijsmiddel? Het maximum aan capaciteit wordt op elke hijskraan aangegeven. Ga dus altijd vooraf na welke lasten je verplaatst wilt hebben en geef dit op bij de bestelling van een hijskraan of overleg met de kraanmachinist.

Een hijskraan heeft ook altijd een kraanboek. In het kraanboek staat wat de capaciteit is en of de kraan tijdens de jaarlijks verplichte keuring is goedgekeurd. Let er bij hijsen verder altijd op dat:

- ✓ Je alleen gecertificeerde hijsmiddelen toepast;
- ✓ Je elk hijsmiddel voor gebruik controleert op beschadigingen;
- ✓ Jij en je collega's bij valgevaar een veiligheidshelm dragen;
- ✓ De last goed is gestropt en stabiel hangt;
- ✓ Er geen losse voorwerpen op de last liggen of dat er onderdelen uit de last kunnen vallen;
- ✓ De last stabiel wordt neergezet;
- ✓ De hijskaken in goede staat zijn en de kleppen zijn gesloten;
- ✓ Er geen andere voorwerpen zijn 'mee gestropt';
- ✓ De last aan de pallet haak is vastgebonden;
- ✓ Je de juiste hijsaanwijzingen geeft, overleg met de kraanmachinist.

25. WERKEN OP HOOGTE

Letsel wordt vaak veroorzaakt door vallen van hoogte. Of het nu gaat om langdurig werk of even een klusje tussendoor, werken op hoogte blijft risicovol. Werk daarom altijd met de volle aandacht en tref de juiste maatregelen, ook al gaat het om kortdurende werkzaamheden.

We spreken al van 'werken op hoogte' als er werkzaamheden op een hoogte van boven de 2,50 meter worden uitgevoerd. De wet zegt dat bij deze werkzaamheden er een veilige steiger, bordes of werkvloer moet zijn aangebracht of het gevaar moet zijn tegengegaan door het aanbrengen van doelmatige hekken, leuningen of individuele valbeveiliging.

Denk bij het werken op hoogte ook aan het volgende:

- ✓ Bepaal vooraf de gevaren van het werken op hoogte. Denk aan de omgeving (bebouwing en verkeer), weersomstandigheden, duur en zwaarte van het werk;
- ✓ Daken en kasdekken moeten voldoende draagkracht hebben;
- ✓ Werk niet bij slecht weer op een dak (harde wind, sneeuw, ijsel, maar ook naderend onweer);
- ✓ Neem maatregelen om een val te voorkomen of beter op te vangen (steigers, vangnetten, vanglijnen, enzovoort);
- ✓ Kies een stabiele en stevige werkplek, waar het werk veilig uitgevoerd kan worden. Voorkom een ongelijke vloer;
- ✓ Zorg voor een opgeruimde werkvloer, vrij van obstakels;
- ✓ Zet de plaats af waar voorwerpen van hoogte kunnen vallen;
- ✓ Werk op hoogte altijd met zijn tweeën.

26. STEIGERS, ROLSTEIGERS EN LADDERS

Steigers moeten in overeenstemming met de geldende veiligheidsvoorschriften worden opgebouwd. De controle hierop geschiedt door de voorman. Het is niet toegestaan om veranderingen aan een steiger aan te brengen. Steigers en ladders moeten voor gebruik gekeurd zijn. Een sticker geeft aan of de steiger/ladder gebruikt mag worden. De keuring is een jaar geldig.

Bij steigers moet je opletten dat:

- ✓ Er geen vervormingen zijn ontstaan of dat delen ontbreken. Meld deze meteen bij de direct leidinggevende of veiligheidscoördinator;
- ✓ Werkvloeren dicht liggen;
- ✓ Er geen (elektrische of gas)leidingen over de werkvloeren liggen. Hang deze op aan de constructie. Dek bij kruisingen van paden de leidingen af;
- ✓ Je niet in de steiger klimt, zelf ladders plaatst of hulpvloeren maakt.

Let bij ladders op het volgende:

- ✓ Opstelling op een vaste ondergrond;
- ✓ Gebruik een ladder alleen voor lichte tot zeer lichte werkzaamheden;
- ✓ Het verankeren van de ladder tegen omvallen;
- ✓ Een opstellingshoek van maximaal 70°;
- ✓ Het beklimmen en afdalen met het gezicht naar de sporten;
- ✓ Overleg bij beschadigingen met de leidinggevende of veiligheidscoördinator over hoe te handelen;
- ✓ Een geïsoleerde uitvoering bij werkzaamheden met elektra.

Bij het gebruik van rolsteigers moet je erop letten dat:

- ✓ De rolsteiger geen zichtbare gebreken heeft als deuken, breuken en scheurvorming;
- ✓ De ondergrond voldoende vlak en draagkrachtig is;
- ✓ De steiger geborgd is tegen omwaaien, gebruik deze niet boven windkracht 6 of onweer;
- ✓ De steiger voorzien is van leuning op 1 meter en een tussenleuning op 0,5 meter, ook moeten er kantplanken geplaatst zijn;
- ✓ Je nooit rolsteigers verplaatst terwijl er zich personen op bevinden;
- ✓ Je alleen een rolsteiger verrijdt over een verharde ondergrond of U-profielen;
- ✓ Je rolsteigers aan de binnenzijde beklimt nadat de wielen zijn geblokkeerd;
- ✓ Rolsteigers hoger dan acht meter niet verplaatst mogen worden;
- ✓ Het gebruik van trapjes of kratten ter verhoging van de werkvloer niet is toegestaan;
- ✓ Alle zwenkwielen voorzien moeten zijn van een rem;
- ✓ Je voorkomt dat materialen of gereedschappen naar beneden kunnen vallen;
- ✓ De hoogte van een onveranderde steiger nooit meer is dan drie keer de smalste zijde buiten of vier keer binnen. Anders de steiger verankeren of verbreden.

Welke PBM heb je nodig bij het werken op steigers, ladders en/of rolsteigers?

- ✓ **Veiligheidshelm;**
- ✓ **Veiligheidsschoenen;**
- ✓ **Veiligheidshandschoenen.**

27. HOOGWERKERS

De risico's bij het werken met een hoogwerker bestaan uit:

- ✓ Botsing met obstakels of voertuigen;
- ✓ Kantelgevaar;
- ✓ Knelgevaar;
- ✓ Overbelasting van de werkbak/gondel;
- ✓ Valgevaar.

Alleen medewerkers van 18 jaar en ouder mogen werkzaamheden verrichten met een hoogwerker. Degene die de hoogwerker bedient moet hiervoor vakbekwaam zijn en instructies hebben gehad van een deskundig persoon.

Tijdens de werkzaamheden met de hoogwerker gelden de volgende veiligheidsaanwijzingen:

- ✓ Het is verboden alleen te werken met een hoogwerker, er moet minimaal één collega aanwezig zijn;
- ✓ Stel de hoogwerker op een stevige ondergrond op, hierdoor wordt voorkomen dat de stempels kunnen verzakken of verschuiven;
- ✓ Het uitstappen/verlaten van de werkbak op hoogte is absoluut verboden;
- ✓ Uitsluitend klein materieel, handgereedschap en/of goederen mee naar boven nemen. Een hoogwerker is niet bestemd voor het verrichten van hijswerkzaamheden;
- ✓ Voor ingebruikname alle beveiligingsvoorzieningen controleren;
- ✓ Geconstateerde gebreken of defecten direct melden bij de leidinggevende;
- ✓ Het dragen van een harnasgordel is verplicht tijdens het uitvoeren van zwaar werk en/of werk waarbij het bovenlichaam zich buiten het hekwerk kan bevinden;
- ✓ Gebruik de hoogwerker niet boven windkracht 6 of onweer;
- ✓ Zorg ervoor dat omstanders op een veilige afstand worden gehouden.

Welke PBM heb je nodig bij het werken met hoogwerkers?

- ✓ **Veiligheidshelm;**
- ✓ **Gehoorbescherming;**
- ✓ **Veiligheidsschoenen;**
- ✓ **Valbeveiliging.**

28. VEILIG WERKEN MET EEN SHOVEL

De risico's bij het werken met een shovel bestaan uit:

- ✓ Aanrijdingen veroorzaken;
- ✓ Slangbreuk;
- ✓ Gehoorbeschadiging door motorlawaaï;
- ✓ Trillingen;
- ✓ Wegzakken van de machine.

Alleen medewerkers die 18 jaar of ouder zijn, vaktechnisch opgeleid en geïnstrueerd zijn, mogen een shovel bedienen.

Tijdens de werkzaamheden met de shovel gelden de volgende veiligheidsaanwijzingen:

- ✓ Beperk de snelheid zodat de stabiliteit gewaarborgd is;
- ✓ Tijdens het insteken en legen moeten de wielen recht staan, zwenken mag alleen wanneer de bak van de grond is;
- ✓ Bij het rijden met een volle bak moet je deze zo dicht mogelijk bij de grond houden;
- ✓ Rijd niet te dicht langs putten en sleuven i.v.m. instortingsgevaar;
- ✓ Laat niemand meerijden op de machine en laat deze nooit onbeheerd achter;
- ✓ Houd altijd rekening met de maximale toelaatbare belasting;
- ✓ Controleer voor gebruik of alle vloeistoffen op peil en alle bewegende delen voldoende gesmeerd zijn. Controleer de bedieningshendels op goed functioneren. Controleer de oliedrukleidingen;
- ✓ Zet de machine tijdens een pauze stil op een veilige plaats. Haal de druk van de leidingen (arm e.d. laten rusten op de grond) en verwijder de sleutels.

Welke PBM heb je nodig om veilig te kunnen werken met een shovel:

- ✓ **Gehoorbescherming;**
- ✓ **Veiligheidsschoenen.**

29. VORKHEFTRUCK

Het gebruik van een heftruck kan verschillende gevaren veroorzaken, zoals vallende lading, kantelende heftruck en aanrijdingen met personen in de werkomgeving. Ongevallen met heftrucks hebben regelmatig een ernstige afloop. Daarom is het van groot belang dat alleen medewerkers die vaktechnisch opgeleid en geïnstrueerd zijn een heftruck besturen.

Bij het gebruik van een heftruck moet je letten op het volgende:

- ✓ Denk erom dat bij het maken van een bocht de heftruck behoorlijk uitzwenkt, hier moet vooral rekening mee gehouden worden in smalle gangen en paden. Bij het maken van een snelle, korte bocht kan een kleine oneffenheid van de ondergrond de heftruck al doen kantelen; rijd dus rustig. Ook moet het rij tempo worden aangepast aan de omstandigheden op de werkplek;
- ✓ Een 'big bag' of andere last die aan de vork hangt beïnvloedt de stabiliteit van de heftruck zeer negatief. Werk hiermee alleen op een vlakke, harde ondergrond;
- ✓ Een tweede persoon mag alleen meerijden als er een speciaal ingerichte bijrijder plaats is;
- ✓ Hef alleen voorwerpen en geen personen die op de vork zitten of staan;
- ✓ Controleer dagelijks de technische staat (visuele controle) van de heftruck en meldt gebreken bij de leidinggevende;
- ✓ Hef geen lasten die zwaarder zijn dan de aangegeven draaglast;
- ✓ Leg geen losse spullen in de cabine, naast de stoel of bij de pedalen. Bij een plotselinge beweging kunnen deze spullen onder de pedalen terecht komen, wat gevaarlijk is;
- ✓ Het dragen van een veiligheidsgordel is verplicht zodat de bestuurder bij kantelen van de heftruck niet bekneld raakt. Een alternatief is een dichte cabine;
- ✓ Rijd met een last dat het zicht beperkt bij het vooruitrijden, altijd achteruit;
- ✓ Parkeer de heftruck met de vorken in de laagste stand en iets voorover;
- ✓ Verwijder de contactsleutel als je de heftruck verlaat en je er geen toezicht op kan houden;
- ✓ Jeugdigen (16- en 17-jarigen) mogen een heftruck besturen, indien men een erkende opleiding (heftruckcertificaat) heeft en er deskundig toezicht wordt uitgeoefend.

Welke PBM heb je nodig om te kunnen werken met een vorkheftruck:

- ✓ **Gehoorbescherming;**
- ✓ **Veiligheidsschoenen;**
- ✓ **Gehoorbescherming;**
- ✓ **Veiligheidsschoenen;**

30. VEILIG WERKEN MET EEN MINIGRAAFMACHINE/MOBIELE KRAAN

Risico's bij het werken met een minigraafmachine/mobiele kraan zijn:

- ✓ Het raken van personen of obstakels;
- ✓ Hoog geluidsniveau, zowel voor de bestuurder als de personen die rondom de graafmachine aan het werk is;
- ✓ Kantelgevaar;
- ✓ Instortingsgevaar van putten en sleuven door het gewicht van de mobiele kraan;
- ✓ Raken van kabels en leidingen tijdens het uitvoeren van graafwerkzaamheden.

Alleen medewerkers van 18 jaar en ouder, die vaktechnisch opgeleid en geïnstrueerd zijn, mogen een mobiele kraan bedienen.

Tijdens de werkzaamheden gelden de volgende veiligheidsaanwijzingen:

- ✓ Beperk de snelheid zodat de stabiliteit gewaarborgd blijft;
- ✓ Maak gebruik van een zwaailicht als op of nabij de openbare weg wordt gewerkt;
- ✓ Tijdens het insteken en legen moeten de wielen recht staan: zwenken mag alleen wanneer de bak van de grond is;
- ✓ Tijdens het rijden en zwenken met volle bak, moet deze zo laag mogelijk bij de grond gehouden worden;
- ✓ Ontgraaf nooit grond onder de graafmachine en houd een veilige afstand tot het afgegraven gedeelte. Houd het werkterrein zo vlak mogelijk;
- ✓ Rijd niet te dicht langs putten en sleuven in verband met instortingsgevaar;
- ✓ Laat niemand meerijden op de machine;
- ✓ Laat de machine nooit onbeheerd achter;
- ✓ Zorg dat de omgeving vrij is van omstanders.

Welke PBM heb je nodig om veilig te kunnen werken met een minigraafmachine/mobiele kraan?

- ✓ **Gehoorbescherming;**
- ✓ **Veiligheidsschoenen.**

31. WERKEN LANGS DE WEG

Bij het verrichten van werkzaamheden in, op of boven verkeer moet je jezelf, jouw collega's en de weggebruikers beschermen tegen onveilige situaties. Om een ieder te beschermen kun je gebruik maken van afzetmiddelen en borden. De weggebruiker is verplicht deze verkeerstekens op te volgen omdat deze boven verkeersregels gaan.

Voor wegafzettingen treed je altijd in overleg met de wegbeheerder. De wegbeheerder is degene die bepaalt op welke manier het verkeer geregeld moet worden. Hij is ook verantwoordelijk voor de geplaatste wegafzettingen en verkeersvoorzieningen. Werknemers die aan de weg werken zijn niet zonder meer bevoegd om het verkeer te regelen. Hiervoor moeten zij een speciale opleiding volgen. Welke afzetmiddelen je ook kiest, zorg er altijd voor dat een afzetting duidelijk en begrijpelijk is. Zorg ervoor dat de afzettingen regelmatig gecontroleerd worden, zowel aan het begin en einde van de werkdag als tussen de werkzaamheden door. Door verandering van de werkzaamheden kan een aanpassing noodzakelijk zijn.

Na het tijdelijk verplaatsen of weghalen van de afzettingen tijdens een werkonderbreking of voor het laten passeren van bepaalde weggebruikers, moet je deze op hun oorspronkelijke plaats terugzetten. Gebruik altijd een wegafzetting, ook bij werkzaamheden die simpel lijken of slechts van korte duur zijn.

Wanneer afzetten van een weggedeelte niet mogelijk is, kan gekozen worden voor het instellen van een verkeersregelaar. Deze heeft tot taak het werkende personeel en het naderende verkeer te waarschuwen voor gevaar. De verkeersregelaar moet gedurende de werkzaamheden continue aanwezig zijn en mag niet betrokken worden bij het uitvoeren van andere werkzaamheden en moet constant het naderende verkeer in de gaten houden.

Tips voor veilig werken aan de weg

- ✓ Let, ondanks getroffen maatregelen, altijd goed op het verkeer;
- ✓ Parkeer de auto altijd op een zo veilig mogelijke plaats, bijvoorbeeld in de berm of op een parkeerplaats;
- ✓ Houd de afzetting netjes in stand gedurende de werkzaamheden;
- ✓ Gebruik zwaailichten alleen bij gevaarlijke situaties, zoals bij het plaatsen en afbreken van afzettingen of bij het in- of uitvoegen van werkverkeer. Het gebruik van zwaailichten achter de afzetting is niet toegestaan, behalve bij een rijdende afzetting.

Welke PBM heb je nodig om veilig langs de weg te kunnen werken?

- ✓ **Veiligheidsschoenen ;**
- ✓ **Veiligheidsjasje of -pak.**

32. ELEKTROTECHNISCHE WERKZAAMHEDEN

Elektrotechnische werkzaamheden vereisen een grote zorgvuldigheid. Werken aan elektrische installaties mag alleen als je daarvoor bent opgeleid en er door het bedrijf schriftelijk voor bent aangewezen. Je mag alleen die werkzaamheden uitvoeren waarvoor je bent aangewezen.

Controleer altijd vooraf of de installatie uit te schakelen is tijdens de werkzaamheden. Om de installatie spanningsloos te maken, moeten de volgende veiligheidsmaatregelen worden getroffen: vrij schakelen, blokkeren, testen, aarden (indien van toepassing) en afschermen.

Elektrische installaties, gereedschappen en PBM dienen voor het veilig gebruik aan speciale voorschriften, zoals een nulspanningsschakelaar, te voldoen.

33. BESLOTEN RUIMTEN

Besloten ruimten zijn plaatsen waar door de omstandigheden een groter risico is dan normaliter bij gelijke werkzaamheden. Vaak is het ook een combinatie van gevaren die het verhoogde risico veroorzaakt. Als een besloten ruimte is aan te merken: tanks, opslagreservoirs, rioleringen, kruipruimten, putten en sleuven.

Het gevaar is niet altijd gelijk, zodat ook de te nemen maatregelen niet altijd gelijk zijn. Van groot belang is of de ruimte vooraf is schoongemaakt en welke werkzaamheden er uitgevoerd gaan worden.

Zorg daarnaast ook altijd voor:

- ✓ Voldoende zuurstof;
- ✓ Afwezigheid van verbrandingsmotoren bij de toegang van de ruimte;
- ✓ Een 'veiligheidswacht' bij de ingang zolang er iemand in de ruimte is;
- ✓ Het meten van aanwezigheid van gevaarlijke stoffen;
- ✓ Voldoende ventilatie tijdens de werkzaamheden;
- ✓ Extra ventilatie tijdens laswerk;
- ✓ Een zuurstofleiding in de ruimte moet altijd voorzien zijn van een zuurstofmeter;
- ✓ Een voorziening om iemand uit de ruimte te halen.

34. WERKEN OP PLATTE DAKEN

Werken op daken is niet zonder gevaren. Valongevallen en ongelukken met materieel of door harde wind komen te vaak voor.

De voornaamste problemen bij het werken op platte daken zijn:

- ✓ Valgevaar door struikelen, uitglijden en onjuist opgestelde ladders;
- ✓ Ongevallen met materiaal, zoals liften, hijskranen en machines waarmee op het dak wordt gewerkt;
- ✓ Brandgevaar door het werken met heet bitumen, gasbranders en föhns;
- ✓ Gevaarlijke stoffen, dampen en gassen die vrijkomen bij het verwerken van materialen;

- ✓ Elektrocutie tijdens het werken met ondeugdelijke apparaten;
- ✓ Verwonding bij het snijden van materialen;
- ✓ Fysieke belasting door het tillen van zware materialen, en door het werken in koud en vochtig weer;
- ✓ Allerlei ongevallen door harde wind, waarbij bijvoorbeeld materialen wegwaaien;
- ✓ Blootstelling aan elektromagnetische straling bij het werken in GSM/UMTS-masten.

Veilige daken zijn daken met een opstaande rand met een minimale hoogte van één meter. Is deze niet aanwezig, dan moet je op een veilige afstand van vier meter vanaf de dakrand werken. Werk je dichter dan vier meter van de dakrand, dan is een voorziening verplicht. Voor werk binnen twee meter van de rand moet de dakgebruiker verankerd zijn.

35. VEILIG WERKEN MET MESTGASSEN

Wat zijn mestgassen?

Bij het werken met drijfmest komen mestgassen vrij. Mest gas bestaat uit onder andere zwavelwaterstof, ammoniak en methaan. Het kan ook blauwzuurgas bevatten. Mestgassen komen vrij bij het verpompen of mixen van mest en bij het breken van de koek op de drijfmest. Hierbij kunnen dodelijke situaties ontstaan voor mens en dier. Daarnaast verdringen de gassen zuurstof, wat ook tot levensgevaarlijke situaties leidt.

Oorzaak van ongevallen

Wanneer mest in beweging wordt gebracht, komen er gevaarlijke gassen uit de mest. Het inademen van deze gassen is zodanig schadelijk dat iemand binnen enkele (!) seconden het bewustzijn kan verliezen. Onoplettendheid of onderschatting van het gevaar is vaak de beginoorzaak. Er raakt dan iemand buiten bewustzijn. Collega's of omstanders schieten vervolgens te hulp. Ook voor hen dreigt er echter gevaar. In veel gevallen raken ook deze mensen buiten bewustzijn.

Mixen in de stal

- ✓ Mix alleen bij voldoende wind (minimaal windkracht 2);
- ✓ Mix alleen als alle deuren van de stal wijd open staan;
- ✓ Mix alleen wanneer de dieren buiten zijn of vast aan het voer hek staan;
- ✓ Mix nooit als er kinderen in de buurt zijn. Waarschuw volwassenen.
Breek het werk af als waarschuwen niet helpt en neem contact op met je opdrachtgever;
- ✓ Regelmatig mixen vermindert de ophoping van gassen.

Reinigen en repareren van de tank/opslag

- ✓ Inspecteer de mest tank/-opslag alleen als je deskundig bent én beschikt over onafhankelijke adembescherming (perslucht) én bent aangeliënd;
- ✓ Ga een mest tank/-opslag alleen in als er een tweede persoon aanwezig is;
- ✓ Ga de mest tank/-opslag alleen in als er duidelijke afspraken over de werkwijze zijn gemaakt;
- ✓ Reinig en ventileer de tank/-opslag uitgebreid voordat er werkzaamheden zullen plaatsvinden waarbij vonken kunnen ontstaan zoals slijpen of lassen;
- ✓ Ook in open containers kan gas blijven hangen (soms zwaarder dan lucht). Voor werken in open containers geldt dus ook: nooit alleen en altijd aangeliënd.

Uitrijden van mest

- ✓ Zorg dat er geen kinderen op het erf zijn;
- ✓ Dek openingen naar de mestkelder af als er geen direct toezicht is;
- ✓ Hang bij storting en controle nooit in het mangat van de mest tank; hier kun je acuut dood aan gaan!

In geval van nood

- ✓ Zorg ervoor dat je op de hoogte bent van de afspraken die gelden;
- ✓ Als er toch een incident plaatsvindt: houd je aan de gemaakte afspraken! Jouw eigen veiligheid gaat voor. Als je ook buiten bewustzijn raakt, moeten anderen een extra slachtoffer redden en daarmee is degene die je wilt redden nog steeds niet gered;
- ✓ Ook een hulpverlener moet gebruikmaken van perslucht én aangeliënd zijn;
- ✓ Mestgassen zijn véél gevaarlijker dan je denkt! Ga altijd uit van de meest gevaarlijke combinatie van aanwezige gassen en laat je niet bedwelmen.

Welke PBM heb je nodig om veilig te kunnen werken (in een omgeving) met mestgassen?

- ✓ **Oogbescherming;**
- ✓ **Gelaatbescherming;**
- ✓ **Beschermende kleding;**
- ✓ **Veiligheidslaarzen;**
- ✓ **Adembescherming (perslucht);**

36. GEVAARLIJKE STOFFEN

Het gebruik van gevaarlijke stoffen is niet meer weg te denken uit het werk. Dit betekent dat elke medewerker ermee in aanraking komt. Blootstelling aan gevaarlijke stoffen kan leiden tot zeer ernstige schade aan de gezondheid. Daarbij kan het gaan om acute vergiftiging of (chemische) brandwonden maar ook om chronische aandoeningen, bijvoorbeeld van longen (astma), het zenuwstelsel (schilders ziekte) of huid (eczeem). Het gezondheidsrisico hangt niet alleen af van de eigenschappen van de stof, maar ook van de concentratie en duur van blootstelling.

Gevaarlijke stoffen zijn geëtiketteerd met gevaarsymbolen en gebruiksaanwijzingen en voorzien van een veiligheidsinformatieblad (VIB). Op het etiket kun je snel de verwerkingsaanwijzingen lezen. Het veiligheidsinformatieblad geeft de eigenschappen van het product nauwkeurig aan, de te nemen preventieve en de repressieve maatregelen, hoe de stof op te slaan en de restanten af te voeren, alsmede de ecologische gegevens. Opslag van deze stoffen mag alleen plaatsvinden op daartoe aangewezen plaatsen. Voor de tijdelijke plaatsing bij je werk dien je er rekening mee te houden dat sommige stoffen elkaar niet verdragen en bij contact heftig kunnen reageren, brand kunnen veroorzaken, gassen kunnen laten ontstaan of zuurstof kunnen verdrijven. Zo dien je er bij gassen rekening mee te houden dat deze zwaarder kunnen zijn dan lucht en daardoor de zuurstof kunnen verdrijven, maar ook een explosieve situatie kunnen laten ontstaan bijvoorbeeld in een sleuf of een put. Werk uitsluitend zoals aangegeven in de gebruiksaanwijzing en raadpleeg het veiligheidsinformatieblad.

Bij het werken met gevaarlijke stoffen moet je de volgende richtlijnen in acht nemen:

- ✓ Rook, eet of drink niet tijdens het omgaan met gevaarlijke stoffen;
- ✓ Voor pauzes en na beëindiging van de werkzaamheden handen goed wassen met zeep. Ook voor het eten, drinken of roken moet je de handen goed met zeep wassen;
- ✓ Bewaar restanten in de originele verpakking (nooit ompakken) en sla deze op in een bewaarplaats die voldoet aan de wettelijke normen;
- ✓ Het dragen van Persoonlijke Beschermingsmiddelen is verplicht, ook bij het klaar maken en opruimen van de gevaarlijke stoffen. **Gebruik altijd de op het etiket voorgeschreven PBM.**

37. SCHILDERSZIEKTE

Schilders ziekte is ook bekend als Organisch Psychosyndroom (OPS) of Chronische Toxische Encephalopathie (CTE). Het betekent zoveel als chronische oplosmiddelenvergiftiging en leidt tot beschadiging van het zenuwstelsel. Organische oplosmiddelen komen vaak voor in verfstoffen en terpentijn. Je kunt de stoffen binnen krijgen door ze in te ademen of via de huid.

Klachten op korte termijn:

- ✓ Misselijkheid, hoofdpijn, duizeligheid en hartkloppingen.

Klachten op lange termijn:

- ✓ Concentratieproblemen, geheugenstoornissen, slapeloosheid, duizelingen, gebrek aan eetlust, depressies en agressiviteit;
- ✓ Uiteindelijk kan de hersenbeschadiging leiden tot vroegtijdige dementie.

Tijdens werkzaamheden gelden de volgende veiligheidsaanwijzingen:

- ✓ Gebruik verf op waterbasis;
- ✓ Ventileer de ruimte waarin je werkt goed;
- ✓ Draag beschermende kleding.

38. STOF

Het risico van stof voor de gezondheid wordt vaak onderschat. Soms komt er bij werkzaamheden veel stof vrij. Kleine stofdeeltjes blijven in de lucht zweven en komen door inademing in de longen terecht. Op de lange duur kan dit leiden tot gezondheidsklachten. Met de nodige maatregelen zijn deze klachten te voorkomen door het stof af te voeren, bijvoorbeeld met afzuiginstallaties en ventilatie. Ook kan met het bevochtigen van de lucht het zweven van vaste deeltjes worden tegengegaan. Probeer de tijd dat in een stoffige omgeving moet worden gewerkt zoveel mogelijk te beperken en maak altijd gebruik van persoonlijke beschermingsmiddelen. Zorg er voor dat ademhalingsbeschermingsmiddelen goed aansluiten op je gezicht en vervang filters tijdig.

39. STALEN SCHROEFSTEMPELS

Stalen schroefstempels worden in de bouw veel toegepast voor ondersteuningsconstructies in de nieuwbouw en het opvangen van constructiedelen tijdens renovatie en onderhoud.

De basis voor een onderstempelingsconstructie is een stempelplan. De opbouw is afhankelijk van de belasting, het type, de lengte en de eventuele doorkoppeling van de stempels. De onderlinge stempelafstand en de afstand tussen de stempelrijen zijn op het stempelplan aangegeven.

De belangrijkste risico's bij gebruik van stalen schroefstempels zijn:

- ✓ Instorten van de ondersteuningsconstructie;
- ✓ Beknelling van lichaamsdelen bij het opbouwen en afbreken van de ondersteuning;
- ✓ Vallende voorwerpen bij het plaatsen en verwijderen;
- ✓ Hoge fysieke belasting bij het stellen en verwijderen van de schroefstempels.

Let tijdens het werken op het volgende:

- ✓ Gebruik voor de stempelconstructie slechts één type stempel, vanwege de verschillen in toelaatbare belasting;
- ✓ De stempel moet verticaal worden opgesteld op een voldoende vlakke en draagkrachtige ondergrond;
- ✓ Zorg bij systeemvloeren voor een goede drukverdeling, bijvoorbeeld door onderstopping met hout, om de optredende puntbelasting op te vangen;
- ✓ Gebruik alleen goedgekeurde stempels.

Welke PBM heb je nodig om veilig te kunnen werken met stalen schroefstempels?

- ✓ **Veiligheidshelm;**
- ✓ **Veiligheidsschoenen;**
- ✓ **Veiligheidshandschoenen;**

40. LASSEN, SNIJDEN EN FITTEN

Laswerkzaamheden geven risico's voor de lasser, maar ook voor de medewerkers in de omgeving van het laswerk. Laswerk vereist een goede voorbereiding, niet alleen voor de kwaliteit, maar ook voor de arbeidsomstandigheden.

De lasser en de fitter moeten letten op:

- ✓ Het goed vastzetten van het werkstuk;
- ✓ Stoffen in de nabijheid van het laswerk die vlam kunnen vatten, ook in de leiding;
- ✓ De aanwezigheid van een brandblusser;
- ✓ Het afschermen van derden tegen de straling;
- ✓ Het gebruik van adembescherming tegen het inademen van slijp- en lasdampen en het tijdig vernieuwen van de filters;
- ✓ Afzuiging van de lasdampen;
- ✓ Het verzamelen en opruimen van laspeuken, poetslappen en afval tijdens het werk;
- ✓ De toepassing van onbreekbare en goed filterende lasruitjes;
- ✓ Het gebruik van een UV-filterende bril.

De medewerkers in de omgeving van het laswerk moeten letten op:

- ✓ Het afschermen van de ogen tegen schadelijk UV-licht;
- ✓ Het op afstand blijven van het laswerk in verband met weg spattende vonken en lasdampen.

41. PUTTEN EN SLEUVEN

Putten en sleuven worden gegraven ten behoeve van onder andere het leggen van leidingen of het maken van funderingen, kelders of tunnels.

Houd rekening met de volgende veiligheidsmaatregelen:

- ✓ Voordat je met graafwerkzaamheden begint, moet er een Clic-melding worden gedaan. Het vooraf met de hand maken van een proefsleuf is aan te raden;
- ✓ Indien de diepte van een put of sleuf meer bedraagt dan één meter, moeten er stempelingen, bekistingen of damwanden worden toegepast, of moet er onder een veilig talud worden gegraven;
- ✓ Taluds en grond kerende constructies moeten dagelijks, en na onderbreking door slecht weer, worden gecontroleerd en zo nodig hersteld;
- ✓ Graafmachines en dergelijke dienen een zodanige afstand tot de sleuf of put aan te houden, dat geen gevaar voor instorten of inkalven van het talud aanwezig is. Hydraulische graafmachines en draglines dienen daarom te worden opgesteld met het rij werk of de rupsen loodrecht op de lengterichting van de sleuf;
- ✓ Naast een talud dat dieper is dan één meter, moeten stroken van ten minste 50 cm worden vrijgehouden van de opslag van grond en materialen. De put of sleuf moet zijn voorzien van voldoende veilige toegangen en uitgangen, bijvoorbeeld door middel van ladders. Sleuven breder dan 80 cm moeten zijn voorzien van deugdelijke overgangen;
- ✓ Als zich in of in de nabijheid van putten en sleuven leidingen bevinden van gas of andere licht ontvlambare stoffen is roken of een ander gebruik van open vuur (bijvoorbeeld lasbranders) verboden, tenzij maatregelen zijn genomen die garanderen dat de bewuste werk zone gasvrij is en blijft;
- ✓ Vanzelfsprekend moet worden voorkomen dat tijdens werkzaamheden mensen of voertuigen in de put of sleuf terechtkomen. Goede afzettingen en zo nodig verlichting zijn van groot belang;
- ✓ Afhankelijk van de uit te voeren werkzaamheden dienen persoonlijke beschermingsmiddelen te worden gedragen (onder andere helm en veiligheidsschoenen);
- ✓ Bij het plaatsen van rioolbuizen, putten en bekistingen, mag je je niet onder of binnen bereik bevinden van de buis, put of bekisting. Het plaatsen hiervan moet zo gebeuren, dat je op veilige afstand kan blijven, door gebruik te maken van bijvoorbeeld geleide touwen of speciale hijsgereedschappen (bijvoorbeeld een rioolhaak).

42. ONDERGRONDSE LEIDINGEN/KLIC-MELDINGEN

Een Klic-melding zorgt ervoor dat netbeheerders een melding krijgen van de geplande werkzaamheden in de grond. Deze melding is verplicht. De netbeheerders sturen aan de hand van een dergelijk melding tekeningen naar de aanvrager. De tekeningen worden gebruikt om na te gaan of er kabels en leidingen aanwezig zijn op de werklocatie. De aanwezige kabels en leidingen moeten via proefsleuven worden opgezocht en zichtbaar gemaakt. Schade aan kabels en leidingen moeten direct worden gemeld aan de betreffende instanties.

43. HOOGSPANNINGSLEIDINGEN

Voor werkzaamheden in nabijheid van hoogspanningsleidingen gelden de volgende richtlijnen:

- ✓ Neem vooraf contact op met betreffend nutsbedrijf en leidingbeheerder;
- ✓ Gebruik van metalen ladders is verboden;
- ✓ Machines en gereedschappen die de leidingen kunnen raken, mogen alleen gebruikt worden indien de leidingen spanningsloos zijn en voorzien zijn van een in hoogte verstelbare afslagbeveiliging en rubberen banden;
- ✓ Schades moeten direct worden gemeld aan de betreffende instanties.

44. DE 10 GOUDEN REGELS HOE TE TILLEN

1. Buk en til niet onnodig, gebruik waar mogelijk hulpmiddelen.
2. Verstandig tillen kost net zoveel tijd als onverstandig tillen: doe het dus met verstand.
3. Bedenk vooraf hoe en waarheen je de last gaat verplaatsen, zodat je rekening kunt houden met eventuele moeilijkheden.
4. Bepaal vooraf het gewicht van de last; til niet te veel ineens. Vraag je collega's om hulp bij zware en grote voorwerpen.
5. Sta steeds recht voor de last; til nooit met gedraaide rug: verplaats je voeten als je moet draaien.
6. Bepaal het zwaartepunt van de last en zoek een goede balans alvorens met het echte tillen te beginnen.
7. Til met twee handen, belast het lichaam symmetrisch door in beide handen ongeveer dezelfde last te tillen, houd de last zo dicht mogelijk tegen het lichaam, voorkom dat je moet reiken; til niet hoger dan schouderhoogte.
8. Maak langzame vloeiende tilbewegingen. Til met gebogen knieën en de romp rechtop. Daardoor verminder je de belasting op de wervelkolom. Door te tillen met gebogen knieën kun je het voorwerp (als het niet te groot is) dicht bij de romp houden. De belasting wordt echter niet kleiner wanneer het voorwerp voor de knieën blijft.
9. Zorg dat de weg vrij is van obstakels als je moet lopen met de last, gebruik stroeve schoenen bij gladde vloeren.
10. Luister naar je lichaam: neem signalen serieus. Beginnende klachten kunnen snel erger worden. Je voelt zelf het beste wat je rug wel en niet kan hebben.

45. GEBODS-, VERBODS- EN WAARSCHUWINGSBORDEN

Hieronder volgt een overzicht van veel voorkomende gebods-, verbods- en waarschuwingsborden met hun betekenis, die je kunt aantreffen op de werkvloer.

45.1 Gebodsborden



Adembescherming
verplicht



Gehoorbescherming
verplicht



Gelaatsscherm
verplicht



Veiligheidsschoenen
verplicht



Veiligheidshand-
schoenen verplicht



Veiligheidsjasje
verplicht



Veiligheidshelm
verplicht



Handen wassen
verplicht



Veiligheidspak
verplicht



Veiligheidsbril
verplicht

45.2 Verbodsborden



Verboden te roken



Geen drinkwater



Vuur, open vlam en
roken verboden



Geen doorgang
voor onbevoegden



Verboden voor
voetgangers



Verboden voor
transportvoertuigen



Verboden met water
te blussen



Verboden toegang

45.3 Waarschuwborden



Ontvlambare stoffen
of hoge temperatuur



Schadelijke of
irriterende stoffen



Bijtende stoffen



Giftige stoffen



Gevaar voor
elektrische spanning



Gevaar



Explosieve stoffen

46. GEBRUIKTE AFKORTINGEN

Arbo	Arbidsomstandigheden
BHV	Bedrijfshulpverlening
CTE	Chronische Toxische Encephalopathie
EHBO	Eerste Hulp bij Ongelukken
Klic	Kabels en Leidingen Informatie Centrum
NVWA	Nederlandse Voedsel- en Warenautoriteit
OPS	Organisch Psychosyndroom
PAGO	Periodiek Arbeidsgezondheidskundig Onderzoek
PBM	Persoonlijke Beschermingsmiddelen
PMO	Preventief Medisch Onderzoek
RI&E	Risico Inventarisatie en Evaluatie
VGM	Veiligheid, Gezondheid en Milieu
VIB	Veiligheidsinformatieblad

