



Avitec
INFRA & MILIEU

VGM INSTRUCTIE

Afkortingen

In deze instructie van Avitec staan een aantal begrippen en afkortingen. In de volgende lijst staan de diverse begrippen en afkortingen uitgelegd.

Arbowet:	Arbidsomstandighedenwet
Bedrijfsbeheersysteem:	Een samenhang van de procedures en richtlijnen waarmee de werkwijze binnen Avitec wordt weergegeven.
BHV:	Bedrijfshulpverlening
Ongevallen:	Een ongeval is een ongewenste gebeurtenis met schade en/of letsel als gevolg.
PBM	Persoonlijke beschermingsmiddelen.
Procedure:	De volgorde en uitvoering van bepaalde handelingen, mondeling overeengekomen en schriftelijk vastgelegd.
Risico:	Een mogelijkheid dat zich een incident kan voor doen.
VGM:	Veiligheid Gezondheid en Milieu.
Werkplekinspectie:	Een inspectie van de werkplek waarbij wordt gekeken of een ieder de werkzaamheden uitvoert overeenkomstig de afspraken op het gebied van veiligheid, gezondheid welzijn en milieu.

Symbolen



= Attentie



= Instructie

Inhoudsopgave

1.	Beleidsverklaring	6
2.	Arbeidsomstandigheden	8
	Algemeen.....	8
	2.1. Preventief Medisch Onderzoek (PMO).....	8
3.	Voor aanvang van werkzaamheden	8
	3.1. Instructie voor aanvang van werkzaamheden.....	8
	3.2. Instructie voor aanvang van nieuwe projecten	8
4.	Kleine blusmiddelen	8
5.	Persoonlijke beschermingsmiddelen.....	9
6.	Veiligheidspictogrammen	11
	6.1. Verbodsbord	11
	6.2. Gebodsbord	11
	6.3. Reddingsbord.....	11
	6.4. Waarschuwbord	11
	6.5. Brandbestrijdingsbord	11
	6.6. Etiket gevaarlijke stof	11
	6.7. Pictogrammen	12
7.	Last Minuut Risico Analyse (LMRA)	14
8.	Veiligheidsinstructie	16
	8.1. Fysieke belasting.....	16
	8.2. Werken in besloten ruimten.....	16
	8.3. Struikelen, verstappen en uitglijden.....	17
	8.4. Schadelijk geluid	17
	8.5. Trillingen	17
	8.6. Werken met (elektrische) handgereedschappen	18
	8.7. Veilig werken langs de weg	18
	8.8. Werken met machines.....	19
	8.9. Werken in de buurt van transportbewegingen	20
	8.10. Aantreffen van asbest	20
	8.11. Alleen werken	20
	8.12. Gevaarlijke stoffen.....	21
	8.13. Milieubescherming	21
	8.14. Opslag, vervoer, morsen en lekkage van gevaarlijke stoffen	21
	8.15. Stof	22
	8.16. Hygiëne/ arbeidshygiëne	22
	8.17. Oppervlaktewarmte	23
	8.18. Beeldschermwerk.....	23

8.19. Aanslaan van hijslasten	23
8.20. Weeromstandigheden (koude, neerslag & UV-straling).....	25
8.21. Werkkleding.....	25
8.22. Werken in de buurt van drijfzand.....	26
8.23. Zorgvuldig graven	26
9. Algemene regels	27
9.1. Algemene Veiligheidsregels.....	27
9.2. House Keeping.....	27
9.3. Orde en netheid.....	27
10. Melden van ongevallen, incidenten, calamiteiten en onveilige handelingen/situaties	28
10.1. Melden van ongevallen met ernstig letsel	28
10.2. Melden van bijna-ongevallen	28
10.3. Melden van brand	28
10.4. Melden van onveilige handelingen en/of –situaties	28
10.5. Verbetervoorstellen of klachten.....	28

Inleiding

Deze VGM-instructie van Avitec is bedoeld om haar werknemers en onderaannemers te informeren over voorschriften, richtlijnen en werkinstructies op het gebied van VGM. Het doel is om te komen tot een veilig, gezond en milieuvriendelijk werkklimaat binnen Avitec.

Voor de uitvoering van deze werkzaamheden hanteert Avitec een bedrijfsbeheerssysteem dat voldoet aan de eisen zoals gesteld in ISO 9001:2015, ISO 14001:2015, VCA** 2017/6.0, BRL 7000, BRL 9335 en de Safety Culture Ladder 4.0 – Trede 2.

Dit informatieboekje is onderdeel van het bedrijfsbeheerssysteem en behandelt de arbeids- en gezondheidsaspecten die te maken hebben met de uitvoering van de werkzaamheden bij Avitec.

Deze instructie is bedoeld voor iedereen die werkt onder de verantwoordelijkheid van Avitec waaronder ook inleenkrachten en onderaannemers. De volgende onderwerpen worden toegelicht:

- Beleidsverklaring
- Arbeidsomstandigheden
- Voor aanvang van de werkzaamheden
- Blusmiddelen
- Persoonlijke beschermingsmiddelen
- Veiligheidspictogrammen
- Last Minute Risico Analyse
- Veiligheidsinstructies
- Algemene regels
- Behandelen van (bijna-)ongevallen
- Werkplekinspecties
- Belangrijke informatie

Indien noodzakelijk zal deze instructie per project aangevuld worden met extra voorschriften en/of een mondelinge toelichting door de projectverantwoordelijke. Mochten op de werklocatie andere of aanvullende instructies gelden dan treden deze in plaats van deze instructies.

Alle werknemers en onderaannemers worden geacht zich te houden aan de richtlijnen en voorschriften zoals omschreven in deze door Avitec uitgegeven VGM-instructie.

1. Beleidsverklaring

Inleiding

Middels deze beleidsverklaring geeft de directie van Avitec te Nieuw-Buinen (bestaande uit Avitec Infra & Milieu en Milieu+ Recycling), inzicht in het door ons gevoerde beleid alsmede uitdrukking aan onze betrokkenheid ten aanzien van kwaliteit, veiligheid, gezondheid, welzijn en milieu. Wij zien het als onze taak om de inhoud van deze verklaring eenduidig kenbaar en begrijpelijk te maken bij zowel onze eigen medewerkers als bij tijdelijke krachten.

Bedrijfsprofiel

Avitec, bestaande uit Avitec Infra & Milieu en Milieu+ Recycling, is een middelgroot bedrijf met jarenlange ervaring op het gebied van grond-, weg- en waterbouw en sinds 1985 een bekend gezicht op de noordelijke cultuurtechnische, riool- en wegenbouwmarkt. Het bedrijf is gevestigd te Nieuw-Buinen, waar het kantoor, materieeldienst en het afvalstromendepot met weegbrug gehuisvest is. Daarnaast is Milieu+ Recycling eveneens gevestigd in Stadskanaal.

Avitec heeft een grote staat van dienst opgebouwd in de uitvoering van vrijwel alle grond-, weg- en waterbouwwerken. De werkzaamheden van Avitec Infra & Milieu omvatten de ontwerp- en tekenwerkzaamheden ten behoeve van grond-, weg- en waterbouwwerkzaamheden, het bouw- en woonrijpmaken van bestemmingsplannen, het renoveren, reconstrueren en aanleggen van rioleringen en wegen, aanleg van civiele kunstwerken, uitvoeren van bodemsaneringen en cultuurtechnische werken.

Ook verzorgt Avitec de ontwerp en tekenwerkzaamheden ten behoeve van de GWW, het opstellen van contracten en het uitvoeren van uitvoeren van landmeetkundige werkzaamheden. Het verzorgen en beheren van Klic-meldingen behoren eveneens tot de werkzaamheden.

Milieu+Recycling beheert en bewerkt de diverse grond-, weg- en waterbouw gerelateerde afvalstromen, o.a. grond, puin, groenafval e.d.. Dit beheren en bewerken vindt plaats op de locatie in Nieuw Buinen en in Stadskanaal. Tevens begeleidt Milieu+ Recycling grond- en bodemonderzoeken en draagt zorg voor de benodigde administratie omtrent de grond- en bodemonderzoeken en grondmeldingen.

Een duidelijke visie, vakbekwaam personeel en modern materiaal vormen de basis voor een optimaal resultaat met hoge kwaliteit. Daarnaast dragen een betrouwbare en flexibele instelling en het naleven van kwaliteits-, veiligheids- en milieuvoorschriften bij aan een gezonde bedrijfsstructuur.

Beleid

Wij hebben kennis genomen van de context van onze organisatie, om vervolgens te bepalen welke risico's en kansen nog aangepakt dienen te worden. Op deze manier zorgen wij er voor dat onze bedrijfsvoering in lijn is met de context van ons bedrijf en dat rekening houden met de behoeften en verwachtingen van onze stakeholders.

Het mag duidelijk zijn dat Avitec streeft naar continue verbetering van de bedrijfsvoering en verhoging van de klanttevredenheid. Ook beseffen wij dat het voldoen aan de relevante nationale en internationale normen, wet- en regelgeving een vereiste is voor onze bedrijfsvoering. Hierbij doen wij dan ook onze toezegging om deze actief na te zullen leven en dit binnen onze organisatie te benadrukken bij alle betrokkenen. Een belangrijk hulpmiddel hierin is ons bedrijfsbeheersysteem, welke opgezet is conform NEN-EN-ISO 9001:2015, NEN-EN-ISO 14001:2015, VCA** 2017/6.0 (+MD 22), BRL 7000 Protocol 7001 en 7004, BRL 9335 Protocol 9335-1 en 4 en Safety Culture Ladder 4.0 trede 2.

Binnen het bedrijfsbeheersysteem hebben wij doelstellingen geformuleerd ten aanzien van o.a. de aspecten kwaliteit, veiligheid, gezondheid, welzijn en milieu. Deze doelstellingen, als ook de beleidsverklaring, worden periodiek geëvalueerd en bijgesteld teneinde de voortdurende geschiktheid en de doeltreffendheid van het bedrijfsbeheersysteem te waarborgen.

Middels interne communicatie vindt hierover regelmatig afstemming met de direct betrokkenen plaats. Daarnaast zal er jaarlijks een directiebeoordeling worden uitgevoerd, waarin het functioneren van het bedrijfsbeheersysteem beoordeeld zal worden. Onze betrokkenheid uit zich verder o.a. in de wijze waarop het bedrijfsbeheersysteem is opgezet, geïmplementeerd en onderhouden evenals de afstemming van de arbeidsmiddelen op het doel en gebruik hiervan. Tevens wordt tijdens het doen van investeringen en aanschaf van arbeidsmiddelen rekening gehouden met de VGM-criteria. Binnen Avitec vervult het bedrijfsbureau de rol van ambassadeur op het gebied van kwaliteit, veiligheid, gezondheid en milieu. Zij hebben een stuwende werking waar het gaat om het realiseren van continue verbetering en het nastreven van klanttevredenheid. Ook hebben zij een coördinerende rol in ons streven om persoonlijk letsel, materiële schade zoveel mogelijk te voorkomen. Ook milieuzaken verdienen sterk onze aandacht, wij streven ernaar zoveel mogelijk afvalstromen te recyclen tot herbruikbare bouwstoffen, milieuvriendelijke middelen te gebruiken en milieuschade te voorkomen. Hierbij beschouwen wij het als onze plicht om de medewerkers van onze opdrachtgevers en eventueel ander, onder onze verantwoordelijkheid werkend, personeel in onze maatregelen te betrekken. Realisatie van ons beleid vereist een actieve houding van de individuele medewerkers. Dit moet zich openbaren in een actief bedrijfsbeheersysteem, een continu verbeterproces op het gebied van kwaliteit en VGM en het realiseren van klanttevredenheid. Ook wordt van de medewerkers verwacht dat zij elkaar aanspreken op hun verantwoordelijkheid binnen dit proces.

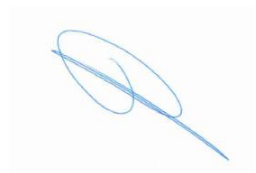
Daar waar wel verzuim optreedt bij eigen medewerkers streeft het bedrijfsbureau van Avitec er tevens naar medewerkers zo snel mogelijk passende vervangende arbeid aan te bieden. Verder biedt het bedrijfsbureau van Avitec haar medewerkers de mogelijkheid, om op eigen initiatief een gezondheidskundig onderzoek (PMO) te ondergaan of een bedrijfsarts te raadplegen.

De directie van Avitec beschouwt kwaliteit, veiligheid, gezondheid en milieu als een belangrijk onderdeel van haar taak en zal dit beleid ieder jaar evalueren, aanpassen aan de activiteiten en de daaruit voortvloeiende beleidsaanpassingen bespreken met de betrokkenen. Kwaliteit, veiligheid, gezondheid en milieu zal regelmatig onderwerp van gesprek zijn binnen de bestaande vormen van overleg.

Bij dit alles staat de klanttevredenheid en voldoen aan geldende wet- en regelgeving echter nog steeds voorop. Door te streven naar continue verbetering, een klantgerichte houding en technisch goed werk willen wij de beloftes die wij aan de klant doen waarmaken.

Nieuw Buinen, oktober 2022

Namens Avitec



B. Timmermans

Directie

2. Arbeidsomstandigheden

Algemeen

Binnen Avitec hanteren we een personeelshandboek. In dit personeelshandboek worden zaken als algemene bedrijfsregels beschreven. Het personeelshandboek ontvangt iedereen bij indiensttreding en is tevens op te vragen bij HR.

Medewerkers die vermoeden, dat zij gezondheidsklachten hebben die mogelijk verband houden met het werk kunnen, in overleg met HR, contact opnemen met de Arbodienst.

2.1. Preventief Medisch Onderzoek (PMO)

Het Preventief Medisch Onderzoek (PMO) ken je misschien onder de noemer PAGO (preventief arbeidsgezondheidskundig onderzoek). Het medische onderzoek is gericht op het vroegtijdig opsporen van gezondheidsrisico's, zodat deze kunnen worden voorkomen of verminderd. In de wet is bepaald dat iedere medewerker recht heeft op een medisch onderzoek, maar het is niet verplicht! Je ontvangt hierover periodiek een uitnodiging. Wil jij hier meer informatie over, neem dan contact op met HR.

3. Voor aanvang van werkzaamheden

3.1. Instructie voor aanvang van werkzaamheden

Voordat je begint met de uit te voeren werkzaamheden dien je de volgende zaken te controleren:

- De locatie van dichtstbijzijnde nooduitgangen en EHBO middelen.
- Waar de vluchtwegen zich bevinden.
- De signalen die gebruikt worden als waarschuwing voor bepaalde gevaren en voor ontruiming van de werkplek.
- De personen die BHV (bedrijfshulpverlener) en EHBO gediplomeerd zijn.

3.2. Instructie voor aanvang van nieuwe projecten

Indien er een nieuw project wordt gestart ontvang je een korte toelichting over de toedracht van het nieuwe project.

Tijdens deze voorlichting wordt je geïnformeerd over:

1. De aard van de werkzaamheden.
2. Risico's aanwezig bij het project.
3. Eventuele specifieke regels opgelegd door de opdrachtgever.
4. Eventuele bijzondere bepalingen.
5. Noodzakelijke PBM's (Persoonlijke Beschermingsmiddelen)

4. Kleine blusmiddelen

Met betrekking tot kleine blusmiddelen dien je de volgende regels te hanteren:

- Ga naar waar de dichtstbijzijnde brandblusapparatuur zich bevindt.
- Ga na hoe de blusmiddelen gehanteerd dienen te worden.
- Ga na of de blusmiddelen geschikt zijn voor het soort brand.
- Denk eraan dat door brand bepaalde giftige dampen kunnen ontstaan.
- Controleer of bij alle werkzaamheden, waarbij open vuur te pas komt, er binnen een straal van 2 meter, gekeurde blusapparatuur van de voorgeschreven soort voorhanden zijn.
- Breng het blusapparaat direct na gebruik weer terug voor de noodzakelijke behandeling (vulling en controle).

5. Persoonlijke beschermingsmiddelen

Persoonlijke beschermingsmiddelen (PBM) dienen als bescherming, wanneer gevaren niet door andere oplossingen weggenomen kunnen worden. Onderstaande tabel geeft een overzicht van de verschillende PBM's die vaak gebruikt worden bij opdrachtgevers, welke eisen, instructies en opmerkingen van toepassingen zijn en bijbehorende wettelijke gebodsborden.

PBM	Eisen, instructies en opmerkingen	Gebodsbord
Gehoorbescherming 	Om het gehoor zo veel mogelijk te beschermen zijn de volgende aanwijzingen van belang: • Gebruik gehoorbescherming, ook als je niet zelf met de lawaaibron werkt. • Bij geluidsniveau > 85 dB(A) ben je verplicht gehoorbescherming te dragen. • Beperk de blootstellingduur • Laat het gehoor met regelmaat testen in overleg met de directie. • Vervang deze indien ze versleten of verstijft zijn.	
Veiligheidsschoenen 	Men is verplicht veiligheidsschoenen te dragen. Veiligheidsschoenen dienen: • Te zijn voorzien van stalenneus en binnenzool • Bestand te zijn tegen oliën, mineralen, vetten en oplosmiddelen	
Werkhandschoenen 	Werkhandschoenen: • Mogen niet gedragen worden tijdens werkzaamheden met handgereedschap met draaiende delen (bijv. boormachine) • Moeten ondoordringbaar zijn voor scherpe voorwerpen • Dienen slipvast te zijn • Moeten de vingers voldoende bewegingsruimte laten	
Veiligheidshelm 	Een helm dragen we in de volgende situaties: • Bij gevaar voor vallende voorwerpen, stoten van het hoofd of gegrepen worden door draaiende delen • Wanneer dit wordt geëist door opdrachtgever. • Bij werkzaamheden in de buurt van kranen en hijswerkzaamheden. Afhankelijk van de situatie kan het dus voorkomen dat stratenmakers in bepaalde gevallen niet verplicht een helm hoeven te dragen. Let bij het gebruik van helmen op het volgende: • Gebruik alleen CE goedgekeurde helmen • Let op de gebruiksduur van de helm. Aan de binnenkant van de helm staat aangegeven hoelang de helm te gebruiken is: – Polytheen 3 jaar en polycarbonaat helmen 10 jaar – Glasvezel met polyester helmen 10 jaar – ABS 5 jaar • Productiedatum staat in de binnenkant van de helm afgedrukt • Laat de helm vervangen na een aanzienlijke val of stoot op de helm • Plaats geen stickers op de helm • Onderhoud de helm goed • Controleer de helm op gebreken	

PBM	Eisen, instructies en opmerkingen	Gebodsbord
Veiligheidsbril 	Draag bij het verrichten van zaag- en slijpwerkzaamheden een veiligheidsbril om vonken en spatten in de ogen te voorkomen.	
Adembescherming 	Bij adembescherming is het van belang dat het juiste masker voor de situatie wordt gekozen: Er kan gekozen worden uit: - Afhankelijke ademhalingsbescherming (filters, etc.) - Onafhankelijke ademhalingsbescherming (perslucht) Informeer bij de KAM manager over het gebruik van de juiste ademhalingbescherming + filters.	


 Let op!

Instructies

- De werkgever is verplicht de juiste PBM's ter beschikking te stellen en hier instructie over te geven.
- De werknemer is verplicht om de PBM's te gebruiken. Indien geconstateerd wordt dat de regels omtrent het gebruik van PBM worden overtreed, zal Avitec sancties (waarschuwing, boete, schorsing, etc.) opleggen.
- Onderaannemers/inhuurkrachten dienen ook de genoemde PBM's te gebruiken. Hierop moet voor aanvang van het werk gecontroleerd worden. Indien de PBM's niet aanwezig zijn, worden deze door Avitec ter beschikking gesteld.
- Als PBM's aan vervanging toe zijn, dan worden in overleg met de onderhoudsmonteur nieuwe PBM's verstrekt.
- Als PBM's aan onderhoud onderhevig zijn wordt het onderhoud op kosten van Avitec uitgevoerd.

Overzicht PBM's

Binnen Avitec kent men de volgende soorten PBM's;

- De kleine PBM's, dit zijn b.v. stofkapjes, oordopjes, werkhandschoenen, veiligheidsbrillen etc. De betrokken leidinggevendens zorgen dat op alle werklocaties de werknemers de beschikking hebben over de kleine PBM's. Zij houden tevens toezicht op de uitgifte en het gebruik van deze PBM's. De kleine PBM's zijn meestal op de werkplek op voorraad aanwezig en worden naar behoefte verstrekt.
- De persoonlijke PBM's, dit zijn bijvoorbeeld otoplastieken, veiligheidsschoenen, veiligheidshelmen en veiligheidsbrillen op sterkte. Het verstrekken van persoonlijke PBM's geschiedt op verzoek van de werknemer, op indicatie van de bedrijfsarts en/of aanwijzing van de KAM manager. Verstrekking vindt altijd plaats in overleg met de directie.
- De bijzondere PBM's, dit zijn PBM's zoals ademhalingsbescherming, gelaatsschermen, veiligheidspakken & schorten (chemicaliën). Het vaststellen en verstrekken van bijzondere PBM's gaat in overleg met de directie.
- Werkkleding: Dit betreft kleding die uitsluitend bestemd is om tijdens het werk te dragen, verstrekking van de werkkleding wordt verzorgd door de Administratief Medewerkster.

6. Veiligheidspictogrammen

Niet alle veiligheidsmaatregelen kunnen al het gevaar wegnemen. Er blijft bijvoorbeeld gevaar door elektriciteit, de aanwezigheid van gevaarlijke stoffen of geluidshinder. Om deze gevaren aan te geven moet een waarschuwingsteken worden aangebracht. Op de werkplek worden hiervoor universele veiligheidssignaleringsborden gebruikt. Het doel van deze veiligheidsborden is waarschuwen door middel van eenvoudige, begrijpelijke symbolen voor een bepaald gevaar. De veiligheidsborden kunnen ook aangeven welke gedragsregels je in acht moet nemen voor je eigen veiligheid en die van anderen. De gebruikte borden zijn genormeerd binnen de Europese Gemeenschap en in Nederland vastgelegd in de Arbo-regeling. Hierbij wordt een indeling gebruikt in verbodsborden, gebodsborden, reddingborden, waarschuwingsborden, brandbestrijdingsborden en etikettering gevaarlijke stoffen.

6.1. Verbodsbord

Een verbodsbord herken je aan de volgende kenmerken: een rond wit bord met een rode rand en een rode diagonale streep voorzien van een zwartpictogram. Het verbodsdoel heeft als doel om je te wijzen op de van kracht zijnde verbodsregels.

6.2. Gebodsbord

Een gebodsbord herken je aan de volgende kenmerken: een rond blauwbord voorzien van een wit pictogram. Het gebodsdoel heeft als doel om je te wijzen op de van kracht zijnde gebodsregels.

6.3. Reddingsbord

Een reddingbord herken je aan de volgende kenmerken: een rechthoekig of vierkant groen bord voorzien van een wit pictogram. Het reddingbord heeft als doel om je te wijzen waar de reddingsmiddelen zijn te vinden.

6.4. Waarschuwingsbord

Een waarschuwingsbord herken je aan de volgende kenmerken: een driehoekig geel bord met een zwarte rand voorzien van een zwart pictogram. Het waarschuwingsbord heeft als doel om je te wijzen op gevaarlijke situaties.

6.5. Brandbestrijdingsbord

Een brandbestrijdingbord herken je aan de volgende kenmerken: een vierkant rood bord voorzien van een wit pictogram. Het brandbestrijdingsbord heeft als doel om je te wijzen waar de brandbestrijdingsmiddelen zijn te vinden.

6.6. Etiket gevaarlijke stof

Een etiket gevaarlijke stof herken je aan de volgende kenmerken: een ruitvormig wit etiket met een rode rand en zwart pictogram. Het etiket gevaarlijke stof heeft als doel om u te wijzen op risico's van gevaarlijke stoffen.

6.7. Pictogrammen

In het onderstaande overzicht vind je de meest voorkomende veiligheidspictogrammen en de betekenis van deze veiligheidspictogrammen:

Verbod	Gebod	Redding	Waarschuwing	Brandbestrijding	Gevaarlijke stoffen (nieuw)
					
Verboden te roken	Adembescherming verplicht	EHBO	Bijtende stoffen	Blusapparaat	Explosief
					
Vuur, open vlam en roken verboden	Gehoorbescherming verplicht	Nooduitgang	Biologisch risico	Brandslang	Ontvlambaar
					
Verboden toegang voor onbevoegden	Gelaatbescherming verplicht	Oogdouche	Explosieve stoffen	Ladder	Oxiderend
					
	Oogbescherming verplicht	Te volgen richting	Gevaar	Te volgen richting	Gassen onder druk
					
	Veiligheidsschoenen verplicht	Telefoon	Gevaar voor elektrische spanning	Telefoon	Corrosief
					
	Veiligheidshandschoenen verplicht	Veiligheidsdouche	Giftige stoffen	Brandblusdeken	Giftig
					
	Veiligheidshelm verplicht		Niet-ioniserende straling		Irriterend, sensibiliserend schadelijk
					
			Ontvlambare stoffen		Lange termijn gezondheidsgevaarlijk
					
			Oxiderende stoffen		Gevaarlijk voor het aquatisch milieu

Verbod	Gebod	Redding	Waarschuwing	Brandbestrijding	Gevaarlijke stoffen (nieuw)
					
			Struikelen		
					
			Vallen door hoogteverschil		
					
			Schadelijke of irriterende stoffen		

7. Last Minuut Risico Analyse (LMRA)

Je wilt geen ongeval en je wilt na je werk weer veilig naar huis!

Je bent getraind, je hebt voldoende ervaring en jouw eventuele leidinggevende is aanwezig.

Het werk, de instructies, de eventuele taak risico analyse en werkvergunning zijn met je doorgesproken en je hebt alles begrepen.

Je hebt de beschikking over de juiste gereedschappen en persoonlijke beschermingsmiddelen. Je weet waar de noodvoorzieningen te vinden zijn, waar de vluchtwegen zich bevinden en waar de verzamelplaatsen zijn.

Alles lijkt OK! Dus wat kan jou nu nog overkomen?

Er kunnen zich echter situaties voordoen waarin je toch geconfronteerd wordt met gevaren die in de voorbereiding over het hoofd gezien zijn. Soms zijn de gevaren alleen zichtbaar op de werkplek of in de naaste omgeving. Daarom doen we een beroep op jouw eigen kennis, ervaring en vakmanschap.

Voer zélf een Laatste Minuut Risico Analyse uit!

Wanneer?

Op ieder moment van elke dag, op jouw werkplek en direct vóór aanvang van alle werkzaamheden. Niet alleen nadat de standaard voorzorgsmaatregelen genomen zijn, maar óók bij verandering van werkomstandigheden en óók bij routine werkzaamheden.

Hoe voer je een Laatste Minuut Risico Analyse uit?

Door het stellen van drie vragen!

Beoordeel het risico!

Wat kan er volgens jou nog fout gaan/ welke gevaren zie je zelf?

Denk na!

Wat is hier de oorzaak van?

Neem actie!

Wat ga je er aan doen om de gevaren te vermijden?

Bij twijfel overleg je met je collega's en leidinggevenden over extra te nemen maatregelen. Leerzame lessen neem je mee voor een volgende karwei en bespreek je met je collega's en in het werkoverleg.

Deze methode kun je natuurlijk ook heel goed buiten het werk toepassen. Denk aan het verkeer en bij karweitjes in- en om het huis.

Laatste Minuut Risico Analyse



Om de drie stappen in het LMRA proces goed te kunnen doorlopen, stel jezelf de volgende vragen:

- ☒ Weet ik wat mij kan overkomen en hoe dat uit te sluiten?
- ☒ Weet ik precies wat de mogelijke gevaren zijn en hoe ik die kan voorkomen?
- ☒ Weet ik precies wat ik moet doen en kan ik het ook zo doen?
- ☒ Heb ik de eventuele Taak Risico Analyse en/of werkvergunning gelezen?
- ☒ Weet ik wat ik nodig heb om het werk veilig uit te voeren en is dat ook beschikbaar?
- ☒ Heb ik de juiste persoonlijke beschermingsmiddelen bij mij?
- ☒ Heb ik gecontroleerd of de omstandigheden veranderd zijn?
- ☒ Het is mij dus echt duidelijk wat ik moet doen om incidenten te voorkomen?

8. Veiligheidsinstructie

Naast de risico's die beschreven zijn in onze Risico Inventarisatie en Evaluatie, vinden we het belangrijk om een aantal punten nader toe te lichten. Dit doen we door de introductievoorlichting van alle medewerkers, periodiek in de vorm van toolboxmeetings maar ook in dit boekje. Hieronder zijn de meest voorkomende risico's opgenomen. Let op dat wanneer zich een nieuw risico zich voordoet dit besproken wordt met de leidinggevende en dat er samen naar een geschikte werkwijze wordt gekeken.

8.1. Fysieke belasting

Het verplaatsen van objecten en gebogen werken is iets dat dagelijks plaats vindt. Uit gezondheidkundig oogpunt is het zaak om hierbij de fysieke belasting tot een minimum te beperken. Hiervoor is het belangrijk om te weten hoe er getild dient te worden.



Let bij fysieke belasting op de volgende risico's:

- Overmatige lichamelijke belasting zoals tillen, duwen en trekken, werkhoudingen, repeterende bewegingen, etc. kan diverse gevolgen hebben, variërend van een buikslijmvliesontsteking tot chronische rugklachten.



Ga bij het tillen en gebogen werken als volgt te werk:

- Buk en til niet onnodig, gebruik hulpmiddelen.
- Buk en til volgens de ergonomische richtlijnen.
- Til niet teveel, vraag je collega's om hulp bij zware en grote voorwerpen.

8.2. Werken in besloten ruimten

Besloten ruimten zijn ruimten die niet snel verlaten kunnen worden, waarbij het vaak ontbreekt aan frisse lucht en het ook niet altijd mogelijk is om bescherming tegen gevaarlijke stoffen te realiseren.



Let bij het werken in besloten ruimten op de volgende risico's:

- Verstikking door zuurstoftekort
- Bedelving door grond
- Vergiftiging door het in aanraking komen met schadelijke stoffen
- Elektrocutie
- Verdrinking
- Brand- en explosiegevaar
- Vallen, stoten, uitglijden, geraakt worden door vallende voorwerpen bij het boven elkaar werken



Ga in besloten ruimten als volgt te werk:

- Zorg voor goede ventilatie.
- Zorg voor een juist talud.
- Zorg dat er gewerkt wordt met een klic melding.
- Werk uitsluitend met veilige spanning (42V wisselstroom, 110V gelijkstroom).
- Verricht eventueel metingen om vast te stellen dat er geen gevaarlijke (concentratie) stoffen aanwezig zijn.
- Zorg voor een toezichthouder, werk niet alleen.
- Gebruik de voorgeschreven persoonlijke beschermingsmiddelen.
- Zorg ervoor dat de besloten ruimte niet wordt betreden door onbevoegden.

8.3. Struikelen, verstappen en uitglijden

De hoofdoorzaak van struikelen, uitglijden en verstappen is een niet egale of gladde ondergrond. Een hoogteverschil van 1 cm is al genoeg om iemand te laten vallen. Door het hoogteverschil wordt de voet ongelijk belast. Daardoor klapt de voet om en verliest het slachtoffer zijn evenwicht.



De gevolgen van struikelen, verstappen en uitglijden zijn soms vrij ernstig:

- Gebroken armen en benen.
- Verstuite of verzwikte enkels.
- Wonden aan de handen of aan het hoofd.
- Kneuzingen.



Neem bij het voorkomen van struikelen, verstappen en uitglijden de volgende maatregelen:

- Zorg voor orde en netheid op de werkvloer.
- Probeer mogelijke gevaren af te schermen door middelen van markeringen.
- Draag veiligheidsschoenen.

8.4. Schadelijk geluid

Op veel arbeidsplaatsen komt vaak schadelijk geluid voor. Een groot aantal mensen werkt in een omgeving waar het lawaai uitermate storend of hinderlijk is. Als je schade aan je gehoor oploopt, gaat dat nooit meer over. Het kan hooguit erger worden. Beperk daarom blootstelling aan schadelijk geluid.



Let bij schadelijk geluid op de volgende risico's/ gevaren:

- Geluid boven 80 dB(A) is gevaarlijk voor het oor en kan na verloop van tijd lawaaidoofheid veroorzaken. De werkgever is daarom vanaf die geluidsterkte verplicht om gehoorbescherming te geven.
- Bij een geluidsniveau van 85 dB(A) of hoger ben je wettelijk verplicht om de verstrekte gehoorsbeschermingsmiddelen te dragen.



Ga bij het gebruik van gehoorbescherming als volgt te werk:

- Breng de gehoorbeschermende middelen aan voordat je de ruimte betreedt of voordat het lawaai geproduceerd wordt.
- Controleer voordat je lawaaiërende machines gebruikt of iedereen in je omgeving gehoorbeschermende middelen draagt.
- Maak oorkappen, oordopjes en otoplastieken na het gebruik schoon.
- Zorg dat de vingers waarmee je de oordopjes en otoplastieken aanbrengt, schoon zijn.
- Controleer regelmatig de afsluitranden van de oorkappen. Laat deze vervangen als deze hard of stug worden of als ze gescheurd of beschadigd zijn.
- De toegepaste gehoorbescherming moet het geluid dempen tot een waarde die ligt tussen de 70 en de 80 dB(A).
- Een te sterke demping van het geluid heeft als nadeel dat de verstaanbaarheid van de mensen in de omgeving en het horen van veiligheidssignalen afneemt.

8.5. Trillingen

Het langdurig blootstaan aan trillingen kan grote schade opleveren aan je lichaam. Trillingen veroorzaken stotende verplaatsingen van het lichaam of lichaamsdelen.



- Elektrisch of pneumatisch handgereedschap veroorzaakt trillingen in hand, arm en de rest van het lichaam. Intensieve trillingen hiervan kunnen beschadiging opleveren van bloedvaten en gewrichten in de hand. Witte vingers en gevoelloze vingertoppen wijzen vaak op tijdelijke of blijvende schade.
- Doordat je spieren de schokken op moeten vangen, wordt je sneller moe. Hierdoor ontstaat er meer coördinatie van oogbewegingen en belasting van nek- en schouderspieren. Dit leidt weer tot hoofdpijn.



- Zorg voor demping en isolatie. Dit kan bijvoorbeeld door gedempte handvaten en/of trillingdempende handschoenen.
- Pas alternatieve technieken toe.
- Beperk de blootstellingduur door afwisseling met trillingsvrije werkzaamheden.
- Houd bij aanschaf van machines rekening met de trillingsfrequentie.
- Vermijd onbalans.

8.6. Werken met (elektrische) handgereedschappen



Let bij het werken met elektrische handgereedschappen op de volgende risico's/ gevaren:

- Verwondingen (elektrocute, brandwonden, etc.) opgelopen tijdens het gebruik van (elektrische) handgereedschappen kunnen zeer ernstig zijn. De oorzaken van deze verwondingen zijn onder andere:
 - Onjuist gebruik van gereedschappen;
 - Het niet gebruiken van persoonlijke beschermingsmiddelen;
 - Gebruik van ongeschikt gereedschap;
 - Gebrek aan onderhoud;
 - Niet werken met een veilige spanning;
 - Verkeerde werkkleding.



Neem bij het werken met (elektrische) handgereedschappen de volgende maatregelen:

- Gebruik voor het werk altijd het juiste stuk gereedschap;
- Gebruik persoonlijke beschermingsmiddelen;
- Controleer het gereedschap regelmatig op defecten;
- Meldt ieder defect aan de desbetreffende verantwoordelijke;
- Zorg dat voor gebruik de juiste spanning voor de machine en/of gereedschap wordt gecontroleerd;
- Voor het gebruik van elektrisch gereedschap, moet gecontroleerd worden of alle beveiligingen die bij de machine horen, ook aangebracht zijn;
- Controleer of het elektrisch gereedschap, draagbare lampen, etc. dubbel geïsoleerd is (twee in elkaar geplaatste vierkantjes geven aan dat het apparaat dubbel geïsoleerd is), wanneer werken met een veilige spanning (42V wisselstroom, 110V gelijkstroom) noodzakelijk is, bijvoorbeeld in vochtige ruimten en besloten ruimten;
- Elektrisch gereedschap dat niet langer gebruikt wordt, moet schoon en gereed voor gebruik op een daarvoor bestemde plaats worden opgeborgen;
- Voorkom dat er losse snoeren en leidingen op de grond liggen. Zij veroorzaken niet alleen val- en struikelgevaar, maar kunnen ook gemakkelijk worden beschadigd door scherpe randen;
- Verwijder snoeren en kabels waarvan de isolatie door slijtage is beschadigd;
- Laat elektrisch gereedschap periodiek keuren volgens NEN 3140

8.7. Veilig werken langs de weg

Werken aan de weg brengt grote risico's met zich mee. Het is daarom belangrijk om goed te weten welke risico's dit zijn en hoe hier mee om te gaan. Omdat 80% van de ongevallen ontstaan door menselijke tekortkomingen, kunnen veel ongelukken voorkomen worden.



De fouten die bij werken langs de weg het meeste gemaakt worden zijn de volgende:

- Werken zonder afzetting/verkeerd plaatsen van wegafzettingen
- Werken zonder veiligheidsvest of met een verkeerd vest (vies, oud, open, etc.)
- Werken op een verkeerde plaats binnen de afzetting/buiten de afzetting werken
- Zelf het verkeer regelen
- Geen verkeer horen naderen door lawaai van werkmateriaal /met de rug naar het verkeer werken
- Met eigen auto of werkvoertuig onvoorzichtig een afzetting in- of uitrijden
- Verkeerd parkeren van eigen auto of werkvoertuig
- Geen verkeer zien naderen door mist of andere weersomstandigheden
- Aggressief reageren op agressieve weggebruikers
- Meegezogen worden door hard rijdend verkeer



Ga bij werken langs de weg als volgt te werk:

- Bereid de werkzaamheden goed voor en zorg dat je al het benodigde materiaal bij je hebt.
- Plaats de borden zoals dat in het bestek is aangegeven.
- Draag altijd veiligheidskleding.
- Houd je aan de veiligheidsvoorschriften van machines of hulpmiddelen die je voor het werk nodig hebt.
- Zorg voor een opgeruimd werkvak.
- Houd je aan de verkeersregels.
- Wees extra voorzichtig bij mist of andere slechte weersomstandigheden
- Parkeer je auto zó dat je uitzicht niet wordt belemmerd. Gebruik de handrem en draai de voorwielen in een voor jezelf en de weggebruiker veilige richting.

- Blijf binnen de afzetting. Overleg met de uitvoerder over een veilige oplossing als je toch buiten de afzetting moet werken.
- Neem de tijd bij het invoegen in het verkeer. Schat de snelheid goed in en wacht een rustig moment af. Gebruik waar nodig en toegestaan zwaailicht of alarmverlichting.
- Laat de afzetting niet onnodig lang staan, dit voorkomt irritatie bij de weggebruiker.
- Neem bij vragen over veiligheid contact op met uw veiligheidsverantwoordelijke, die blijft altijd uw aanspreekpunt.
- Meld onveilige situaties bij de veiligheidsverantwoordelijke of de uitvoerder.



Volg bij het plaatsen van afzettingen de volgende instructies:

- Plaats de werkbus op een veilige plaats. Het gele zwaailicht en de knipperende waarschuwingslichten in werking. Denk aan veiligheidskleding.
- Plaats de afzetting van binnen naar buiten.
- Begin met de vooraanduidingsborden en waarschuwingsborden. Blijf voor alle weggebruikers goed zichtbaar.
- De afstand van het bord en de zijkant van de weg is binnen de bebouwde kom 0,60 m en buiten de bebouwde kom 1,20 m.
- Plaats het bord einde alle verboden. Afstand van het einde van de afzetting tot bord F8 tenminste 30 meter. Denk er aan dat binnen de bebouwde kom niet altijd dit bord geplaatst hoeft te worden.
- Laat voldoende ruimte over tussen de waarschuwingsborden en het begin van de afzetting.
- Plaats bij het begin van de afzetting een hek of een actiewagen.
- Laat voldoende ruimte over tussen het einde van de werkruimte en het eindpunt van de afzetting.
- Controleer de afzetting.
- Let op dat borden elkaar niet tegenspreken. Dek bestaande verkeersborden indien nodig af.

8.8. Werken met machines



Volg bij het werken met machines de volgende instructies:

- Materieel moet worden bediend door bekwaam personeel en moet goed worden onderhouden.
- Spiegels en verlichting moeten in een goede staat verkeren.
- Bijrijders mogen op geen enkele manier worden meegenomen, tenzij voor hen een stoel is geïnstalleerd.
- Spatborden en beveiligingen moeten te allen tijde op hun plaats blijven als met het materieel werkzaamheden worden uitgevoerd.
- Als machines niet worden gebruikt moeten zij afgesloten en op een veilige plaats worden achtergelaten.
- Voeg nooit koelvloeistof toe aan een oververhitte motor, laat de motor eerst afkoelen door deze stationair te laten draaien. Bij toevoegen koelvloeistof motor uitzetten.
- Bij het tanken van brandstof moet worden voorkomen dat door te morsen de grond wordt verontreinigd. Indien nodig een lekbak gebruiken.



Let bij draaiende onderdelen van machines op het volgende:

- Zorg dat machines tijdens onderhoud spanningsloos zijn
- Zorg ervoor dat de hierna genoemde draaiende onderdelen van motoren, elektromotoren, generatoren, lieren, pompen, hijsgerie, etc. zijn afgeschermd:
 - koppelingen
 - tandwielen
 - schijven
 - aandrijfriemen
 - assen
 - liertrommels
- Machines waarvan de afschermingen zijn verwijderd mogen niet worden gestart en niet draaien, tenzij beschermende maatregelen zijn getroffen.
- Beschadigde afschermingen moeten worden gerepareerd of worden vernieuwd.

8.9. Werken in de buurt van transportbewegingen

Ongelukken tijdens het laden en lossen komen regelmatig voor. In sommige gevallen heeft dit ook een dodelijke afloop. Het is belangrijk om dit te voorkomen door de risico's en de bijpassende maatregelen te kennen.



Het is belangrijk dat de risico's worden vastgesteld. Bij het laden en lossen is een risicoanalyse als volgt uit te voeren:

- Stel vast wat de risico's tijdens de werkzaamheden zijn.
- Bepaal wie kans lopen op een ongeval.
- Stel vast of de huidige maatregelen voldoende zijn.
- Stel prioriteiten vast voor actie en breng deze tot uitvoer.

Deze methode moet elke keer weer herhaalt worden. Op deze manier worden risico's aangepakt en geëvalueerd.

- Veel ongelukken gebeuren door het gebruik van vorkheftrucks. Het is dan ook belangrijk dat deze voldoen aan de wetgeving en periodiek worden gekeurd.



De volgende maatregelen zijn van toepassing op het laden en lossen:

- Voorkom zoveel mogelijk het achteruit rijden.
- Zorg voor veilige werkmethoden bij het laden en lossen.
- Controleer of de wegen geschikt zijn voor mensen en voertuigen. Wanneer dit niet het geval is moet dit gescheiden worden.
- Gebruik het juiste materiaal om mee te werken. De voertuigen dienen te voldoen aan de wetgeving.
- Hoeken van laadperrons, putten, enz. moeten duidelijk gemarkeerd worden en indien mogelijk uitgerust met een hek.
- Zorg dat de voertuigen goed onderhouden worden.
- Gebruik de waarschuwingssignalen die aanwezig zijn. Bijvoorbeeld lichtsignalen en geluidsignalen.
- Wanneer je in de buurt van een voertuig bent, controleer dan of de chauffeur je gezien heeft.

8.10. Aantreffen van asbest



Indien tijdens de werkzaamheden asbest aangetroffen wordt, moet gelet worden op de volgende gevaren:

- Risico op ernstige ziektes door:
 - Het werk niet stil leggen bij aantreffen van asbest;
 - Inademen van asbest.



Neem bij het aantreffen van asbest de volgende maatregelen:

- Werkzaamheden stoppen;
- Melding maken bij leidinggevende.

8.11. Alleen werken



Risico's/ gevaren

- Tijdens een incident en/of calamiteit komt de hulpverlening vertraagd op gang: bv wanneer je zonder toezicht werkt of met indirect toezicht van collega's of opdrachtgever.



Waar moet je op letten

- Geef aan collega of opdrachtgever door op welke tijd en plaats je de werkzaamheden zult uitvoeren.
- Maak vaste afspraken voor een regelmatige controle en/of maak gebruik van communicatiemiddelen zoals een mobiele telefoon, portofoon, o.i.d. en/of maak gebruik van een bewegingsmelder en/of voer de werkzaamheden uit binnen het waarnemingsvermogen van een tweede persoon.
- Zorg er voor dat je op de hoogte bent van de bedrijfshulpverleningsprocedures zodat je in staat bent om bij een calamiteit snel hulp te kunnen inroepen.

8.12. Gevaarlijke stoffen

In de dagelijkse werkzaamheden worden gevaarlijke en schadelijke stoffen gebruikt. Het is daarom ook belangrijk om hier goed mee om te gaan. De volgende zaken zijn belangrijk bij het omgaan met deze stoffen:



Aandachtspunten bij het omgaan met gevaarlijke stoffen:

- Er moet getracht worden om:
 1. maatregelen te treffen aan de bron: Gevaarlijke stoffen vervangen door alternatieven die veiliger zijn.
 2. ventilatiemaatregelen: zorgt voor minder blootstelling aan gevaarlijke stoffen en dat de concentratie aan brandbare dampen laag blijft.
 3. Scheiden van mens en bron: het streven naar zo min mogelijk contact tussen werknemers en gevaarlijke stoffen.
 4. Persoonlijke bescherming: Door middel van PBM's zorgen dat er zo min mogelijk contact is.
- Streven naar het toepassingen van gevaarlijke stoffen met zo weinig mogelijk gevaar.



Risico's bij het gebruik van gevaarlijke stoffen:

- Brand/explosie.
- Opname in het lichaam door inademing, via de huid, via de ogen, of door inslikken.



De volgende voorschriften gelden hiervoor:

- Maak gebruik van goede verpakkingen.
- Hanteer de regels uit de veiligheidsinformatiebladen behorende bij de gevaarlijke stof.
- Rook of vuur is verboden in de nabijheid van brandbare stoffen.
- Controleer wie er bevoegd is om bij de opslag van gevaarlijke stoffen te komen.
- Houd branddeuren gesloten en houd looppaden en vluchtwegen vrij.
- Zorg voor geschikte blusmiddelen

8.13. Milieubescherming



Risico's/ gevaren

- Bodemverontreiniging
- Luchtverontreiniging
- Watervereontreiniging

Verboden

- Gooi geen milieugevaarlijk afval in het riool of het oppervlaktewater (sloot, plas of rivier). Dit is niet alleen schadelijk voor het milieu maar u bent tevens strafbaar.



Waar moet je op letten:

- Let op de aanwijzingen op de verpakking. Op de meeste milieugevaarlijke stoffen staat het op het etiket aangegeven.

Wat moet / mag je doen:

- Gooi afval in de juiste afvalbakken. Als er bijvoorbeeld een verblik in een container voor huisvuil zit kan men de hele container beschouwen als chemisch afval. Het afvoeren van een container met chemisch afval is vele malen duurder dan een container met huisvuil.
- Bij milieucalamiteiten dien je direct alarm te slaan en (indien mogelijk) ervoor te zorgen dat de vervuiling wordt gestopt / gestabiliseerd.

8.14. Opslag, vervoer, morsen en lekkage van gevaarlijke stoffen



Let op de volgende zaken:

- Gevaarlijke stoffen die risicovol met elkaar reageren, mogen niet bij elkaar worden opgeslagen. Hiervoor kan de PGS15 richtlijn voor geraadpleegd worden.
- Bij het laden of lossen is de ontvanger verantwoordelijk dat de veiligheidsregels worden nageleefd. Hierom is het belangrijk dat er duidelijke en vaste locaties zijn. Verder moet er worden gelet op eventuele lekkages.
- Milieuverontreiniging bij morsen en lekkage.



De volgende voorschriften gelden hiervoor:

- Zorg dat de opslag netjes is.
- Zorg dat jij weet waar de oogdouche en eventuele nooddouche zich bevinden.

- Controleer bij verplaatsing van gevaarlijke stoffen of de lading niet kan schuiven. Zet gasflessen bij vervoer vast.
- Vang lekvloeistof op in een opvangbak. Dicht lekke vaten af.
- Zorg voor goede ventilatie.
- Zorg bij lekken voor indamming of absorptie d.m.v. zand of een ander geschikt materiaal.
- Zorg altijd voor PBM's, opvangvaten, neutralisatiemiddel, zand of een ander geschikt materiaal.
- Raadpleeg de veiligheidsinformatiebladen bij lekkage/morsen. Indien nodig: ontruim de omgeving en waarschuw een deskundige.
- Voer materiaal dat is gebruikt om de stof op te vangen af naar een gecertificeerd verwerker.
- Gebruik vonkvrij gereedschap bij brandbare gasen en vloeistoffen.
- Maak bij het opruimen van lekkage gebruik van extra PBM's.
- Volg bij aanraking met de huid/ogen, de voorschriften uit het veiligheidsinformatieblad.

8.15. Stof

Tijdens onderhoudswerkzaamheden kunnen bepaalde onderdelen aangetroffen worden die bedekt zijn onder stof. Het is belangrijk dat het inademen van stof voorkomen wordt. Dit geldt ook bij zaagwerkzaamheden.



- Het inademen van stof kan schadelijk zijn voor de gezondheid. Het is belangrijk om tijdig te inventariseren waar de stof zich bevindt en passende maatregelen te treffen.



- Inventariseer bij werkzaamheden vooraf de hoeveelheid aanwezige stof.
- Maak stoffige delen nat zodat de stof niet meer op kan waaien
- Zorg dat er nat gezaagd wordt (bandenzaag)
- Dompel, indien mogelijk, onderdelen eerst in water alvorens deze verder te gebruiken.
- Draag bij veel stof ademhalingsbescherming.

8.16. Hygiëne/ arbeidshygiëne

De huid is een dun laagje levend weefsel tussen ons contact met de buitenwereld. Stoffen kunnen van buitenaf door de huid ons lichaam binnenkomen. Of onbedoeld via handen en mond in het lichaam komen. Door bijvoorbeeld met ongewassen handen te eten, kun je chemicaliën binnenkrijgen.



Risico's/ gevaren

- Het binnen krijgen van gevaarlijke stoffen, bloot worden gesteld aan biologische agentia.
- Gezondheidsschade (veelal op termijn).
- Huidsmere is een laagje onder de huid. Wanneer deze beschadigd is kunnen bacteriën en chemicaliën het lichaam aantasten.
- Door met ongewassen handen te eten of te roken, kunnen stoffen gemakkelijk het lichaam inkomen.

Verboden

- Gebruik van alcohol (behalve dat alcohol het reactievermogen beïnvloed versterkt het de schadelijke werking van gevaarlijke stoffen in het lichaam).
- Gebruik de schaftgelegenheid niet als een werkplaats.
- Gebruik de schaftgelegenheid niet als opslagplaats (bijvoorbeeld van gevaarlijke stoffen).



- Let op de aanwijzingen op het etiket van gevaarlijke stoffen.
- Zorg voor een goede ventilatie bij het gebruik van vluchtige stoffen (oplosmiddelen, lasrook).
- Sluit blikken en flessen met gevaarlijke stoffen na gebruik weer goed af.
- Beperk contact met vuil en schadelijke stoffen.
- Wees hygiënisch: was regelmatig je handen en/of lichaam
- Was je handen ook na het bezoek aan het toilet.
- Draag zorg voor een nette en hygiënische schaftruimte en toiletten.
- Draag geen vuile kleding in schaftruimten.
- Vervang kleding tijdig.
- Loop niet in vervuilde bedrijfskleding (schadelijke stoffen kunnen via huidcontact met de werkkleding in het lichaam komen).
- Vermijd (huid)contact met gevaarlijke stoffen (met name oplosmiddelen) en biologische agentia bijvoorbeeld door het dragen van de juiste handschoenen of andere PBM's.
- Ruim de schaftgelegenheid na iedere maaltijd op (denk hierbij ook aan ongedierte).

8.17. Oppervlaktewarmte

Bij werkzaamheden aan machines en installaties is het mogelijk dat oppervlakten (onderdelen) sterk verwarmd / verhit zijn. Het is belangrijk om aanraking hiermee te voorkomen.



- Het grootste risico bij oppervlaktewarmte is het branden van lichaamsdelen tijdens werkzaamheden.
- Boven de kritische temperatuur van ± 40 °C treedt er beschadiging van de huid op. De diepte van een brandwond wordt bepaald door de temperatuur, de tijd van inwerking op de huid en de oorzaak van de verbranding.



- Inventariseer voor aanvang van werkzaamheden welke delen hoge temperaturen bevatten.
- Scherm indien mogelijk verwarmde delen af met niet brandbare afscherming.
- Draag voldoende beschermende kleding.
- Koel brandwonden met lauw leidingwater raadpleeg een BHV'er.
- Waarschuw een arts wanneer er blaren zijn, de huid is aangetast, de oorzaak chemisch of elektrisch is.

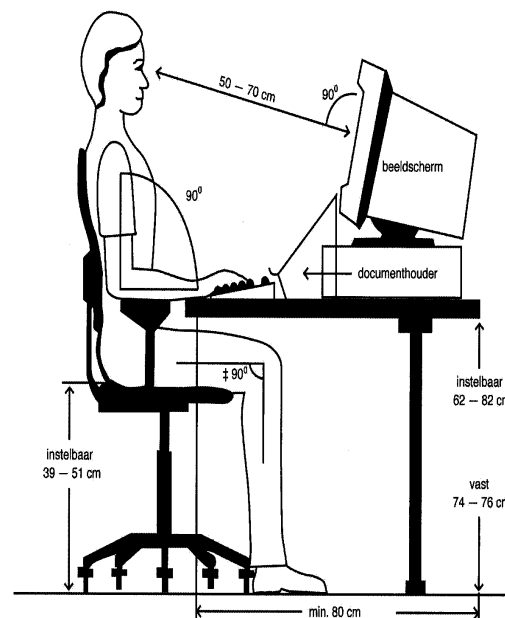
8.18. Beeldschermwerk

Statische belasting, en een ongunstige lichaamshouding komen vaak voor bij beeldschermwerk. Men spreekt van beeldscherm werk als je meer dan twee uur per dag gebruikt maakt van een computer.



Neem bij **beeldschermwerk** de volgende maatregelen:

- Neem na twee uur werk tijd voor een pauze (minstens 10 minuten) of ga iets anders doen.
- Voorkom spiegelingshinder op het beeldscherm.
- Gebruik alleen een goedgekeurde kantoorstoel.
- Zorg dat het bureau is afgesteld op de juiste werkhooft.
- Zorg voor voldoende beenruimte.
- Kleine gebruikers moeten een voetensteun gebruiken.
- Zorg voor voldoende verlichting.
- Zorg voor een juiste werkhouding ten aanzien van muis, toetsenbord en beeldscherm:
 - Plaats het toetsenbord recht voor je.
 - Klap de pootjes van het toetsenbord in.
 - Typ met een rechte stand van de polsen.
 - Leg je hand tijdens rustpauzes op het bureau neer.
 - Maak, indien mogelijk, gebruik van functietoetsen.
 - Zorg dat de muis zo dicht mogelijk bij uw lichaam ligt.
 - Bedien de muis vanuit de gehele arm, niet vanuit de pols.
 - Bedien de muis met een rechte stand van de pols.
 - Bedien de muis met een rechte en ontspannen vinger.



8.19. Aanslaan van hijslasten

Bij het aanslaan van hijslasten worden medewerker blootgesteld aan de volgende risico's:



- Bezwijken van het hijsgereedschap (te licht, versleten of beschadigd);
- Stoten van last tegen obstakels waardoor het hijsgereedschap losraakt;
- Verkeerd aanslaan van de last (bijvoorbeeld aan de punt van de hijshoek of zonder de last goed in balans te brengen);
- Losraken van onderdelen van het hijsgereedschap (splitpenen, pallen).



Neem bij het aanslaan van hijslasten de volgende maatregelen:

- Werk volgens de voorschriften.
- Communiceer voldoende en continu met de betrokkenen.
- Gebruik het juiste, goedgekeurde en onderhouden hijsgereedschap.

- Sla hijsgereedschap op in een droge- goed geventileerde ruimte (hijsbanden ophangen of op rekken leggen).
- Gebruik de onderstaande hand- en armseinen bij hijsbewegingen

A. Algemene Gebaren		
Betekenis	Beschrijving	Illustratie
BEGIN Pas op! Begin van commando	Beide armen zijn horizontaal gestrekt met de handpalmen naar boven	
STOP Onderbreking Einde van de beweging	De rechterhand is opgeheven en de rechterhandpalm naar voren gehouden	
EINDE Einde van de werkzaamheden	Beide handen zijn ter hoogte van de borst samengevoegd	

C. Horizontale bewegingen		
Betekenis	Beschrijving	Illustratie
VOORUIT	Beide armen worden gebogen, palmen worden naar binnen gehouden en met de voorarmen worden trage bewegingen naar het lichaam toe gemaakt	
ACHTERUIT	Beide armen worden gebogen, beide handpalmen worden naar buiten gehouden, met de voorarmen worden trage beweging van het lichaam af gemaakt	
NAAR RECHTS ten opzichte van de signaalgever	Met de ongeveer horizontaal gestrekte rechterarm en de naar beneden gehouden rechterhandpalm worden trage, richting aanwijzende bewegingen gemaakt	
NAAR LINKS ten opzichte van de signaalgever	Met de ongeveer horizontaal gestrekte linkerarm en de naar beneden gehouden linkerhandpalm worden trage richtingaanwijzende bewegingen gemaakt	
HORIZONTALE AFSTAND	De afstand wordt met de handen aangegeven	

B. Verticale bewegingen		
Betekenis	Beschrijving	Illustratie
HIJSEN	Met de opgeheven rechterarm en naar voren gebrachte rechterhandpalm wordt traag een cirkelbeweging gemaakt	
VIEREN	Met de naar beneden gerichte rechterarm en naar binnen gehouden rechterhandpalm wordt traag een cirkelbeweging gemaakt	
VERTICALE AFSTAND	De afstand wordt met de handen aangegeven	

D. Gevaar		
Betekenis	Beschrijving	Illustratie
GEVAAR	Beide handen opgeheven, handpalmen naar voren	
SNELLE BEWEGING	De gecodeerde, bevelende gebaren ter aangeving van de beweging worden zeer snel uitgevoerd	
TRAGE BEWEGING	De gecodeerde, bevelende gebaren ter aangeving van de bewegingen worden zeer langzaam uitgevoerd	

8.20. Weeromstandigheden (koude, neerslag & UV-straling)



Let bij weersomstandigheden op de volgende risico's/ gevaren:

- Aan het werken in de openlucht zijn risico's verbonden. Als je te lang in een koude omgeving bent, kan je onderkoeld raken. Door te werken in de zon kom je in aanraking met UV-straling. Het is belangrijk om van deze risico's op de hoogte te zijn om je doeltreffend te kunnen beschermen.
- Bij plaatselijke onderkoeling gaat het vooral om uitstekende lichaamsdelen zoals neus, oren, vingers en tenen.
- Schadelijke UV-straling kan ontstaan bij het uitvoeren van werkzaamheden in de buitenlucht en bij laswerkzaamheden. UV-straling kan leiden tot huidkanker, versnelde veroudering van de huid en oogbeschadigingen. Het is belangrijk om te weten dat:
 - Gelijktijdig gebruik van bepaalde geneesmiddelen of het gebruik van cosmeticaproducten de gevoeligheid voor UV-straling kan verhogen;
 - de gemiddelde Nederlander op een dag met matige zon tussen 12:00 en 15:00 slechts 16 minuten onbeschermd in de zon kan vertoeven;
 - UV-straling het sterkste is tussen 11:00 en 15:00 uur;
 - de mate van weerkaatsing wordt beïnvloed door o.a. water en zand.



Bij werken in de openlucht moet je op de volgende zaken letten:

- Draag bij grote temperatuurwisselingen vochttransporterend ondergoed en draag kleding in verschillende lagen. Het voordeel hiervan is dat je, bij het stijgen van de temperatuur, een laag uit kan trekken en deze weer aan kan trekken als de temperatuur daalt;
- Draag veiligheidsschoenen in combinatie met dikke, wollen sokken. Trek natte sokken zo snel mogelijk uit en vervang deze door droge sokken;
- Draag bij regen en wind dampdoorlatende (ademende), waterdichte en windbeschermende overkleding met capuchon, handschoenen en waterdichte schoenen of laarzen. Bij regen is het belangrijk dat de huid niet nat wordt. Mocht je toch nat worden, dan is het zaak deze natte kleding zo snel mogelijk uit te trekken en droge kleding aan te trekken;
- Voor de bescherming van de handen moeten goed passende handschoenen of wanten gebruikt worden. De keuze tussen handschoenen of wanten wordt bepaald door het werk wat uitgevoerd moet worden;

Bij blootstelling aan UV-straling moet je op de volgende zaken letten:

- Werk indien mogelijk in de schaduw van bomen of gebouwen;
- Draag beschermende kleding (lange mouwen, en lange broek);
- Draag een pet, liefst een pet met nekflap.
- Beperk het werken in de zon, met name tussen 11:00 en 15:00 uur;
- Smeer de onbedekte huid regelmatig in met een zonnebrandcrème met een hoge beschermingsfactor;
- Neem vaker de tijd om te rusten;
- Drink regelmatig water, zowel voor als tijdens de fysiek zware activiteit. Drink voordat je dorst krijgt.

Binnen Avitec is er een hitte protocol. Hierin staat exact beschreven welke afspraken er zijn gemaakt om op een passende wijze te werken bij warme weersomstandigheden.

8.21. Werkkleding



Risico's/gevaren bij het niet dragen van werkkleding:

- Huidcontact met gevaarlijke stoffen;
- Onderkoeling;
- Verbranding;
- Infecties als gevolg van kleine wondjes aan de huid.

Verboden:

- Werkzaamheden uit te voeren zonder de juiste werkkleding.



Waar moet je op letten?

- De werkkleding moet goed passend zijn en niet gescheurd of met flarden eraan. Behalve dat het onveilig is, is dit een slechte reclame voor het bedrijf;
- Zorg dat de werkkleding regelmatig gewassen wordt.

Wat moet/mag je doen?

- Bij werkzaamheden met brandgevaar (lassen of branden) gebruik brandvertragende kleding;
- gebruik speciale kleding als gewone kleding onvoldoende bescherming biedt, zoals doorwerkkleding (thermo ondergoed), retroreflecterende kleding, regenspaken.

8.22. Werken in de buurt van drijfzand



In drijfzand kan men niet verdrinken. Aangezien de dichtheid van drijfzand groter is dan van het menselijk lichaam, zullen mensen drijven in of op drijfzand. Wanneer je eenmaal in het drijfzand terecht komt is het erg lastig om hier uit te komen. Zo helpt het niet om te proberen jezelf eruit te trekken door te "stampen" met de voeten. Dit resulteert enkel in het dieper zakken.

- Ga indien mogelijk plat op je rug liggen. Op deze wijze ligt de borstkas minder diep waardoor ademen makkelijker blijft.
- Alarmeer indien mogelijk zo snel mogelijk de hulpdiensten. Dit om andere gevaren als verhogering, overmatige blootstelling aan de zon, onderkoeling of verdrinking door stromend water, zoveel mogelijk te beperken.

8.23. Zorgvuldig graven



Graafwerkzaamheden kunnen kabels, leidingen en buizen in de grond beschadigen. Dit kan een gevaarlijke situatie opleveren voor machinist, grondwerker en de directe omgeving.

Verboden:

- Werkzaamheden uit te voeren zonder Klic melding en als de ligging van kabels en leidingen niet is gecontroleerd.



Waar moet je op letten?

- Graaf alleen als er een Klic-melding is gedaan.
- Graaf alleen als de ligging van kabels en leidingen is gecontroleerd.
- Graaf alleen na een duidelijke instructie over de ligging van kabels en leidingen.
- Graaf proefsleuven en bespreek de bevindingen.
- Als de situatie niet helder is: vraag om nadere informatie bij de netbeheerder.
- Meld afwijkingen en beschadigingen aan de netbeheerder.
- Ken de gevaren en gevolgen van graafschade.
- Anticipeer op de omgeving, mogelijke kabels en leidingen in de grond welke niet op de Klic-melding zijn aangemerkt, bijv. stroomkasten, lantaarnpalen, riolen, e.d.
- EN: Staak het werk onmiddellijk als je een explosief vindt en meldt dit bij de uitvoerder.
- Werk op een veilige afstand van de rand van een talud of ingraving, zodat er geen gevaar is voor instorten en/of afglijden bij slechte weersomstandigheden.

Graaf zorgvuldig of graaf niet!

9. Algemene regels

9.1. Algemene Veiligheidsregels

- Mijd onveilige situaties en beperk risicovolle handelingen, hierdoor worden veiligheidsrisico's tot een minimum beperkt.
- Zorg dat je bekend bent met veiligheidsregels ter plekke en pas deze ook toe. Ze zijn niet voor niets opgesteld.
- Zorg ervoor dat -wanneer je in teamverband werkt- iedereen op de hoogte is van de veiligheidsregels en procedures. Spreek elkaar -en derden- erop aan wanneer er niet veilig gehandeld wordt.
- Werk altijd netjes en ruim de werkplek op bij het verlaten daarvan.
- Gebruik de PBM waar zij voor bedoeld zijn en zorg dat de PBM-set altijd compleet en in goede staat is.
- Werk alleen met gekeurd gereedschap en materieel.
- Werk uitsluitend met gereedschap en middelen waar je de werking van kent. Vraag wanneer je onzeker bent over bepaalde situaties informatie bij deskundigen, maar neem bij twijfel nooit risico's.
- Ken de calamiteiten procedure, dit voorkomt onduidelijkheden bij ongevallen.
- Meld ongelukken en bijna-ongelukken, hieruit kan lering getrokken worden.

9.2. House Keeping

Een goede vorm van housekeeping zorgt voor een schone werkplek. Voorkom en/of beperk het ontstaan van afval zoveel mogelijk. Afval dient zo veel mogelijk gescheiden te worden naar soort zodat een kostenbesparende, effectieve en snelle afvoer en/of verwerking mogelijk is.

Lege verpakkingen zoals zakken, vaten en dergelijke dien je mee te nemen naar de zaak of op het werk op te slaan op daarvoor bestemde plaatsen. Let op olielekages, koelvloeistoflekages of overtollige hoeveelheden vetten van je machine/bedrijfsauto. Lekages dienen zo spoedig mogelijk worden gerepareerd.

9.3. Orde en netheid

Ordelijk en net werken kan een heleboel ongevallen voorkomen. Orde en netheid zijn punten waar iedereen zijn steentje aan bij dient te dragen.

Om orde en netheid te krijgen is het van belang, dat je houdt aan de volgende punten:

- Houd de vloer vrij van gereedschap, afval, etc.
- Deponeer oud ijzer, vuil, afval en oud papier in de daarvoor bestemde containers.
- Berg klein materiaal op in kistjes of bakken.
- Berg gereedschap en materiaal op de juiste wijze op.
- Bewaren en opslaan van materialen dient zo te geschieden dat daaruit geen brand kan ontstaan.
- Houd looppaden, etc. vrij van kabels, snoeren en slangen.
- Wees zuinig op je gereedschap.
- Houdt uitgangen en toegangen altijd vrij van obstakels zodat bij een calamiteit direct gebruik kan worden gemaakt van de vluchtwegen.
- Zorg er ook voor dat de bereikbaarheid van de brandblussers altijd optimaal is.
- Zorg ervoor dat de bedrijfsauto van binnen netjes is.

10. Melden van ongevallen, incidenten, calamiteiten en onveilige handelingen/situaties

Alle incidenten, die hebben geleid tot een ongeval, schade, aantasting van het milieu en/of bijna-ongeval dien je direct te melden bij de uitvoerder en/of de KAM manager. Het melden is noodzakelijk om achter de oorzaak van de incidenten te komen, zodat maatregelen genomen kunnen worden om herhaling in de toekomst te voorkomen. Voor het melden van incidenten dient gebruik te worden gemaakt van de Veilig Vakwerk app.

10.1. Melden van ongevallen met ernstig letsel

Ongevallen met ernstig letsel, waarbij medische hulpverlening direct ter plaatse noodzakelijk is, meld je via een intern alarmnummer (afhankelijk van de opdrachtgever) of via het landelijke alarmnummer 112.

Ernstige ongevallen moeten door de organisatie gemeld worden aan de Nederlandse Arbeidsinspectie. Er is sprake van een ernstig arbeidsongeval als iemand aan de gevolgen van het ongeval overlijdt of ernstig lichamelijk of geestelijk letsel oploopt. Van ernstig letsel is sprake als een slachtoffer schade aan de gezondheid heeft opgelopen die leidt tot opname in een ziekenhuis ter behandeling of ter observatie. Ook persoonlijk letsel die van blijvende aard is valt onder ernstig letsel.

10.2. Melden van bijna-ongevallen

Meldt ook bijna-ongevallen middels de Veilig Vakwerk app of rechtstreeks aan de uitvoerder en/of KAM manager. Bedenk dat het verschil tussen een ongeval of bijna-ongeval vaak een kwestie is van geluk. Door bijna-ongevallen te melden en hiervan te leren, kunnen maatregelen worden genomen om herhaling te voorkomen.

10.3. Melden van brand

Als je brand ontdekt op je werklocatie, dan meld je dit direct aan de opdrachtgever/uitvoerder of via het landelijke alarmnummer 112. Probeer hierna de beginnende brand te blussen tot dat de BHV-er of brandweer is gearriveerd. Denk hierbij aan je eigen veiligheid en ga niet kijken bij de brand als de brandweer aan het blussen is. Het is gevaarlijk en je belemmert tevens het bestrijden van de brand.

Als er een ontruimingsalarm wordt gegeven, verlaat dan de werklocatie en volg de ontruimingsinstructies van de BHV-ers op.

10.4. Melden van onveilige handelingen en/of –situaties

Onveilige handelingen en/of –situaties zijn meestal een gevolg van menselijke fouten. Wanneer je een onveilige handeling constateert, spreek dan de betreffende persoon hierop aan. Meldt tevens de onveilige handelingen in de Veilig Vakwerk app en/of bij je leidinggevende.

10.5. Verbetervoorstellen of klachten

Verbetervoorstellen of klachten met betrekking tot veiligheid, gezondheid en milieu dienen gemeld te worden in de Veilig Vakwerk app en bij de uitvoerder en/of KAM manager. Hierdoor kan er mogelijk lering uit de melding getrokken worden.