



VGM-HANDBOEK

Koninklijke Oosterhof Holman

Versie 2
Januari 2023

Denk groter. 

Inhoud

H1 Veiligheid maak je samen!

- 1.1 MaxiApp
- 1.2 8 Verwachtingen
- 1.3 Risico's in kaart brengen
- 1.4 Scholing en opleiding
- 1.5 Veiligheidsregels
- 1.6 Elkaar aanspreken
- 1.7 Onveilige situaties en incidenten
- 1.8 Voorlichting en instructie
- 1.9 Persoonlijke beschermingsmiddelen
- 1.10 Arbeidsmiddelen
- 1.11 Alcohol, drugs en medicijnen
- 1.12 Verbetervoorstellen

H2 Wie doet wat?

- 2.1 Leidinggevenden
- 2.2 VGM-Coach
- 2.3 Bedrijfshulpverlener
- 2.4 KAM-afdeling
- 2.5 Veiligheidskundige
- 2.6 Ondernemingsraad
- 2.7 KAM-Commissie
- 2.8 Arbodienst
- 2.9 Preventiemedewerker
- 2.10 Vertrouwenspersoon
- 2.11 Klachtencommissie

H3 Algemene regels

- 3.1 Regels op projectlocaties
- 3.2 Terreinregels bedrijfsterreinen
- 3.3 Orde en netheid
- 3.4 Opslag materiaal

H4 Belonen en handhaven

- 4.1 Beloningen
- 4.2 Sancties

H5 Extra aandacht doelgroepen

- 5.1 Bezoekers
- 5.2 Jongeren
- 5.3 Zwangere vrouwen
- 5.4 Anderstaligen
- 5.5 Nieuwe medewerkers
- 5.6 Ingehuurde medewerkers

H6 Calamiteiten

- 6.1 Bereid je voor!
- 6.2 Alarmkaart/bedrijfsnoodplan
- 6.3 Bedrijfshulpverlening (BHV)
- 6.4 Ongevallen
- 6.5 Milieu-incidenten
- 6.6 Melden via de MaxiApp

H7 Persoonlijke beschermingsmiddelen

- 7.1 Algemeen
- 7.2 Pictogrammen
- 7.3 Werkkleding
- 7.4 Reflecterende kleding
- 7.5 Veiligheidsschoeisel
- 7.6 Veiligheidshelm
- 7.7 Oog- en gelaatsbescherming
- 7.8 Gehoorbescherming
- 7.9 Handbescherming
- 7.10 Persoonlijke meetapparatuur
- 7.11 Adembescherming
- 7.12 Persoonlijke Valbeveiliging
- 7.13 Reddingsvest

H8 Arbeidsmiddelen

- 8.1 Voordat je begint
- 8.2 Keuring van arbeidsmiddelen
- 8.3 Onderhoud en reparatie
- 8.4 Werkkleding en arbeidsmiddelen

H9 Gevaarlijke stoffen, biologische agentia

- 9.1 Gevaarlijke stoffen
- 9.2 Gevaarlijke stoffen zonder etiket
- 9.3 Veiligheidsinformatiebladen
- 9.4 CMR-stoffen
- 9.5 Asbest
- 9.6 Dieselmotoremissies
- 9.7 Kwartsstof
- 9.8 Chroom-6
- 9.9 Houtstof
- 9.10 Lasrook
- 9.11 Biologische agentia
- 9.12 Coronavirus

H10 Fysische factoren

- 10.1 Lawaai
- 10.2 Trillingen
- 10.3 Warme en zonnige weersomstandigheden
- 10.4 Koude en natte weersomstandigheden

H11 Fysieke belasting

- 11.1 Tillen
- 11.2 Ongunstige werkhoudingen
- 11.3 Repeterende bewegingen
- 11.3 Beeldschermwerk

H12 Bijzondere risico's

- 12.1 Contact met machines en voertuigen
- 12.2 Verontreinigde grond en grondwater
- 12.3 Ontpofbare oorlogsresten
- 12.4 Alleen werken
- 12.5 Harde wind en storm
- 12.6 Onweer

H13 Specifieke werkzaamheden

- 13.1 Werken op of langs het water
- 13.2 Werken langs de weg
- 13.3 Werken in de avond en nacht
- 13.4 Werken nabij kabels en leidingen
- 13.5 Werken met elektriciteit
- 13.6 Werken in besloten ruimte
- 13.7 Werken in putten en sleuven
- 13.8 Werken op hoogte
- 13.9 Hijswerkzaamheden
- 13.10 Kantoorwerkzaamheden/thuiswerk

H14 Milieuzorg

- 14.1 Opslag van gevaarlijke
- 14.2 Omgaan met afvalstoffen
- 14.3 Voorkomen van bodemverontreiniging
- 14.4 Maatregelen voor beperken van CO₂-emissies
- 14.5 Flora- en faunabescherming

N.B. Overal waar 'hij' en 'hem' staat, kan dit ook gelezen worden als 'zij' en 'haar'.

8 VEILIGHEIDS VERWACHTINGEN

WIJ VERWACHTEN DAT JIJ:

- 1 VEILIGHEIDSREGELS NALEEFT
- 2 ONVEILIG GEDRAG BESPREEKBAAR MAAKT
- 3 EEN LMRA DOET VOORDAT JE BEGINT MET WERKEN
- 4 EEN ONVEILIGE SITUATIE OPLOST EN MELDT
- 5 ACTIEF DEELNEEMT AAN VOORLICHTING EN INSTRUCTIE
- 6 VOORGESCHREVEN PBM GEBRUIKT
- 7 NIET WERKT ONDER INVLOED VAN ALCOHOL OF DRUGS
- 8 VEILIGHEIDSVERBETEROORSTELLEN DOET



Koninklijke
oosterhofholman



VEILIGHEID
MAAK JE SAMEN!

Vooraf

Met dit handboek willen we je wegwijs maken in het VGM-beleid van ons bedrijf. Je vindt in het handboek de basisregels die gelden voor elke Oosterhof Holman medewerker, ingeleende medewerkers en onderaannemers.

In dit handboek behandelen we de meest voorkomende risico's van onze werkzaamheden. We kunnen onmogelijk alles compleet behandelen. We verwachten van jou daarom een proactieve houding. Dit betekent dat je zelf op zoek gaat naar aanvullende veiligheidsinformatie als dat nodig is voor jouw werkzaamheden. Een goed beginpunt is de bibliotheek met toolboxen. Maar je kunt ook terecht met vragen bij je leidinggevende of de KAM-afdeling.

MISSIE 0/0

Ons ultieme doel is het bieden van een veilige werkplek met een vooruitstrevende veiligheidscultuur aan al onze medewerkers wat resulteert in 0 ongevallen en incidenten en 0 schade aan gezondheid. We noemen dit missie 0/0.

H1 Veiligheid maak je samen!

We zien veiligheid als een integraal onderdeel van onze dagelijkse bedrijfsvoering. Het is geen op zichzelf staand taakveld en niet iets van alleen de directie, een afdeling of één persoon. Veiligheid is een verantwoordelijkheid van ons allemaal. Veiligheid vergroten we doordat we niet alleen zélf aan veiligheid werken, maar dit ook vragen van de organisaties met wie we samenwerken. Niet voor niets is ons motto "Veiligheid maak je samen!".

1.1 MaxiApp

De MaxiApp is onze veiligheidsapp die je kunt gebruiken op je smartphone. De app is te vinden in de App Store en via Google Play. Met de MaxiApp kun je meldingen doen, het handboek lezen, inspecties uitvoeren en vastleggen, bijeenkomsten (zoals toolboxen) organiseren en/of je aanwezigheid hierbij registreren. Er is ook een toolboxbibliotheek waaruit je kunt putten. Afhankelijk van je functie zijn bepaalde modules wel of niet benaderbaar.

De MaxiApp is ook online te gebruiken via www.veiligheidmaakjesamen.nu. Een uitgebreide gebruiksaanwijzing staat op ons intranet. Mocht je vragen over de MaxiApp hebben, dan kun je contact opnemen met de KAM-afdeling.

1.2 8 Verwachtingen

Je mag van ons verwachten dat wij je de mogelijkheden bieden en alle middelen ter beschikking stellen om een veilige werkplek te kunnen creëren. We verwachten van jou een zodanige houding en gedrag dat je meewerkt om dit daadwerkelijk te realiseren. Dit hebben wij samengevat in de 8 verwachtingen. Deze gelden ook als je voor Oosterhof Holman werkt, maar bij een andere werkgever in dienst bent! Veiligheid maak je samen

1.3 Risico's in kaart brengen

1.3.1 Risico-inventarisatie en -evaluatie

Door de KAM-afdeling is een risico-inventarisatie en -evaluatie (RI&E) voor het gehele bedrijf opgesteld. Deze is goedgekeurd door gecertificeerde externe deskundigen. In de RI&E staan op bedrijfsniveau onze veiligheidsrisico's en hoe wij deze risico's beheersen. Zijn er risico's nog niet voldoende beheerst? Dan komen ze in het bijbehorende plan van aanpak, zodat ze binnen een bepaalde tijd worden opgelost. De RI&E wordt actueel gehouden door de KAM-afdeling.

1.3.2 VGM-plan

Voor de meeste projecten wordt een VGM-plan opgesteld dat tenminste de projectspecifieke VGM-risico's en beheersmaatregelen omvat. Als er een VGM-plan is opgesteld, dan dient deze te allen tijde aanwezig te zijn op het project. Je kunt het inzien om je op hoogte te stellen van bijzondere risico's. De leidinggevende ter plaatse moet het VGM-plan actueel houden. Dit wil zeggen dat als er door onvoorziene omstandigheden nieuwe risico's zijn, er beheersmaatregelen genomen moeten worden. Dit wordt vastgelegd in een aanvulling op het VGM-plan.

1.3.3 Taakrisicoanalyses

Soms moeten er taken uitgevoerd worden die nieuw zijn, die niet vaak voorkomen en/of die een hoog risico met zich meebrengen. In deze gevallen maakt het projectteam, de werkvoorbereider, de uitvoerder en/of de veiligheidskundige een Taakrisicoanalyse (TRA). Hierin staan de risico's beschreven die bij die specifieke taak horen. Je leidinggevende bespreekt de TRA met jou. Een opgestelde TRA wordt onderdeel van het VGM-plan.



1.3.4 Laatste Minuut Risico Analyse



Uiteindelijk ben je natuurlijk ook zelf verantwoordelijk voor je eigen veiligheid. Hiervoor is er de Laatste Minuut Risico Analyse (LMRA). Een LMRA doe je elke keer als je begint met je werkzaamheden. Dus ook na pauzes. Er is een handig kaartje beschikbaar met een paar simpele vragen die je allemaal met 'ja' moet kunnen beantwoorden, voordat je mag beginnen met je werkzaamheden.

LMRA

LAATSTE MINUUT RISICO ANALYSE

— STOP, DENK NA EN DOE —

Het kaartje kun je ook vinden in de MaxiApp

1.4 Scholing en opleiding

Je moet minimaal in het bezit zijn van een geldig certificaat Basisveiligheid VCA als je op een projectlocatie werkzaam bent. Als je leidinggevende bent moet je beschikken over een geldig certificaat Veiligheid voor Operationeel Leidinggevenden (VOL)-VCA. Wij bieden jou de mogelijkheid om het juiste certificaat te behalen en te behouden.

Daarnaast moet je mogelijk aanvullende veiligheidstrainingen volgen. Welke dit zijn, hangt af van je functie en van het project waar je aan het werk bent. Ook kun je aanvullende trainingen en opleidingen krijgen voor specifieke werkzaamheden met veel risico's. Voor sommige werkzaamheden moet je aantoonbaar vakbekwaam zijn. Dat betekent dat je voor het werk dat je doet bijvoorbeeld een bepaald certificaat moet hebben. Bijvoorbeeld een heftruckcertificaat als je op een heftruck rijdt, of een E-rijbewijs als je met zware aanhangers moet rijden.

1.5 Veiligheidsregels

Veiligheidsregels zijn geen suggesties! We verwachten van jou dat je je hieraan houdt! Ze zijn opgesteld om jou, je collega's en de omgeving tegen risico's ten gevolge van je werkzaamheden te beschermen. Mocht je bewust de veiligheidsregels overtreden dan kunnen er sancties volgen. Zie hoofdstuk 4.2 voor het sanctiebeleid.

1.6 Elkaar aanspreken



Als je onveilig gedrag ziet, dan verwachten wij dat je de persoon hierop aanspreekt. Het hoeft niet eens bewust onveilig gedrag te zijn. Iedereen maakt weleens een fout. Ga het gesprek aan over waarom iemand iets wel of niet doet.

Bewust onveilig gedrag, oftewel bewust de veiligheidsregel overtreden, is kwalijk en moet je melden bij je leidinggevende.

Accepteer ook dat je zelf aangesproken kunt worden op je gedrag of houding. Veiligheid maak je samen!

1.7 Onveilige situaties en incidenten

Je mag van ons verwachten dat we onveilige situaties zoveel mogelijk proberen te voorkomen. We verwachten van jou een positieve houding en gedrag ten aanzien van veiligheid. Mocht je een onveilige situatie opmerken, dan verwachten we dat je deze meteen probeert op te lossen binnen je mogelijkheden. Meld de onveilige situatie bij je leidinggevende ter plaatse. Misschien vinden jullie samen een oplossing! Ga niet aan het werk als de situatie niet veilig is.

Doe ook een melding bij de KAM-afdeling via de MaxiApp, zodat iedereen ervan kan leren en er geen herhaling kan optreden! Dit geldt ook voor het melden van bijna-ongevallen of incidenten waarbij het maar net goed ging.

1.8 Voorlichting en instructie



Wij organiseren voorlichting en instructie over VGM. Als medewerker ben je verplicht om hieraan deel te nemen. We verwachten hierbij een actieve houding en bijbehorend gedrag. We kennen de volgende bijeenkomsten.

1.8.1 Personeelsbijeenkomsten

Soms wordt er een personeelsbijeenkomst georganiseerd waarin een bepaald VGM-onderwerp aan de orde komt, bijvoorbeeld naar aanleiding van een incident. Van de personeelsbijeenkomst wordt een verslag gemaakt met presentielijst.

1.8.2 Startwerkbespreking/projectvoorlichting

Als je gaat werken op een project krijg je van je leidinggevende een startwerkbespreking, ook wel projectvoorlichting genoemd. Hierin worden regels, voorschriften en beheersmaatregelen met elkaar besproken. Je tekent ervoor dat je deze bespreking of voorlichting hebt gehad.

1.8.3 Toolboxmeetings

Tijdens een toolboxmeeting (veiligheidsoverleg op het werk) staat steeds één of meer actuele veiligheidsonderwerpen centraal. Je kunt hiervoor ook zelf onderwerpen aandragen. Houd je aan wat er tijdens de bijeenkomst besproken wordt. In de MaxiApp kun je zelf ook toolboxes vinden. Mis je een toolbox over een onderwerp, meld dit dan bij de KAM-afdeling (veiligheid@oosterhofholman.nl), zodat het toegevoegd kan worden.

1.9 Persoonlijke beschermingsmiddelen

Alle benodigde persoonlijke beschermingsmiddelen worden gratis ter beschikking gesteld. Welke dit zijn is afhankelijk van je functie en je takenpakket. We verwachten van jou dat je ze gebruikt en onderhoudt.

1.10 Arbeidsmiddelen

Je mag van ons verwachten dat je geschikte en veilige arbeidsmiddelen ter beschikking krijgt om je werkzaamheden uit te kunnen voeren. We verwachten van jou dat je arbeidsmiddelen op een juiste manier gebruikt en onderhoudt. Gebruik geen arbeidsmiddelen waarvoor je geen instructie hebt gehad. Voor sommige arbeidsmiddelen is een aanvullende opleiding nodig voordat je ze mag gebruiken (bijvoorbeeld als je moet werken op een heftruck of hoogwerker).

1.11 Alcohol, drugs en medicijnen

Werken onder invloed van alcohol en drugs is ten strengste verboden. Het kan leiden tot ontslag op staande voet. Mocht je medicijnen gebruiken die het reactievermogen beïnvloeden, meld dit dan bij je leidinggevende. Samen kunnen jullie dan zoeken naar werkzaamheden die geschikt zijn om uit te voeren.

1.12 Verbetervoorstellen

We verwachten van jou een proactieve houding op het gebied van veiligheid, gezondheid en milieu. Dus verwachten we ook dat je meedenkt over hoe we samen onze werkzaamheden nog veiliger kunnen uitvoeren. Verbetervoorstellen kun je indienen via de MaxiApp.



H2 Wie doet wat?

Binnen Koninklijke Oosterhof Holman hebben meerdere personen en afdelingen taken en verantwoordelijkheden op het gebied van veiligheid en gezondheid. In dit hoofdstuk geven we een kort overzicht.

2.1 Leidinggevenden

Op het project is de (hoofd)uitvoerder de 1e verantwoordelijke. Hij verzorgt de voorlichting van projectmedewerkers. Hij regelt het werkoverleg en organiseert toolboxbijeenkomsten. Ook bewaakt hij de veiligheidsmaatregelen en -afspraken en voert hij werkplekinspecties uit. Verder zorgt hij ervoor dat er geen onbevoegden op de werkplek komen. Je kunt bij hem terecht met vragen over veiligheid en gezondheid op de projectlocatie. Hij mag sancties opleggen als je veiligheidsregels bewust overtreedt. De projectleiders zien erop toe dat de uitvoerders hun VGM-taken effectief uitvoeren. Zij leggen op hun beurt verantwoording af aan de business unit managers, die weer onder de operationeel directeur (COO) vallen.

2.2 VGM-Coach

De VGM-coach is een collega die helpt om het veiligheidsbewustzijn te verhogen en om mee te denken over oplossingen. Dit doet hij door het gesprek aan te gaan over veiligheid, door nieuwe veiligheidszaken onder de aandacht te brengen en door acties uit te zetten die het werk veiliger maken. Heb je een veiligheidsvraagstuk en kom je er zelf niet uit of heb je een conflict hierover? Dan kan de VGM-coach je helpen. Hij is benaderbaar via ons algemene telefoonnummer 0594-280123, via het nummer op de alarmkaart in de keet of via veiligheid@oosterhofholman.nl.

2.3 Bedrijfshulpverlener

De bedrijfshulpverlener (BHV'er) is een speciaal getrainde medewerker primair voor eerste hulp bij ongevallen. Soms is hij ook betrokken bij ontruiming en brandbestrijding. Je moet de aanwijzingen van de BHV'er altijd opvolgen. Hij is te herkennen aan het logo op zijn helm. De BHV'ers op de projectlocatie of kantoor staan ook op de alarmkaart.

2.4 KAM-afdeling

Bij de afdeling Kwaliteit, Arbeidsomstandigheden en Milieu (KAM) kun je terecht met al je vragen over VGM. De KAM-afdeling bewaakt of wij aan onze wettelijke verplichtingen voldoen. De KAM-afdeling adviseert de directie over het te voeren VGM-beleid. De KAM-afdeling informeert/adviseert de VGM-commissie van de Ondernemingsraad. De KAM-afdeling beoordeelt meldingen van onveilige situaties en doet voorstellen voor verbeteringen. De KAM-coördinator zorgt ervoor dat de afdeling effectief functioneert.

2.5 Veiligheidskundige

De veiligheidskundige brengt risico's in kaart en beoordeelt werksituaties. De veiligheidskundige onderzoekt incidenten en (bijna) ongevallen en ondersteunt en adviseert medewerkers en het management over veiligheid en gezondheid.

2.6 Ondernemingsraad

De VGM-commissie van de Ondernemingsraad (OR) monitort het veiligheidsbeleid van de directie. De OR is een aanspreekpunt als je er met je leidinggevende niet uit komt. De OR kan VGM-zaken ter discussie stellen en/of uit laten zoeken. De OR kan gevraagd en ongevraagd advies geven aan de directie over VGM.

2.7 KAM-Commissie

De KAM-commissie komt 1 keer per kwartaal bij elkaar om kwesties op het gebied van onder andere veiligheid te bespreken. Leden van de commissie vertegenwoordigen de diverse groepen binnen ons bedrijf.

2.8 Arbodienst

Onze arbodienst verzorgt het PAGO (periodiek arbeidsgezondheidskundig onderzoek) en het PMO (periodiek medisch onderzoek). Verder verzorgt de Arbodienst keuringen voor speciale beroepen en werkzaamheden.

2.9 Preventiemedewerker

Samen met de bedrijfsarts en andere arbodienstverleners werkt de preventiemedewerker aan gezond en veilig werken binnen het bedrijf. De preventiemedewerker ondersteunt bij het opstellen van RI&E, werkt samen met de OR en ondersteunt bij het uitvoeren van arbomaatregelen. Bij KOHB is deze rol ondergebracht bij een veiligheidskundige van de KAM-afdeling.

2.10 Vertrouwenspersoon

Krijg je te maken met ongewenst gedrag zoals pesten, geweld, (seksuele) intimidatie of discriminatie? Dan kun je in eerste instantie terecht bij je leidinggevende. Voel je je hier niet gehoord of ga je liever naar iemand anders? Dan kan je terecht bij een interne of externe vertrouwenspersoon. De contactgegevens staan op ons intranet en in de MaxiApp. De vertrouwenspersoon behandelt alle hulpvragen in strikte vertrouwelijkheid. Elke actie wordt slechts ondernomen wanneer jij als melder daarmee instemt.

2.11 Klachtencommissie

In sommige situaties is ongewenst gedrag op de werkvloer zo ernstig dat het noodzakelijk is om een officiële klacht in te dienen bij de klachtencommissie van Oosterhof Holman. De klachtencommissie oordeelt of de klacht gegrond is. Is de klacht gegrond, dan adviseert zij aan de directie over de te nemen maatregelen. De contactgegevens staan op ons intranet en in de MaxiApp.

H3 Algemene regels

Op onze projectlocaties, werkplaatsen en kantoren gelden de volgende algemene regels.

3.1 Regels op projectlocaties

Door altijd een paar vaste maatregelen te treffen, kun je op iedere projectlocatie de veiligheid voor jou en je collega's verhogen.

- Parkeer op de daarvoor aangewezen parkeerplaatsen.
- Houd rekening met de omgeving bij parkeren op openbare parkeervoorzieningen.
- Parkeer achteruit in, zodat je overzicht hebt bij het weggrijden later.
- Houd je altijd aan de wegenverkeerswet (ook op een projectlocatie).
- Respecteer de verkeersregels.
- Houd je aan de maximumsnelheid.
- Telefoon alleen handsfree onder het rijden. Beter is nog om helemaal niet te telefoneren tijdens het autorijden.
- Telefoongebruik tijdens het uitvoeren van werkzaamheden is niet toegestaan. Móet je bellen tijdens je werk? Zorg dan dat je op een veilige plek staat.
- Meld je bij de start van een project bij de leidinggevende ter plaatse. Op sommige projecten geldt een aan- en afmeldprocedure.
- Zorg dat je altijd een geldig identiteitsbewijs bij je hebt (paspoort, ID-kaart of rijbewijs).
- Zorg ervoor dat je een projectvoorlichting hebt gehad. Vraag hier eventueel om.
- Neem de specifieke regels van de projectlocatie door.
- Gebruik altijd de voorgeschreven PBM en onderhoud deze goed.
- Controleer voor gebruik of het materieel/gereedschap gekeurd is. Er moet een geldige keuringssticker op zitten. Ook wanneer het een nieuw materieel/gereedschap betreft. Bekijk daarna de staat van onderhoud.
- Zet locaties met valgevaar of bijzondere risico's af.
- Rook alleen op plekken waar dat mag en niet op de werkplek.
- Eten en drinken doe je alleen in daartoe aangewezen schaftvoorzieningen.
- Houd toegangswegen op het project en naar je werkplek schoon.
- Gereedschappen, materialen en afval ruim je aan het einde van de werkdag op.
- Sluit de projectlocatie goed af, zodat onbevoegden geen toegang hebben.

3.2 Terreinregels bedrijfsterrainen

Op onze terreinen gelden terreinregels. Het zijn vaak drukke locaties waar veel activiteiten en verkeersbewegingen plaatsvinden. Om dit in goede banen te leiden hebben we hiervoor een aantal huisregels opgesteld.

- Meld je bij de terreinbeheerder als je werkzaamheden gaat verrichten.
- Draag de verplichte (aangegeven) PBM voor op het terrein en in de werkplaatsen. Draag in elk geval veiligheidsschoeisel. Alleen op de looppaden (aangegeven met gele belijning) is veiligheidsschoeisel niet verplicht.
- Niet roken, eten en drinken buiten de daartoe aangewezen plaatsen.
- Laden en lossen mag alleen in de daarvoor bestemde vakken.
- Rij stapvoets, telefoneer niet onder het rijden en geef voorrang aan heftrucks.
- Parkeer in de daarvoor bestemde vakken, en parkeer achteruit in.
- Houd rekening met elkaar en zet geen objecten neer op plaatsen waar iemand anders er hinder van ondervindt.

Je moet je aan deze regels houden voor je eigen veiligheid en gezondheid én die van anderen op het terrein.

3.3 Orde en netheid

Locaties waar veiligheid een hoge prioriteit krijgt zijn herkenbaar aan de orde en netheid die er heerst. Vallen en struikelen over rondslingerende restmaterialen, slangen, kabels, afval, oneffenheden etc. zijn één van de belangrijkste oorzaken voor persoonlijk letsel binnen KOHB. Een opgeruimde projectlocatie is niet het resultaat van één schoonmaakactie per week of dag. Het is een continu proces waaraan iedereen zijn steentje moet bijdragen. Met andere woorden: 'Ruim je eigen rotzooi op!'.

- Uitgliden op een gladde ondergrond komt regelmatig voor. Houd de ondergrond dan ook zo schoon en stroef mogelijk.
- Gemorste olie en vet dient direct opgeruimd te worden.
- Gevallen gereedschappen, materiaal of voorwerpen moeten direct opgeraapt worden.
- Kabels en leidingen moet zodanig gelegd worden dat niemand er over kan struikelen.
- Zorg voor gladheidsbestrijding bij winters weer.



Voor het bewerkstelligen van orde en netheid dienen er een aantal punten nauwlettend in het oog te worden gehouden, te weten:

- Toegangswegen, doorgangen, uitgangen, trappen, alsook toegangen tot schakelaars en brandblusmiddelen moeten te allen tijde worden vrijgehouden.
- Gereedschappen, middelen en materialen moeten na beëindiging van de werkzaamheden correct worden opgeborgen.
- Afvalmateriaal moet worden opgeruimd en zo nodig in speciaal daarvoor bestemde bakken worden gedeponeerd. Chemisch afval dient te worden gescheiden van het overige afval.
- Olie- en vetvlekken moeten worden verwijderd of met zand of korrels worden bestrooid ter voorkoming van uitglijden. Het zand of de korrels vallen na gebruik onder het chemisch afval.
- Voordat een cabine en/of personeelsverblijven betreden wordt, dienen de schoenen/laarzen te worden schoongemaakt en aanhangend vuil van kleding verwijderd te worden. Het is niet toegestaan om met vuile werkkleding personeelsverblijven te betreden!
- Verblijfsruimtes, schafvoorzieningen, sanitaire voorzieningen en dergelijke moeten regelmatig worden schoongemaakt.

3.4 Opslag materiaal

Om te voorkomen dat jij of iemand anders bedolven raakt onder opgeslagen grond of zand, plotseling instortende stenen, weggrollende buizen of ander materiaal, gelden de instructies:

- Sla materialen zó op dat derden, bijvoorbeeld spelende kinderen, geen gevaar lopen.
- Sla materialen zoveel mogelijk op binnen bouwhekken of een afsluitbaar terrein.
- Stapel stenen niet hoger dan 2 meter.
- Sla geen materialen op direct naast loop- of rijroutes en binnen de kroonprojectie van bomen.
- Houd minimaal 60 cm vrije ruimte rondom materialen aan bij opslag.
- Stapel buizen niet meer dan 2 á 3 hoog, afhankelijk van de diameter.
- Borg buizen en kabelhaspels tegen weggrollen.

H4 Belonen en handhaven

Als je actief en constructief meewerkt aan een veilige werkomgeving dan belonen we dit conform ons actuele beloningsbeleid. Het tegenovergestelde geldt ook. Als je afwijkt van onze 8 verwachtingen dan heeft dat consequenties.

4.1 Beloningen

Elke maand kiezen we een melder van de maand en die ontvangt een beloning. Beloningen gelden ook voor derden, zoals inhuurpersoneel of bezoekers van de bouwplaats.

Wat komt voor extra beloning in aanmerking?

- Je denkt in oplossingen en niet in problemen.
- Je hebt een situatie opgelost die een acuut gevaar voor jezelf of je collega's opleverde.
- Je zorgt ervoor dat de situatie niet weer opnieuw kan optreden.
- Een oplossing is niet zozeer technisch van aard, maar betreft verandering van gedrag.
- Je laat zien dat je communiceert over gewenst veilig gedrag, bijvoorbeeld door aanspreken;
- Je hebt aantoonbaar de veiligheidscultuur op een werk verbeterd.
- Goede voorbeelden van "zie het – zeg het – los het op" (en meld het).

4.2 Sancties

Als je bewust afwijkt van onze 8 verwachtingen dan heeft dat of een gegeven moment consequenties. Je leidinggevende, het management of KAM-functionarissen kunnen je een gele of een rode kaart geven. Een gele kaart is een officiële waarschuwing en een rode kaart betekent een sanctie. Dit klinkt formeel en dat is het ook. Je krijgt hem dan ook niet zomaar. Uiteraard kan iedereen een fout maken. Daarom is het krijgen van een gele of rode kaart afhankelijk van een aantal criteria, zoals:

- Is de overtreding bewust gedaan?
- Hoe ernstig is het opgetreden risico voor jezelf en je collega's?
- Is er eerder voor gewaarschuwd?
- Is de overtreding eenmalig of herhaaldelijk vastgesteld?

Een gele kaart wordt vastgelegd in je personeelsdossier voor een periode van 6 maanden. Na deze 6 maanden vervalt de gele kaart. Een rode kaart kun je direct krijgen of als je binnen 6 maanden een tweede gele kaart krijgt. Een rode kaart heeft tot gevolg dat je van het project wordt weggestuurd en dat je je moet melden bij de directie. De directie bepaalt dan de sanctie. Dit kan variëren van het volgen een cursus tot onbetaald verlof of in extreme gevallen zelfs ontslag op staande voet. Bezwaar maken heeft hierbij alleen zin als er geen goede veiligheidsinstructie is gegeven.

H5 Extra aandacht doelgroepen

Er zijn situaties waarbij de leidinggevende bepaalde personen extra moet ondersteunen bij het faciliteren van een veilige werkplek. Dit geldt bijvoorbeeld wanneer er bezoekers komen op een projectlocatie, wanneer iemand nieuw begint of een andere taal spreekt

5.1 Bezoekers

Krijg je bezoek? Dan ben jij verantwoordelijk voor de veiligheid van de bezoeker. Bezoekers van een projectlocatie moeten zich altijd eerst melden bij de leidinggevende ter plaatse. Deze persoon legt dan de veiligheidsregels uit.

Werk je op kantoor? Dan haal je je bezoeker zelf op in de ontvangstruimte. En bij vertrek begeleid je de bezoeker naar de uitgang.

5.2 Jongeren



Ben je jonger dan 18 jaar? Dan gelden voor jou extra regels. Je mag niet al het werk zomaar doen. Het gaat om werk dat groot gevaar kan opleveren voor je veiligheid en gezondheid. Zo mag je bijvoorbeeld niet werken met gevaarlijke stoffen of in een lawaaige omgeving. Ook gelden voor jou aparte werk- en rusttijden. Je leidinggevende moet regelmatig toezicht houden. Als je jonger bent dan 16 jaar dan mag je alleen werkzaamheden uitvoeren onder permanent toezicht van je leidinggevende.

5.3 Zwangere vrouwen

Meld je zwangerschap tijdig bij je leidinggevende. Je mag namelijk geen werkzaamheden verrichten die een nadelige invloed zouden kunnen hebben op de zwangerschap. Je kunt hierbij denken aan zwaar tilwerk, blootstelling aan gevaarlijke schadelijke stoffen en/of biologische agentia, blootstelling aan te hoge geluidsniveaus of werken in extreme hitte of kou. Bespreek met je leidinggevende wat je nog wel en niet kan doen.

5.4 Anderstaligen

Taal is het cement van een veilige werkplek. Het zorgt ervoor dat mensen elkaar begrijpen en kunnen samenwerken. Een goede communicatie is van essentieel belang om veilig te werken. Wanneer je elkaar niet begrijpt wordt de kans op een ongeval aanzienlijk groter.

Anderstaligen moeten ook effectieve voorlichting en instructie krijgen. Dit betekent in de praktijk vaak maatwerk, bijvoorbeeld het vertalen van documenten, beeldspraak of het inzetten van een tolk.

Verloopt de communicatie met een anderstalige niet optimaal? Geef dit dan aan bij je leidinggevende. Wij kunnen dan gepaste maatregelen nemen. Hierbij valt te denken aan scholing, aangepaste toolboxmeetings of extra toezicht.

5.5 Nieuwe medewerkers

Ben je nieuw bij Oosterhof Holman? Dan word je uitgenodigd voor een introductiebijeenkomst. Tijdens de bijeenkomst spreek je met verschillende personen over onderwerpen als veiligheid, gezondheid, welzijn en milieuzorg binnen Koninklijke Oosterhof Holman.

Je werkt eerst samen met een ervaren collega en onder toezicht van je direct leidinggevende, een en ander afhankelijk van je functie en ervaringsniveau.

5.6 Ingehuurde medewerkers

Uit de statistieken blijkt dat ingehuurde medewerkers een verhoogd risico hebben op ongevallen. De oorzaak hiervan is vaak een gebrek aan voorlichting en instructie. Werken er ingehuurde medewerkers bij jou op locatie? Zorg er dan voor dat ze over voldoende informatie beschikken om veilig te kunnen werken.

Ben je zelf door Koninklijke Oosterhof Holman ingehuurd? Meld je dan bij de leidinggevende ter plaatse zodat hij je voorlichting en instructie kan geven.

Ben je zelf door Koninklijke Oosterhof Holman ingehuurd? Meld je dan bij de leidinggevende ter plaatse zodat hij je voorlichting en instructie kan geven.

H6 Calamiteiten

Ondanks alle preventieve maatregelen kunnen er altijd onverwachte dingen gebeuren. Weet wat er van je verwacht wordt wanneer de nood aan de man is.

6.1 Bereid je voor!

Stel jezelf de volgende vragen ter voorbereiding op calamiteiten:

- Op welke wijze moet alarm worden geslagen?
- Welke telefoonnummers zijn belangrijk?
- Waar is de dichtstbijzijnde nooduitgang en/of vluchtweg?
- Waar zijn de EHBO-middelen en de brandblusser(s)?
- Wie zijn de BHV'ers?
- Is de werkplek goed bereikbaar voor de hulpdiensten?

6.2 Alarmkaart/bedrijfsnoodplan

Op alle projectlocaties en kantoren van Koninklijke Oosterhof Holman dient een alarmkaart of bedrijfsnoodplan aanwezig te zijn met daarop vermeld:

- Wie je moet bellen bij een calamiteit.
- Wat je moet doen bij een calamiteit.
- Wie de BHV'ers zijn op een locatie.

Deze informatie kun je ook vinden op het intranet.

6.3 Bedrijfs hulpverlening (BHV)

Op iedere projectlocatie en vestiging is minimaal 1 BHV'er (bedrijfs hulpverlener) aanwezig. De BHV'er beperkt de gevolgen van ongevallen door eerste hulp te verlenen en bestrijdt beginnende branden. Hij zorgt in noodsituaties voor het alarmeren en evacueren van werknemers en andere aanwezigen. De BHV'er(s) staat vermeld op de alarmkaart/bedrijfsnoodplan.

6.4 Ongevallen



Is er sprake van letsel?
Waarschuw de BHV'er en verleen EHBO.

Bel bij levensbedreigende situaties direct 112 en volg de instructies op.

Meld het ongeval direct aan je leidinggevende en de KAM-coördinator.

Volg de alarmkaart op voor verdere instructies. Maak foto's van de situatie en vul een ongevalsmelding in via de MaxiApp.

6.5 Milieu-incidenten



Milieu-incidenten zijn bijvoorbeeld het veroorzaken van bodem- of waterverontreiniging, schade aan flora en fauna of het vrijkomen van schadelijke emissies naar de lucht. Neem altijd direct maatregelen om verdere schade aan milieu te beperken, bijvoorbeeld een lekbak plaatsen onder een lekkende slang. Of absorptiekorrels strooien op gemorste brandstof.

Meld het milieu-incident direct aan je leidinggevende. Volg de alarmkaart voor verdere instructies. Maak foto's van de situatie en meld het milieu-incident via de MaxiApp.

6.6 Melden via MaxiApp

Kom je een onveilige situatie tegen? Dan ben je verplicht dit te melden, zodat we de situatie mogelijk op kunnen lossen en ervan kunnen leren. Meld het eerst mondeling bij de uitvoerder, daarna digitaal via de MaxiApp. Via de app kun je ook de oplossingen die jullie hebben bedacht voor onveilige situaties delen.

Je kunt de MaxiApp downloaden in de AppStore (Apple) en de PlayStore (Android). Ook kun je hem rechtstreeks via internet benaderen (www.veiligheidsmaakjesamen.nu). Ook staat er een link op intranet naar de MaxiApp.

H7 Persoonlijke Berschermingsmiddelen

Om jezelf te beschermen tegen risico's die niet anders kunnen worden opgelost gebruik je persoonlijke beschermingsmiddelen (PBM). Sommige zijn altijd verplicht. Andere PBM horen bij een specifieke taak of situatie. Welke PBM je verplicht moet gebruiken word je bij een projectvoorlichting verteld.

7.1 Algemeen

Voor PBM gelden specifieke eisen en normen. Schaf dus zelf geen PBM aan, maar bestel deze via het magazijn. PBM moeten voorzien zijn van CE-markering. Gebruik en onderhoud PBM volgens de bijgeleverde instructies.

7.2 Pictogrammen

Als door veiligheidspictogrammen een bepaald type PBM is aangegeven dan moet deze verplicht gebruikt worden! Hieronder staat een overzicht van de soorten pictogrammen die wij het meest tegenkomen (conform ISO-7010). Het overzicht is niet compleet! Er zijn nog veel meer.

			
Gehoorscherming verplicht	Veiligheidshelm verplicht	Veiligheidsschoeisel verplicht	Veiligheidsbril verplicht
			
Werkhandschoenen verplicht	Veiligheidskleding verplicht	Adembescherming verplicht	Stofmasker verplicht
			
Reddingsvest verplicht	Valbescherming verplicht	Veiligheidshesje verplicht	Gasdetector verplicht

7.3 Werkkleding

Goede werkkleding kan bijdragen aan een veilige en gezonde werkomgeving. Het houdt je warm in de winter, koel in de zomer, droog bij slecht weer, beschermt je tegen de zon en tegen blootstelling aan vuil en gevaarlijke stoffen.

Aandachtspunten:

- Draag alleen werkkleding die is verstrekt door Koninklijke Oosterhof Holman. Indien nodig krijg je brandvertragende/antistatische kleding en/of een saneringsoverall ter beschikking.
- Draag altijd een lange broek tijdens het werk. Alleen na toestemming mag hiervan worden afgeweken, bijvoorbeeld tijdens een hittegolf.
- Houd je werkkleding schoon en werk niet met kapotte werkkleding.

7.4 Reflecterende kleding

Op een projectlocatie dragen we altijd (minimaal) een reflecterend veiligheidshesje. Bij werken langs de weg gelden aanvullende eisen. Bij werken tijdens de nacht, slecht zicht, of bij een verkeerssnelheid van meer dan 90 km/u is een reflecterende lange broek en een reflecterende jas/trui met lange mouwen verplicht. Kleding moet voldoen aan de geldende richtlijnen (van Rijkswaterstaat, Prorail en dergelijke) voor wat betreft kleur en reflectie.

Aandachtspunten:

- Houd de kleding zoveel mogelijk schoon.
- Draag het strak om het lichaam.
- Draag het consequent.
- Bedek de kledingstukken niet.

7.5 Veiligheidsschoeisel

Op alle onze projectlocaties is verplicht om veiligheidsschoenen (klasse S3) of -laarzen (klasse S5) te dragen. Dit helpt je te beschermen tegen voet- of beenverwondingen door knellen, of door scherpe, vallende, omvallende of weggrollende voorwerpen. Goed schoeisel beschermt je ook tegen vocht en tegen uitglijden! Bij werken in verontreinigde grond of grondwater is een chemische resistente veiligheidslaars verplicht. Voor asfalteringswerkzaamheden zijn er speciale hittebestendige asfaltschoenen.

Klasse S3/S5 wil zeggen dat de schoen of laars een harde neus en een harde tussenzool heeft, antistatisch is, een antislipprofiel heeft en waterdicht is (S3: verhoogde waterdichtheid, S5: waterdicht). Houten klompen volstaan niet als veiligheidsschoeisel (geen klasse S3).

Aandachtspunten:

- Maak schoenen en laarzen regelmatig schoon.
- Vet schoenen regelmatig in.
- Laat je schoenen telkens goed drogen voordat je ze opbergt.
- Vervang de werkschoenen als ze versleten zijn.

7.6 Veiligheidshelm

Een veiligheidshelm is verplicht op plaatsen waarbij door stoten of door vallende, slingerende en wegvliegende objecten hoofdverwondingen kunnen ontstaan. Denk hierbij aan hijswerkzaamheden, rioleringswerkzaamheden of werkzaamheden binnen de draaicirkel van een kraan- of graafmachine.

Aandachtspunten:

- Let erop dat de gebruiksduur (over het algemeen 5 jaar) niet is overschreden. De fabricagedatum staat in de helm vermeld.
- Ruil de helm in voor een nieuwe na een zware belasting.
- Breng alleen stickers op de helm aan die daarvoor geschikt zijn bevonden.
- Draag alleen een goedpassende helm en draag hem niet achterstevoren.
- Een stootpet is geen alternatief voor de veiligheidshelm.

7.7 Oog- en gelaatsbescherming

Oog- en/of gelaatsbescherming is verplicht bij verspanende werkzaamheden (zoals boren, zagen, vijlen, draaien, slijpen, schaven, steken, hakken, breken) waar de kans is op wegvliegende deeltjes of vonken aanwezig is; bij spattende vloeistoffen, bij laswerkzaamheden en bij het werken met gevaarlijke stoffen.

Aandachtspunten:




- Ben je brildragend? Zorg ervoor dat de glazen een gelijke correctiefactor hebben als de bril die je normaal draagt. Je kunt via de afdeling M&O een veiligheidsbril op sterkte krijgen.
- Bij werkzaamheden in fel zonlicht kan ook een veiligheidszonnebril gebruikt worden.
- Een gewone bril is geen veiligheidsbril.

7.8 Gehoorbescherming

Bij werkzaamheden met een gemiddelde dagdosis van boven de 80 dB(A) is het raadzaam gehoorbescherming te dragen. Deze worden je dan ter beschikking gesteld. Boven de 85 dB(A) ben je verplicht deze te gebruiken. Je bent ook verplicht om gehoorbescherming te gebruiken als dit is aangegeven door veiligheids-pictogrammen. Dit zijn machines of locaties met een hoog geluidsniveau waar je snel boven de toegestane dagdosis zit.

Aandachtspunten:

- Gebruik de juiste (combinatie van) gehoorbeschermingsmiddelen (oordopjes, oorkappen, otoplastieken) om tot een gewenste reductie te komen.
- Reductie, bij goed gebruik, van oordoppen is 10-15 dB(A), bij gehoorkappen en otoplastieken 25 dB(A).
- Beperk je blootstellingstijd aan hoge geluidsniveaus.
- Houd gehoorbeschermingsmiddelen schoon (hygiëne).

Oordoppen bij goed gebruik 10-15 dB(A) reductie, te gebruiken tot 90 dB(A)	
Gehoorkappen bij goed gebruik 25 dB(A) reductie	
Otoplastieken bij goed gebruik 24 dB(A) reductie	

7.9 Handbescherming

Werkhandschoenen zijn verplicht bij werken met:

- gevaarlijke stoffen
- verontreinigde grond of grondwater
- scherpe of hete voorwerpen
- lassen, snijden en branden
- snoeiwerkzaamheden of andere werkzaamheden waarbij kans bestaat op handverwondingen of blootstelling aan biologische agentia

Aandachtspunten:

- Zorg voor een juist type werkhandschoenen qua beschermingsklasse en materiaal.
- Zorg ervoor dat werkhandschoenen goed passen.
- Voorkom dat je met je werkhandschoenen klem komt te zitten in draaiende delen van machines of materieel.

7.10 Persoonlijke meetapparatuur

Als je op locaties werkt waarbij mogelijk een explosieve of brandbare gassen aanwezig zijn, moet je persoonlijke gasdetectie gebruiken. Dit apparaat geeft een alarm als een veilige grenswaarde wordt overschreden.

Indien er schadelijke stoffen kunnen vrijkomen op je werklocatie, dan moet de luchtkwaliteit worden gemeten. Dit dient te gebeuren met een meetmiddel afgestemd op de te verwachten schadelijke stof. Denk hierbij aan H₂S (zwavelwaterstof) en HCN (blauwzuur).

Indien de kans bestaat op een omgeving met verminderde of vermeerderde zuurstofconcentratie (bijvoorbeeld in besloten ruimtes) dan moet je een zuurstofmeter meenemen tijdens je werkzaamheden. Bij een concentratie van minder 19% zal deze je alarmeren. Een te hoog zuurstofpercentage (>21%) vergroot het brandgevaar en is ook ongewenst.

In alle gevallen geldt dat als een meetmiddel alarm slaat je de werklocatie verlaat, je leidinggevende informeert en gezamenlijk een oplossing bedenkt om de werkzaamheden af te ronden. Eventueel na raadplegen van een deskundige.

Aandachtspunt:

- Je dient voorlichting en instructie gehad te hebben over de vereiste meetmiddelen.

7.11 Adembescherming



Adembescherming is verplicht als je moet werken in een omgeving die schadelijke stoffen bevat of kan bevatten. Dit kan bijvoorbeeld optreden bij bodemsanereringen, in riolen, in besloten ruimtes, bij werken met gevaarlijke stoffen, in zeer stoffige omgevingen of bij biovergisters.

Aandachtspunten:

- Welke type adembescherming je moet gebruiken en de bijbehorende randvoorwaarden hoor je bij een projectvoorlichting.
- Vraag het anders aan de leidinggevende ter plaatse.

7.12 Persoonlijke Valbeveiliging

Je moet verplicht persoonlijke valbeveiliging gebruiken als:

- Je meer dan 2,5 meter kunt vallen en randafscheiding niet mogelijk is en als je dichter dan 4 meter bij de rand moet werken.
- Als je in een hoogwerker of werkbak werkt.
- Als de ruimte onder je werkplek niet obstakelvrij is, je erboven moet werken (ongeacht de valafstand) en er geen randbeveiliging mogelijk is.
- Het werken met persoonlijke valbeveiliging (bijvoorbeeld een harnas met vallijn) is ook niet zonder risico's. Door verkeerd gebruik of ongekeurd materiaal kan een val zorgen voor ernstige verwondingen.

Aandachtspunten:

- Zorg dat je training en instructie hebt gehad of vraag hiernaar.
- Gebruik alleen gekeurde en gereinigde valbeveiliging.
- Zorg ervoor dat de valbeveiliging goed is geborgd.

7.13 Reddingsvest

Een reddingsvest is verplicht bij werkzaamheden op het water en bij werkzaamheden op minder dan 4 meter langs het water als er geen randbeveiliging aanwezig is. Alleen werken op het water of op een afstand van minder dan 4 meter van de waterkant is niet toegestaan. Een reddingsvest kan verdrinken voorkomen.

Aandachtspunten:

- Een reddingsvest moet voldoende drijvend en kerend vermogen hebben.
- Er zijn brandvertragende reddingsvesten beschikbaar voor laswerkzaamheden langs en op het water.
- Een reddingsvest moet voorzien zijn van geldig keuringslabel.

8 Arbeidsmiddelen

Onder arbeidsmiddelen verstaan we alle middelen die je gebruikt om je werk uit te voeren. Dit zijn bijvoorbeeld de heftruck, alle voertuigen, machines en gereedschappen, steigers, ladders, maar ook het verlengsnoer, stellingen voor de opslag van materialen, de computer op je bureau, het koffiezetapparaat in de kantine en aanhangers achter de auto.

8.1 Voordat je begint

Als je voor de eerste keer werkt met een arbeidsmiddel verwachten wij dat je de gebruikshandleiding zorgvuldig bestudeert. Vraag zo nodig om voorlichting en instructie. Voor sommige arbeidsmiddelen verzorgen wij dit standaard.

Aandachtspunten:

- Gebruik geen arbeidsmiddelen waarvoor je niet gekwalificeerd bent (zoals een heftruck of hoogwerker)
- Gebruik de veiligheidsvoorzieningen van het arbeidsmiddel en overbrug deze niet
- Controleer of en waar de noodknop zich bevindt op een machine.
- Controleer vooraf of de werkruimte vrij is van obstakels.
- Controleer of het arbeidsmiddel gekeurd is en daarna de staat van onderhoud.

8.2 Keuring van Arbeidsmiddelen



De meeste arbeidsmiddelen moeten periodiek gekeurd worden. Dat betekent dat ze worden nagekeken op defecten en correcte werking volgens een vaste methodiek. Daarna wordt met een sticker op het arbeidsmiddel aangegeven tot wanneer de keuring is.

Aandachtspunten:

- Wanneer de keuringdatum is verlopen, is het verboden om het arbeidsmiddel te gebruiken
- Een arbeidsmiddel mag ook niet meer gebruikt worden als deze zichtbaar beschadigd is.

8.3 Onderhoud en reparatie

Elk arbeidsmiddel heeft onderhoud nodig of kan reparatie vereisen. Meld storingen, defecten en gebreken direct aan je leidinggevende. Ook als je het defect zelf kan oplossen!

Aandachtspunten:

- Voer geen onderhoud of reparaties uit aan ingeschakelde machines.
- Beveiliging de machine zodanig dat ongewenst inschakelen uitgesloten is.
- Gebruik nooit perslucht in combinatie met hydraulische systemen.
- Zorg ervoor dat onderhoud en reparatie geen milieuschade opleveren, bijvoorbeeld tijdens een reparatie van een voertuig in het veld

8.4 Werkkleding en arbeidsmiddelen

Machines die draaiende delen bevatten zoals bijvoorbeeld een kolomboor, een draaibank of een as brengen risico's met zich mee. Ze kunnen namelijk delen van je kleding vastgrijpen zodat ledematen in de machine kunnen worden getrokken of kunnen worden afgekneld.

Aandachtspunten:

- Zorg voor goed passende werkkleding.
- Draag geen werkkleding met wijde mouwen.
- Draag geen werkkleding met gescheurde stof of loshangende draden.
- Draag geen handschoenen, stropdas of sjaal.
- Lange haren moeten bij elkaar gebonden worden en/of onder een pet worden gedragen.
- Draag geen armbanden, kettingen, ringen, horloges en dergelijke.

9 Gevaarlijke stoffen en biologische agentia

Tijdens je werkzaamheden kun je in aanraking komen met stoffen die schadelijk zijn voor je gezondheid en/of het milieu. Het is belangrijk dat je deze stoffen herkent en er op een verantwoordelijke manier mee omgaat. Van ons mag je verwachten dat wij gevaarlijke mogelijke stoffen inventariseren en de risico's beoordelen en producten vervangen voor een minder schadelijk alternatief waar mogelijk. Desondanks kan het voorkomen dat je met gevaarlijke producten of stoffen moet werken.

9.1 Gevaarlijke stoffen

Onjuist gebruik van chemische stoffen kan leiden tot ongelukken. Daarom is het belangrijk dat je de informatie op de etiketten op de verpakking goed leest, je weet wat de gevaarsymbolen betekenen en je het product volgens de aangegeven informatie gebruikt.

Wat de betekenis van de verschillende gevaarsymbolen is lees je hieronder. De symbolen kunnen in combinatie met elkaar voorkomen op eenzelfde product.

	<p>Ontvlambaar</p> <p>Dit etiket staat voor oxiderende gassen, vaste stoffen en vloeistoffen die brand en ontplofing kunnen veroorzaken of intensiveren.</p>
	<p>Irriterend, sensibiliserend en schadelijk</p> <p>De betekenis van dit etiket kan per product verschillen:</p> <ul style="list-style-type: none"> • veroorzaakt acute vergiftiging • veroorzaakt overgevoeligheid van de huid en huid- en oogirritatie • irriterend voor de luchtwegen • verdovend, veroorzaakt slaperigheid of duizeligheid • gevaarlijk voor de ozonlaag
	<p>Lange termijn gezondheidsgevaar</p> <p>Een stof met dit pictogram heeft één of meerdere ernstige gevolgen voor de gezondheid:</p> <ul style="list-style-type: none"> • kankerverwekkend • beïnvloedt vruchtbaarheid en het ongeboren kind • veroorzaakt verandering in erfelijk materiaal • is een inhalatieallergeen en kan bij inademing allergie, astma of ademhalingsproblemen veroorzaken • giftig voor bepaalde organen • inhaleringsgevaar, kan dodelijk/schadelijk zijn bij inademen/inslikken <p>Voor lange termijn gezondheidsgevaar bestond vóór 2013 geen symbool.</p>
	<p>Milieugevaarlijk</p> <p>Producten die – als ze in het milieu terecht komen – schadelijk zijn voor het milieu en daarin levende organismen. Deze producten kunnen bijvoorbeeld sterfte van vissen of bijen veroorzaken.</p>

	<p>Bijtend</p> <p>Een stof met dit pictogram is bijtend en kan ernstige brandwonden en oogletsels veroorzaken. De stof is ook bijtend voor metalen.</p>
	<p>Gassen onder druk</p> <p>Dit zijn samengeperste gassen en vloeibaar gemaakte gassen in gasflessen. Blootstellen aan hoge temperaturen kan brand of ontploffen tot gevolg hebben.</p> <p>Voor gassen onder druk bestond vóór 2013 geen symbool.</p>
	<p>Explosief</p> <p>Dit pictogram waarschuwt voor explosieve, zelf ontledende stoffen en organische peroxiden die bij verhitting kunnen ontploffen.</p>
	<p>Oxiderend</p> <p>Product kan bij contact met andere (brandbare) stoffen heftig reageren en ervoor zorgen dat die stoffen gaan branden.</p>
	<p>Giftig</p> <p>Chemische stoffen met dit etiket zijn acuut giftig bij contact met de huid. Inademen of inslikken kan dodelijk zijn.</p>

9.2 Gevaarlijke stoffen zonder etiket

Niet elke gevaarlijke stof is gemarkeerd. Denk aan verontreinigde bodem, aanwezigheid van asbest, chroom-6, dieselmotoremissies (DME), lasrook, kwartsstof en/of houtstof. En dan zijn er ook nog ongevaarlijke stoffen die door hun energetische eigenschappen als gevaarlijk worden geclassificeerd. Denk hierbij aan heet water of perslucht. In alle gevallen geldt dat er beheersmaatregelen genomen moeten worden om blootstelling te voorkomen.

9.3 Veiligheidsinformatiebladen

Als je werkt met gevaarlijke stoffen is het belangrijk te weten welke risico's er zijn als je met deze stoffen in aanraking komt, welke PBM je moet gebruiken en wat je moet doen bij eventuele calamiteiten. Deze informatie staat op het veiligheidsinformatieblad (VIB) dat bij elk product aanwezig moet zijn. Een samenvatting staat op het etiket van de stof of in een werkinstructiekaart (WIK). Hou je aan de beschreven veiligheidsmaatregelen en gebruik de voorgeschreven PBM.

9.4 CMR-stoffen

De term CMR-stoffen is een verzamelnaam voor Carcinogene (kankerverwekkende) stoffen, Mutagene (erfelijk materiaal aantastende) en Reprotoxische (schadelijk voor de vruchtbaarheid of het ongeboren kind) stoffen. Je mag van ons verwachten dat wij in kaart brengen met welke stoffen je werkt en of dit CMR-stoffen zijn. CMR-stoffen kunnen in veel producten zitten zoals verven en lakken, lijmen of kitten, brandstoffen of oplosmiddelen. Ook kunnen ze worden aangetroffen bij bodemsaneringen. Kwartsstof, houtstof, dieselmotoremissies worden ook aangemerkt als CMR-stof.

Als je met CMR-stoffen werkt behoor je dit te weten. Je leidinggevende informeert je hierover of je raadpleegt zelf de veiligheidsinformatiebladen die bij elke gevaarlijke stof meegeleverd dienen te worden door de fabrikant. Raadpleeg deze voor gebruik van een stof. Het staat ook op het etiket van een product. Stel vragen bij je leidinggevende of de KAM-afdeling als je iets niet kan vinden of niet begrijpt. Gebruik de voorgeschreven PBM!

Zwangere vrouwen en medewerkers onder de 18 jaar mogen niet met CMR-stoffen werken of hieraan blootgesteld worden!

9.5 Asbest

Vanwege de sterk hitte- en brandwerende werking en de slijtvastheid is er in het verleden veel gebruik gemaakt van asbest. Destijds was er nog niet veel bekend over de schadelijke effecten bij het inademen van asbeststof. Dit kan leiden tot ernstige ziektes met zelfs de dood tot gevolg.

In Nederland was het gebruik van asbest tot 1994 toegestaan. Het werd bijvoorbeeld gebruikt in asbestcementleidingen, isolatiemateriaal, dakplaten, en bitumencoating van ondergrondse leidingen. Bij het werken met deze materialen is de kans daarom aanwezig dat je asbest tegenkomt. In de bodem komen we regelmatig asbest tegen ten gevolge van legale en illegale dumpingen. Mocht je puin in de bodem tegenkomen wees dat altijd alert op de aanwezigheid van asbest!

Wat moet je doen als je onverwacht asbest tegenkomt of vermoedt?

- Stop de werkzaamheden en verlaat de werkplek.
- Waarschuw de leidinggevende. Hij zal zo nodig een deskundig bureau inschakelen om een monster te nemen.
- Werk pas weer verder wanneer alle asbest aantoonbaar is verwijderd door een daartoe bevoegd bedrijf.

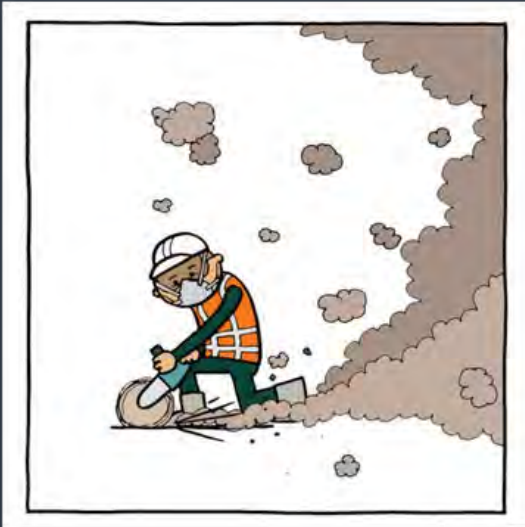
We mogen niet zelf asbest verwijderen uit objecten. Wat we (let op: alleen Oosterhof Holman Milieutechniek) wel mogen doen is asbesthoudende grond verwijderen conform CROW-400.

Uitzondering op de regel zijn asbestcementleidingen die onderdeel uitmaken van het openbare gas, riool en waterleidingnet. In dit geval zijn er enkele vrijstellingen mogelijk. Informeer bij de KAM-afdeling naar de mogelijkheden.

9.6 Dieselmotoremissies

Je kunt worden blootgesteld aan dieselmotoremissies (DME) als je in de nabijheid van draaiende dieselmotoren werkt. Dit komt in de grond-, weg- en waterbouw regelmatig voor. Roetdeeltjes uit dieselemissies zijn meer kankerverwekkend dan sigarettenrook! Als je regelmatig wordt blootgesteld aan DME kun je hiervan ziek worden. Luchtwegen en longen zijn met name kwetsbaar. Zorg dus dat je zoveel mogelijk uit dieselrook blijft. Zet dieselmotoren uit wanneer er niet mee gewerkt wordt. Draag adembescherming wanneer andere maatregelen niet mogelijk zijn.

9.7 Kwartsstof



Het vrijkomen van kwartsstof moet worden voorkomen, omdat het zeer schadelijk is voor de gezondheid. Het kan irriteren, je longen aantasten en het is kankerverwekkend.

Kwarts of siliciumdioxide (SiO_2) is een mineraal dat in grote hoeveelheden voorkomt in meerdere gesteenten. Kwarts is daarom bijna altijd aanwezig in 'steenachtige' bouwmaterialen als bakstenen, beton, cellenbeton, gips en kalkzandsteen.

Bij werkzaamheden zoals zagen, frezen en slijpen van deze materialen komt zonder maatregelen teveel kwartsstof vrij. Dit geldt ook voor het opvegen van stof na werkzaamheden, het storten van puin of bij het rijden over onverharde terrein.

Er moeten maatregelen genomen worden om vrijkomen van kwartsstof te voorkomen, zoals werken met afzuiging en/of bevochtiging. Is er echt geen enkel ander alternatief dan moet adembescherming gebruikt worden.

9.8 Chroom-6

Chroom-6 kan vrijkomen bij bewerkingen van materialen waarin chroom-6 is verwerkt, zoals het schuren van chroomhoudende verflagen, het lassen van bepaalde vormen van roestvrijstaal en het zagen van met chroom-6 geïmpregneerd hout. Bij deze laatste bewerkingen kan chroom-6 vrijkomen ingekapseld in (fijn)stofdeeltjes. Als het chroom-6 vastzit in verf op een oppervlak is het niet schadelijk voor de gezondheid, maar bij bewerking van het oppervlak kan het chroom-6 wel vrijkomen.

Blootstelling aan chroom-6 kan ernstige gevolgen hebben voor de gezondheid. Het kan kanker en/of schade aan de longen en luchtwegen veroorzaken en is verdacht schadelijk voor de vruchtbaarheid (reprotoxisch).

Voor aanvang van werkzaamheden met potentiële blootstelling moet de aan-/afwezigheid van chroom-6 gecontroleerd worden. Indien chroom-6 aanwezig is moeten maatregelen genomen worden om blootstelling te komen. Welke dit zijn wordt vastgelegd in het VGM-plan of een TRA.

9.9 Houtstof

Houtstof komt vrij bij het bewerken van hout (zagen, schuren en schaven) en brengt verschillende gezondheidsrisico's met zich mee. Stof van hardhout is officieel geclassificeerd als een kankerverwekkende stof. Andere gezondheidsrisico's zijn irritaties voor huid, ogen en slijmvliezen.

Het is dus belangrijk om zowel inademing als aanraking met houtstof te vermijden. Werken in een omgeving met houtstof brengt ook explosiegevaar met zich mee. Een halve millimeter houtstof zorgt al voor explosiegevaar. Werk dus in een stofvrije omgeving!

Om veilig te werken bij het (mogelijk) vrijkomen van houtstof neem je dezelfde maatregelen als bij het werken met kwartsstof. Houd je werkruimte schoon en stofvrij en zorg voor een schone werkruimte (stofzuigen in plaats van vegen). Gebruik ademhalingsbescherming wanneer deze maatregelen niet toereikend zijn.

9.10 Lasrook

Lasrook is een verzamelterm voor het mengsel van gassen, dampen en deeltjes dat vrijkomt bij lassen en aanverwante processen. Denk aan slijpen, gutsen, schuren en thermisch snijden. Inademen van de rook is kankerverwekkend en irriterend voor de luchtwegen en longen. Het is dus zaak om blootstelling te voorkomen.

Er bestaan verschillende maatregelen om de blootstelling aan lasrook te verlagen. Hiervoor worden bronmaatregelen ingezet, waarbij het vrijkomen van lasrook in de werkruimte wordt voorkomen door afzuiging. Bij uitzondering kan gewerkt worden met adembescherming.

9.11 Biologische agentia

Virussen, bacteriën, parasieten en schimmels, maar ook stoffen afkomstig van levende of dode organismen worden biologische agentia genoemd. Je kunt hieraan bijvoorbeeld blootgesteld worden als je werkt met bestaande rioleringen (Hepatitis bijvoorbeeld), bij biovergisters of afvalverwerkingsinstallaties, bij groenwerkzaamheden (eikenprocessierups, teken, berenklaauw), als je met afval- of oppervlaktewater in aanraking komt (ziekte van Weil). Voorkom blootstelling aan de huid en/of door inademing zoveel mogelijk.

Bij blusaspels, douches of hogedrukspuiten is er kans op besmetting met legionella. Voorkom blootstelling door inademing van aerosolen bij douches door deze voor gebruik eerst even goed door te spoelen met de spuitmond in een emmer water. Bij dagelijks gebruik is dit niet nodig.

Brandhaspels worden periodiek gecontroleerd en verzegeld. Ze zijn alleen voor gebruik in nood.

Zorg dat je de symptomen van mogelijke ziekten herkent en grijp tijdig in wanneer deze symptomen zich voordoen. Preventief inenten kan vervelende besmettingen voorkomen. We bieden je de mogelijkheid om je vrijwillig te laten inenten wanneer dit nuttig is.

9.12 Coronavirus

Bij een veilige en gezonde werkplek hoort ook het tegengaan van verspreiding van virussen op de werkvloer. De coronacrisis heeft duidelijk gemaakt hoe belangrijk dit kan zijn. Maatregelen worden op- en afgeschaald afhankelijk van de actuele situatie. Wij volgen hierbij de richtlijnen zoals vastgesteld door het RIVM.

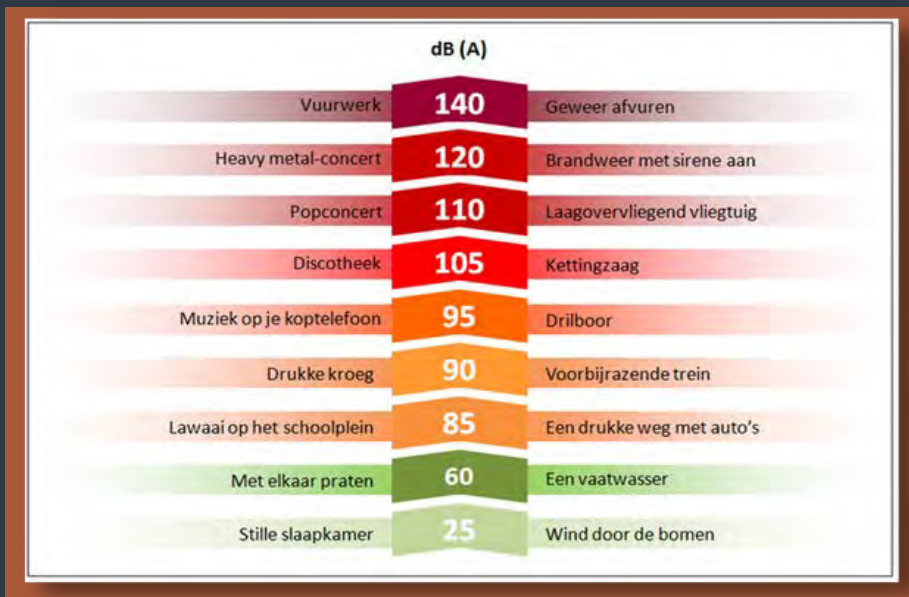
Algemene maatregelen die je kunt nemen zijn: zorg voor voldoende ventilatie, was regelmatig je handen, nies en hoest in je elleboog. Denk je Corona te hebben? Doe dan een zelftest en blijf thuis tot je weer negatief test.

10 Fysische factoren

Je werklocatie en de arbeidsmiddelen die je gebruikt zijn omgevingsfactoren die een effect kunnen hebben op je lichaam. Een koude vochtige werkplek is niet prettig om in te werken en kan gezondheidsklachten veroorzaken, net als een te warme werkplek of een ruimte waar weinig daglicht binnenkomt. Ook andere omgevingsfactoren kunnen schadelijk zijn voor je lichaam, bijvoorbeeld machines die te veel lawaai produceren, trillende apparatuur of uv-straling. Dit alles noemen we fysische factoren.

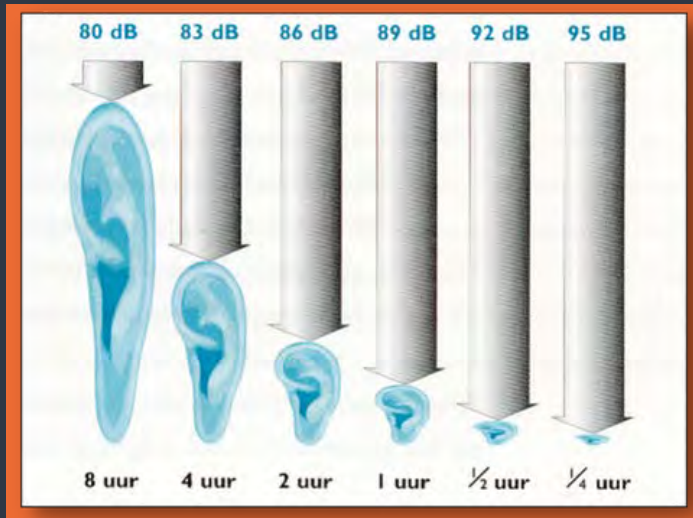
10.1 Lawaai

Geregelde, langdurige blootstelling aan lawaai op de projectlocatie kan het gehoor beschadigen. Gehoorschade is onherstelbaar! Geluid is schadelijk bij een dagdosis van 80 dB(A). Als vuistregel geldt dat als je met stemverheffing moet praten om elkaar te verstaan op 1 meter afstand, het geluidsniveau hoger is dan 80 dB(A).



De dagdosis wordt bepaald door de geluidsterkte en de blootstellingsduur. Elke 3 dB(A) betekent een verdubbeling van de geluidsterkte. Je kunt daarmee dus 8 uur lang werken bij een geluidsterkte van 80 dB(A), zonder dat gehoorschade optreedt, maar slechts 4 uur bij 83 dB(A). Het gemiddelde geluidsniveau op de projectlocatie is 90 dB(A)!

In de figuur hieronder wordt geïllustreerd hoe lang je aan een geluidsniveau blootgesteld kan worden, zonder gehoorschade op te lopen.



Aandachtspunten:

- Neem bronmaatregelen om blootstelling zoveel mogelijk te voorkomen.
- Gebruik gehoorbescherming wanneer bronmaatregelen niet mogelijk of afdoende zijn. Je bent verplicht gehoorbescherming te gebruiken als de dagdosis gemiddeld hoger is dan 85 dB(A).
- Via de afdeling M&O kun je otoplastieken verkrijgen, deze zijn op maat gemaakt.
- Een werkplek met een geluidsniveau van meer dan 85 dB(A) moet gemarkeerd worden.

10.2 Trillingen



Trillingen worden onderverdeeld in hand-armtrillingen en lichaamstrillingen. Bij langdurige blootstelling hieraan kunnen schadelijke effecten optreden. Er zijn diverse beroepen die ermee te maken krijgen zoals machinisten, chauffeurs, stratenmakers, timmerlieden en heiers.

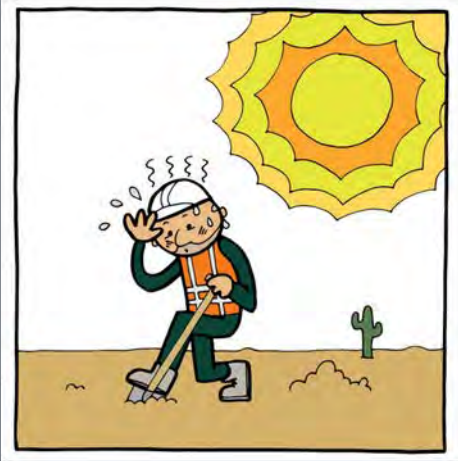
Lichaamstrillingen kunnen aandoeningen aan de lage rug en beschadiging van de wervelkolom veroorzaken. Er is sprake van blootstelling aan lichaamstrillingen als trillingen via de handen, voeten of het zitvlak binnenkomen.

Hand-armtrillingen ontstaan bij het bedienen van stotend handgereedschap, zoals sloophamers en trilstampers. Van hand-armtrillingen kun je witte en/of 'dode' vingers en gewrichtsklachten in handen en armen krijgen.

In beide gevallen geldt dat de kans op klachten wordt vergroot door een groot aantal factoren zoals hoge trillingsniveaus, lange werktijden, een koude en vochtige omgeving, lawaai, hard moeten knijpen, roken, te snel rijden op slechte ondergrond.

We verminderen blootstelling aan trillingen door de juiste keuze van arbeidsmiddelen. Zorg dat je niet de hele tijd dezelfde werkzaamheden moet uitvoeren en neem waar mogelijk trilling dempende maatregelen (bijvoorbeeld juiste stoel voor chauffeurs).

10.3 Warme en zonnige weersomstandigen



In de zomer kun je te maken krijgen met warmte en zonnige weersomstandigheden.

Te lang werken bij te hoge temperaturen is schadelijk voor de gezondheid, net als te grote blootstelling aan zonlicht (uv-straling).

Aandachtspunten:

- Pas je werkrooster aan op de weersverwachting (bijvoorbeeld eerder beginnen).
- Las extra pauzes in om af te koelen.
- Drink extra water.
- Gebruik zonnebrandcrème bij werken in de zon.
- Draag beschermende kleding en een (veiligheids)zonnebril.
- Meld gezondheidsklachten, zoals duizeligheid, hoofdpijn en misselijkheid.

10.4 Koude en natte weersomstandigen

In de winter en de herfst kun je te maken krijgen met lage temperaturen en natte weersomstandigheden. De gevoelstemperatuur kan ten gevolge van wind nog veel lager liggen. Bij koude weersomstandigheden ben je minder alert en kun je uiteindelijk last krijgen van onderkoeling met alle gevolgen van dien.

Aandachtspunten:

- Scherm de werkplek af van kou, wind of regen.
- Zorg voor goede winter- en /of doorwerkkleding.
- Zorg voor een verwarmde ruimte om tussen het werk door op te warmen (maximaal 4 x 1,5 uur werken met opwarmtijden van minimaal een kwartier).
- Pas je werkrooster aan op de weersverwachting (bijvoorbeeld later beginnen).
- Las extra pauzes in om op te warmen.
- Drink regelmatig warme dranken.
- Meld gezondheidsklachten.

11 Fysieke belasting

Je hebt tijdens je werk vrijwel altijd te maken met lichamelijke belasting. Bijvoorbeeld bij het verplaatsen van lasten (middels tillen, dragen, duwen, trekken). Er kan dan lichamelijke overbelasting ontstaan. Of er is juist sprake van onderbelasting door te weinig beweging of te lang zitten. Zowel over- als onderbelasting kan leiden tot gezondheidsklachten.

11.1 Tillen

Wanneer je vaak zware lasten moet tillen is dit belastend voor je lichaam, voor met name je rug. Hoe zwaarder en hoe vaker je tilt, hoe groter de kans op beschadiging. Rugklachten zijn erg vervelend, vooral als ze blijvend zijn. Rugklachten zijn de meest voorkomende oorzaak van ziekteverzuim en arbeidsongeschiktheid.

Probeer in eerste instantie het tillen te vermijden. Gebruik zoveel mogelijk tilhulpmiddelen, zoals bijvoorbeeld steekkarretjes of heftrucks. Verkort loopafstanden tussen locaties. Probeer het tillen op te delen in kleinere lasten. Vermijd het tillen van lasten die zwaarder zijn dan 25 kg. Zorg ervoor dat er geen obstakels in de weg staan. Wissel tilwerk af met andere taken. Vraag een collega of je het object samen kan tillen.

De juiste manier van tillen:

- Til altijd met twee handen.
- Sta recht voor het object.
- Niet te veel tegelijk tillen (twee keer lopen is verstandiger).
- Til zware lasten tussen knie- en schouderhoogte.
- Neem genoeg pauze om vermoeidheid te voorkomen.
- Luister naar je lichaam!

11.2 Ongunstige werkhoudingen

Sommige werkhoudingen en handelingen zijn extra belastend voor de spieren en gewrichten. Voorbeelden hiervan zijn: boven schouderhoogte werken, reiken, bukken, of met gedraaide rug werken. Dit soort houdingen kunnen leiden tot nek-, schouder- en rugklachten. De volgende maatregelen beperken de gevolgen van ongunstige werkhoudingen:

Aandachtspunten:

- Werk met een rechte rug.
- Werk binnen handbereik.
- Werk onder schouderhoogte.
- Beweeg je voeten en handen in dezelfde richting.
- Wissel werkzaamheden af.
- Voorkom langdurig staan.
- Neem regelmatig pauze.
- Maak gebruik van hulpmiddelen (hoogwerkers, ladders, steigers etc.)

11.3 Repeterende bewegingen

Onder repeterende handelingen worden handelingen verstaan die zich herhalen binnen 90 seconden. Denk hierbij aan stratenmaken, handmatig graven of beeldschermwerk. Deze handelingen brengen risico's met zich mee als ze minimaal 2 uur per dag of minimaal 1 uur achter elkaar uitgevoerd worden. Langdurig verrichten van repeterende handelingen kan gewrichtsklachten tot gevolg hebben.

Het risico wordt groter wanneer:

- Extra krachtsinspanning moet worden geleverd.
- De werkhouding of beweging belastend is.
- Schokken of trillingen plaatsvinden.
- Geen rustmomenten worden genomen of taken niet afgewisseld worden.
- Er precieze bewegingen worden gemaakt.
- De werkdruk of stress toeneemt.

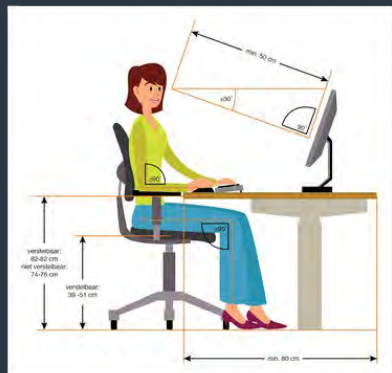
Aandachtspunten om de gevolgen van repeterende handelingen te voorkomen of verminderen:

- Zorg dat alle materialen op je werkplek binnen handbereik liggen.
- Wissel werkzaamheden af.
- Neem regelmatig pauze.
- Ontspan je spieren op rustige momenten.

11.4 Beeldschermwerk

Veel werkzaamheden worden uitgevoerd achter een beeldscherm. Dit brengt gezondheidsrisico's met zich mee, met spier- en gewrichtsklachten aan handen, polsen, armen, schouders, en/of nek. Met onderstaande maatregelen kunnen klachten zoveel mogelijk worden voorkomen:

- Wissel regelmatig van werkzaamheden. Beeldschermwerk moet na twee uur afgewisseld worden met ander werk of een pauze.
- Laptops zijn niet gemaakt om langdurig te gebruiken en vormen de grootste oorzaak van klachten. Gebruik zoveel mogelijk een dockingstation!
- Zorg dat de werkdruk niet te hoog wordt, dit voorkomt stress en RSI klachten.
- Wissel moeilijke en makkelijke taken af.
- Stel je beeldschermmeubilair af op je eigen afmetingen zoals aangegeven in de illustratie.
- Pauzeer regelmatig.
- Maak gebruik van sneltoetsen in plaats van de muis.
- Maak gebruik van een zit-statafel om zittend werk met staand werk af te wisselen.
- Werk met voldoende verlichting.



12 Bijzondere factoren

In dit hoofdstuk bespreken we een aantal bijzondere risico's waar je mee te maken kunt krijgen tijdens je werkzaamheden.

12.1 Contact met machines en voertuigen

Een belangrijk risico op projectlocaties is contact met machines en voertuigen. Daarom gelden de volgende basisregels:

- Wees zichtbaar! Draag signaalkleding en zorg dat de ramen en spiegels van de kraan en andere machines schoon zijn;
- Ga niet onder de last staan bij hijswerk;
- Niet binnen de draaicirkel van een graafmachine staan;
- Maak duidelijke afspraken over de manier van communiceren met de machinist.

12.2 Verontreinigde grond en grondwater



Bij graafwerkzaamheden kun je in aanraking komen met verontreinigde grond of grondwater. Dit kan een schadelijk effect hebben op je gezondheid. Voordat werkzaamheden in of met bodem plaatsvinden dient daarom de bodemkwaliteit bekend te zijn.

Indien er risico is op bodemverontreiniging moet dit onderzocht worden, zodat je weet of je met schone of vervuilde bodem werkt.

Er bestaat ook de kans dat je onverwacht bodemverontreiniging tegenkomt. Je ruikt vreemde geuren, ziet aparte kleuren, ziet oliekringen op het grondwater of je komt objecten (zoals puin) tegen die kunnen wijzen op bodemverontreiniging. Neem in dat geval afstand tot de werkplek en informeer je leidinggevende. Er wordt dan een bodemonderzoek ingesteld waarna verdere maatregelen genomen kunnen worden.

Als er bodemverontreiniging is aangetoond wordt hiermee rekening gehouden bij de werkzaamheden. Bij ernstige bodemverontreiniging wordt onder saneringscondities gewerkt. Hiervoor wordt een apart VGM-/uitvoeringsplan opgesteld dat goedgekeurd moet worden door een veiligheidskundige. Niet iedereen mag deze werkzaamheden uitvoeren.

12.3 Ontplofbare Oorlogsresten



Ontplofbare oorlogsresten (OO), ook wel Niet Gesprongen Explosieven (NGE) genoemd, zijn overblijfselen uit de Tweede Wereldoorlog. In gebieden waar tijdens de tweede wereldoorlog is gevochten, wordt voor het starten van grondwerk onderzoek gedaan naar de mogelijke aanwezigheid en risico's van NGE. Indien nodig worden werkzaamheden uitgevoerd onder begeleiding van specialisten. Er bestaat echter de kans dat je onverwacht explosieven aantreft. Hoewel de NGE al meer dan 70 jaar in de bodem liggen zijn ze nog steeds gevaarlijk. Ze kunnen nog steeds exploderen en de werking is minder voorspelbaar zijn geworden.

Tref je een verdacht object of explosief aan?

- Stop direct met werken;
- Blijf op afstand en houd ook anderen op afstand;
- Bel de politie: 0900 8844;
- Wacht op nadere instructies en volg deze op.

12.4 Alleen werken

Het komt vast eens voor dat je alleen aan het werk bent. Soms is dit zelfs onvermijdelijk. Wanneer je buiten het gezichtsveld of gehoorafstand van je collega's bent, ben je alleen aan het werk. Hoewel dit meestal niet leidt tot een verhoogd risico op een ongeval, kunnen de gevolgen van een ongeval zwaarder uitvallen. Je kunt niet terugvallen op een collega in een risicovolle situatie.

Tref daarom extra maatregelen om ongelukken bij alleen werken te voorkomen. Zoek naar een geschikte manier om alarm te kunnen slaan. Denk hierbij aan je mobiele telefoon.

Wat kan je doen om de veiligheid te verbeteren?

- Ga eerst na of alleen werken kan worden vermeden.
- Risicovolle werkzaamheden mogen niet alleen worden uitgevoerd worden.
- Zorg dat je altijd hoorbaar en zichtbaar alarm kunt slaan. Je kunt hierbij denken aan een mobiele telefoon of portofoon.
- Zorg voor duidelijke en goed toegankelijke vluchtroute.
- Bij enkele medische aandoeningen mag je niet alleen werken, bijvoorbeeld bij epilepsie of met bepaalde medicatie. Raadpleeg bij twijfel de bedrijfsarts.
- Je mag niet alleen werken op- of langs het water, in besloten ruimtes of als je jonger bent dan 18 jaar.

12.5 Harde wind en storm



Het kan voorkomen dat je moet werken bij harde wind of dat er storm aan zit te komen. Er is geen vaste definitie van harde wind. Mocht je hiermee te maken krijgen dan gelden de volgende aandachtspunten:

- Heb extra aandacht voor orde en netheid en ruim de projectlocatie goed op.
- Zet steigers en bouwhekken extra goed vast.
- Werk niet meer op hoogte bij harde wind en pas op met ladders en hoogwerkers.
- Hijswerkzaamheden mogen niet meer plaatsvinden.
- Pas op voor rondvliegende voorwerpen en staak de werkzaamheden als het te hard waait.
- Zorg ervoor dat materieel en materialen niet los kunnen raken of kunnen om-/wegwaaien.

12.6 Onweer

Zitten er minder dan tien seconden tussen de bliksemflits en de donder? Dan moet je direct gaan schuilen. Het onweer is dan drie kilometer bij je vandaan. Dit wordt gezien als de minimumafstand. Het werk kan weer hervat worden wanneer er vijftien minuten geen bliksemflitsen waargenomen zijn.

Tijdens onweer zit je binnen veiliger dan buiten. Ook ben je veilig in een auto/cabine. Zorg er wel voor dat ramen, deuren en dak zijn gesloten. Hou er rekening mee dat het ook tijd kost om jezelf in veiligheid te brengen. Blijf uit de buurt van steigers, bouwliften, hekken, lichtmasten en andere metalen voorwerpen.

Als het begint te onweren terwijl je in het veld staat: ga gehurkt zitten (het liefst in een greppel) en blijf uit de buurt van bomen. Ga NIET liggen. Werk je bij pijpleidingen en hoor je het donderen? Leg dan het werk direct stil en wacht tot het onweer over is.



13 Specifieke werkzaamheden

In dit hoofdstuk stippen we de grootste risico's en de beheersmaatregelen aan voor diverse specifieke werkzaamheden. Er zijn hiervoor ook toolboxes beschikbaar met meer informatie. Bekijk deze als je risicovolle werkzaamheden moet gaan uitvoeren.

13.1 Werken op of langs het water

Wanneer er op of langs het water wordt gewerkt, brengt dit risico's met zich mee en dan met name verdrinking en onderkoeling. Ook goede zwemmers kunnen in de problemen komen wanneer ze te water raken door bijvoorbeeld zware werkkleding.



Maatregelen:

- Vermijd alleen werken.
- Zorg ervoor dat de werkplek altijd goed is verlicht.
- Zorg dat reddingsmiddelen voorhanden zijn om iemand uit het water te halen.
- Aan dek: borg materieel.
- Draag altijd een reddingvest met voldoende drijfvermogen als het risico bestaat dat je in het water kunt vallen.
- Zorg dat je droge kleding en handdoeken bij je hebt op de projectlocatie.

13.2 Werken langs de weg

Veel van onze werkzaamheden vinden plaats langs de weg. Het is hierbij belangrijk om goed op je eigen veiligheid en de veiligheid van de weggebruiker te letten. Houd altijd aandacht voor werkruimte en veiligheidsruimte! Een groot risico is aanrijdgevaar door eigen materieel en door weggebruikers.



Aandachtspunten:

- Plaats afzettingen en neem verkeersmaatregelen volgens de CROW 96a/b.
- Besteed aandacht aan werkruimte en veiligheidsruimte.
- Ga niet zelf het verkeer regelen.
- Draag kleding die bijdraagt aan de zichtbaarheid voor verkeer en collega's.

13.2 Werken in de avond en nacht

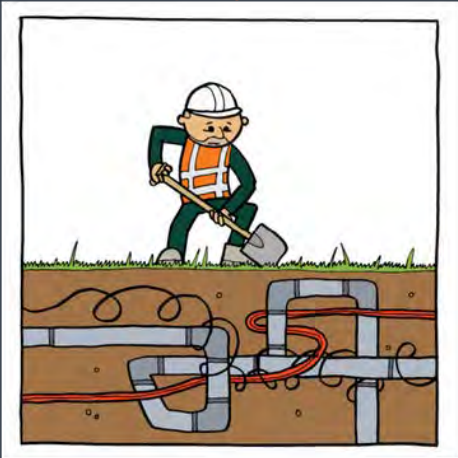
Om verkeersincidenten te voorkomen en stremmingen te beperken wordt er steeds vaker in de nacht gewerkt. Werken in de nacht brengt een aantal risico's met zich mee. Zo wordt het dag-nachtritme van het lichaam verstoord. Dit kan leiden tot negatieve gezondheidseffecten zoals slaapproblemen, hoge bloeddruk en stress. Het risico op incidenten is ook groter in de nacht vanwege de duisternis.

Je mag van ons verwachten dat we de hoeveelheid avond- en nachtdiensten beperken. Als het niet anders kan zorgen we voor een verantwoord werkrooster met voldoende rustmogelijkheden.

Aandachtspunten:

- Zorg daarom voldoende verlichting en gebruik reflecterende kleding.
- Begin goed uitgerust aan de nachtdienst.
- Neem tijdens de dienst om de twee à drie uur een pauze of neem, als dat kan, een korte slaappauze.
- Blijf gezond leven ook al geven nachtdiensten extra werkbelasting.
- Kijk waar mogelijke stress of slaapproblemen vandaan komen.
- Bespreek eventuele gezondheidsklachten met je leidinggevende. Samen kan dan worden gezocht naar een oplossing.

13.4 Werken nabij kabels en leidingen



Het is belangrijk om je goed voor te bereiden wanneer je graafwerkzaamheden gaat uitvoeren. Je kunt namelijk aanwezige kabels en leidingen raken.

De gevolgen hiervoor zijn veelal materiële schade, milieuvervuiling en/of persoonlijke ongevallen. Denk aan lekkages, explosie, brand, elektrocutie en milieuschade.

Iedereen die graafwerkzaamheden uitvoert, is wettelijk verplicht om dit vooraf te melden bij het kadaster middels een KLIC-melding. Zonder KLIC-melding mag je niet starten met de werkzaamheden. KLIC-informatie moet verplicht digitaal aanwezig zijn op locatie via de KLIC-app!

Als er kabels en leidingen aanwezig zijn op de plek waar je gaat graven moet je ligging hiervan controleren. De informatie die wordt aangeleverd na de KLIC-melding kan enigszins afwijken. Het is daarom belangrijk dat je controleert of de informatie klopt door het opzoeken van de kabels en leidingen. Hiervoor zijn verschillende methoden beschikbaar. Vraag hier eventueel naar bij je leidinggevende.

Heb je toch een kabel of leiding geraakt? Stop dan met graven en informeer je leidinggevende. Ligt een kabel of leiding niet op de plek waar deze volgens de KLIC zou moeten liggen? Meld dit dan in de KLIC-app en bij het kadaster. Leg ook je proefsleuven vast middels foto's en/of tekeningen.

13.5 Werken met elektriciteit

Werken met elektriciteit vergt kennis en kunde, niet iedereen mag werken met elektrische installaties. Je kunt geëlectrocuteerd worden als je niet weet wat je doet. Je mag alleen werken aan elektrische installaties en apparatuur wanneer je hiervoor een aanwijsbrief van Oosterhof Holman hebt ontvangen.

13.5 Werken in besloten ruimten



Er is geen vaste definitie voor een besloten ruimte. De gevaren in de ruimte bepalen of ze besloten is, niet de ruimte zelf, en dit zal van geval tot geval moeten worden bekeken.

Denk hierbij aan werkzaamheden in riolen en werkputten, (beton)tanks, kelders en diepe sleuven. Ruimtes waarbij kans bestaat op verstikking of waaruit het moeilijk vluchten is vallen ook onder besloten ruimtes.

Aandachtspunten:

- Het werken in besloten ruimten vergt speciale aandacht. Er moet daarom een plan en middelen aanwezig zijn om medewerkers te kunnen redden in het geval van calamiteiten. Zo nodig moet het plan geoefend worden.
- Verstikking en blootstelling aan gevaarlijke stoffen zijn de meest voorkomende oorzaken van ongevallen in besloten ruimtes. Daarom moet bij kans op een potentieel gevaarlijke atmosfeer continu geschikte meetapparatuur gebruikt worden, bijvoorbeeld voor het meten van de zuurstofconcentratie. Indien deze onder de 19% daalt mag er niet verder gewerkt worden. Meetapparatuur is beschikbaar via de materieeldienst Grijskerk.
- Er mag ook niet gewerkt worden in een atmosfeer met meer dan 21% zuurstof, omdat dit het brandgevaar enorm vergroot. Een verhoogd zuurstofpercentage kan optreden door lekkende zuurstofflessen bijvoorbeeld.
- Ook aan elektrisch gereedschap wordt in (sommige) besloten ruimten extra eisen gesteld, met name aan de gebruikte spanning: minder dan 50V wisselspanning of minder dan 120V gelijkspanning. Indien van toepassing wordt dit in het VGM-plan vastgelegd.

13.7 Werken in putten en sleuven



We hebben in onze dagelijkse praktijk veel te maken met werkputten en sleuven. Het grootste risico is instorten van de wanden met als gevolg dat je bedolven kunt raken.

Een ander risico is de beperkte vluchtmogelijkheid en de mogelijke aanwezigheid van schadelijke stoffen door onvoldoende ventilatie. Zie hiervoor de paragraaf besloten ruimten. Tenslotte moet voorkomen worden dat iemand van het maaiveld in de put of sleuf kan vallen.

Aandachtspunten:

- Werk onder een veilig talud of gebruik een veilige grondkerende constructie om instorting te voorkomen. Controleer taluds en grondkerende constructies dagelijks.
- Leg uitkomende grond of zware materialen niet vlak naast de werkput of sleuf neer. Zorg ervoor dat machines en voertuigen niet te dicht op de werkput of sleuf staan.
- Zorg voor voldoende in- en uitgangen alsmede vluchtwegen.
- Zorg dat er niemand in diepe putten of sleuven kan vallen door markeringen en afzettingen te plaatsen.

13.8 Werken op hoogte



Algemeen

Algemene maatregelen en overwegingen zijn:

- Controleer altijd je valbeveiliging, ladders, trappen, steigers en hoogwerkers, op beschadigingen en keuringsdatum.
- Zorg voor randbeveiliging en plaats eventueel vangnetten.
- Werk zoveel mogelijk vanaf een veilige plek (steiger of bordes).
- Gebruik alleen persoonlijke valbeveiliging, als collectieve valbeveiliging niet mogelijk is.
- Neem geen onnodige risico's.
- Houd je werkplek netjes en voorkom daarmee struikelgevaar.
- Zorg voor een schoprand en borging van gereedschappen, zodat de kans op vallende voorwerpen zo klein mogelijk is.

Randbeveiliging

Indien mogelijk heeft randbeveiliging de voorkeur. Plaats een geschikt middel om te voorkomen dat medewerkers van hoogte kunnen vallen.

Steigers

Gebruik alleen deugdelijk geplaatste steigers. Bouw de steiger op volgens de voorschriften van de leverancier. Voer voor het gebruik en aan het begin van de werkdag een visuele controle uit (compleet, onbeschadigd en stabiel). Verwijder bij gebruik geen onderdelen zoals verankeringen, leuning, stabilisatoren of diagonalen. Gebruik geen opstapjes, trapjes en dergelijke op het platform. In sommige gevallen is het nodig om een professionele steigerbouwer in te schakelen. In dat geval zal het in het VGM-plan vermeld staan.

Hoogwerkers

Met een hoogwerker is het mogelijk veilig en efficiënt op hoogte te werken. Let hierbij op de volgende punten:

- Gebruik alleen een hoogwerker op een egale en stevige ondergrond.
- Bedien alleen een hoogwerker als je een gedegen opleiding of instructie hebt gehad.
- Bedien de hoogwerker alleen vanuit het daarvoor bestemde platform.
- Voer geen hijswerkzaamheden uit met een hoogwerker.
- Op hoogte mag je niet uitstappen.
- Werk niet op een hoogwerker bij windkracht 6 of meer.
- Draag een veiligheidsgordel met korte lijn.

Rolsteigers

Wanneer het niet mogelijk of veilig is om met een trap te werken, kan een (rol)steiger gebruikt worden. Bij het werken met een rolsteiger, zet je de steiger altijd op de rem. Zorg altijd voor een leuning van minimaal 1 meter. Steigers moeten gekeurd zijn, en opgebouwd en gebruikt volgens de handleiding.

Ladders en trappen

Ladders en trappen mogen alleen gebruikt worden wanneer er redelijkerwijs geen veiliger arbeidsmiddel kan worden gebruikt (bijvoorbeeld een steiger of hoogwerker). Het gebruik is toegestaan als de werkhoogte lager is dan 5 meter, de klus minder dan 2 uur duurt en er niet meer dan 1 armlengte gereikt hoeft te worden. Bij een werkhoogte van meer dan 7,5 meter, meer dan 4 uren werktijd of meer dan 1 armlengte reiken is het gebruik niet toegestaan. Daartussen moet het van geval tot geval worden bekeken.

Aandachtspunten:

- Zorg voor een stabiele ondergrond en voldoende ruimte.
- Is de trap/ladder zwaarder dan 25 kilo of langer dan 4 meter, dan moet je het verplaatsen met 2 personen.
- Houd je altijd met 2 handen vast aan de trap/ladder bij klimmen/dalen.
- Niet hoger klimmen dan de vierde trede van boven klimmen.
- Beveilig ladders en trappen tegen wegglijden.

13.9 Hijswerkzaamheden

Het hijsen of heffen van lasten kan grote risico's met zich meebrengen, met name het geraakt worden door vallende lasten.

Deze paragraaf gaat over hijsen met onder andere mobiele kranen en autolaadkranen, rupskranen, wielladers en autolaadkranen, die voor (beperkte) hijswerkzaamheden worden gebruikt.

Voor zware lasten worden specialistische bedrijven ingeschakeld.



Aandachtspunten:

- Alleen daartoe opgeleide personen mogen lasten aanpakken en/of een hijswerktuig /hijsinstallatie bedienen.
- Controleer of de kraan en hijsmiddelen gekeurd zijn en of het maximum hijsgewicht op het hijsmiddel staat.
- Ga na of de kraan goed (veilig en stabiel) opgesteld staat.
- Weet welk gewicht de kettingen of hijsbanden mogen hijsen.
- Ga na of er een ingevuld kraanboek op de werkplek aanwezig is.
- Neem kennis van de hijstabel.
- Controleer vooraf de hijsbanden op defecten en scheurtjes. Werk niet met defecte banden!
- Controleer of de hijshaak voorzien is van een veiligheidslip of klep.
- Ken de weersverwachting en weet bij welke omstandigheden het werk moet worden gestaakt.
- Check voorafgaand aan het werk of de omgeving veilig is afgezet.
- Draag een veiligheidshelm, signaalkleding en veiligheidsschoeisel buiten de cabine.
- Check of de werkplek voor de machinist, vanuit de cabine, goed te overzien is.
- Ga pas aan het werk als er iemand aanwezig is die de machinist aanwijzingen geeft (hijsbegeleider).
- Ga pas aan het werk als onderling tussen betrokkenen (hijsbegeleider, machinist, grondwerkers) goede werkafspraken en afspraken over communicatie zijn gemaakt.
- Check of de werkplek voldoende verlicht is.
- Hijs nooit lasten over personen heen.
- Zet de LMB (lastmomentbeveiliging) NOOIT uit bij het uitvoeren van hijswerkzaamheden.

13.10 Kantoorwerkzaamheden/thuiswerk

Bij veiligheid denken we snel aan werk op een projectlocatie of in een werkplaats. Maar ook werken op kantoor of thuiswerken brengt specifieke risico's met zich mee. Denk hierbij aan lichamelijke klachten door een verkeerde zithouding of langdurig computerwerk, een onhygiënische of onoverzichtelijke werkplek, stress en/of vermoeidheid.

Aandachtspunten:

- Werk volgens de paragraaf beeldschermwerk in dit handboek.
- Richt je werkplek op de juiste manier in. Eventueel kun je hiervoor middelen ter beschikking krijgen.
- Houd je werkplek opgeruimd en schoon.
- Neem voldoende pauze, dit zorgt voor ontspanning en houd je productief.
- Meld het wanneer de werkdruk te hoog wordt. Een gezonde werkdruk is goed, maar trek aan de bel wanneer het te veel wordt.
- Bespreek het met je collega, leidinggevende of de vertrouwenspersoon als je denkt dat jijzelf of een collega een te hoge of negatieve werkdruk ervaart.



14 Milieuzorg

We streven ernaar het milieu zo min mogelijk te belasten door onze werkzaamheden. Daarom geven we je in dit hoofdstuk instructies die je kunt gebruiken om zo milieuvriendelijk mogelijk te werken.

14.1 Opslag van gevaarlijke stoffen

De opslag van gevaarlijke stoffen dient volgens de wettelijke regels plaats te vinden. Plaats gevaarlijke stoffen in of boven lekbakken als ze bodemverontreiniging kunnen veroorzaken. Zorg voor voldoende ventilatie.

14.2 Omgaan met afvalstoffen

Vrijkomende materialen, zoals sloophout, puin, staal, huisvuil en papier moeten naar aard en soort worden gescheiden en afgevoerd. Overtollig materiaal en afval dient zo spoedig mogelijk afgevoerd te worden. Met chemisch afval wordt onder andere bedoeld: resten en verpakkingen van verwerkte bouwstoffen, mortels, harsen; lijm- en verfresten, olie, oliefilters, vet, oplosmiddelen, batterijen, accu's, agressieve schoonmaakmiddelen en chemicaliën. Deze dienen in gesloten bakken of vaten te worden verzameld en afgevoerd naar een erkend verwerkingsbedrijf.

14.3 Voorkomen van bodemverontreiniging

Plaats gevaarlijke stoffen (jerrycans, smeermiddelen, verf, brandstof) etc. op een vloeistofdichte ondergrond. Op locatie moeten middelen op locatie aanwezig zijn om lekkages direct op te vangen. Voorkom morsen bij aftanken van materieelstukken. Laat lekkende machines of apparaten direct repareren.

14.1 Maatregelen voor beperken van CO₂-emissies

We willen zo weinig mogelijk CO₂ uitstoten bij het realiseren van onze projecten. Een paar simpele maatregelen die je kunt nemen om hieraan bij te dragen zijn:

- Machines, verwarming, verlichting en dergelijke uitzetten indien niet gebruikt.
- Gebruik een duurzame keet en/of elektrische arbeidsmiddelen.
- Zuinig materieel inzetten.
- Bepaal de meest efficiënte transportmethode voor bouwstoffen.
- Ga carpoolen.
- Voorlichting en instructie over beperken van CO₂-emissies, zoals het nieuwe rijden of draaien.
- Check je bandenspanning regelmatig.
- Vergader via Teams, Skype of gelijkwaardige software.

14.5 Flora- en faunabescherming

Tijdens het uitvoeren van een project kun je in aanraking komen met flora en fauna. Voorkom zoveel mogelijk dat je de natuur vernielt of verstoort en neem niets mee uit de natuur. Soms is er een ecologisch werkprotocol opgesteld voor een project. Voer de maatregelen uit die hierin beschreven staan.

Ruimte voor notities



Koninklijke
oosterhof  **holman**