

**B.C. van
der
VIS**

**AANNEMER GROND-, WATER- EN WEGENBOUW
VERHUUR GRONDVERZET MATERIEEL**



**VEILIGHEID, GEZONDHEID
EN MILIEU INSTRUCTIE**

BRAND	
Stop met wat je aan het doen bent.	 
Alarmeer iedereen in de directe omgeving	
Bepaal of de brand nog is te blussen. Besluit je te gaan blussen, doe het dan snel en volgens de instructies.	
Waarschuw de BHV of de hulpdiensten via 112. Geef in ieder geval aan: - Je naam - De locatie van de brand - Wat er in de brand staat	
Denk om je eigen veiligheid. Probeer de hoofdvoorziening van de stroom en gas af te sluiten	
Verlaat het gebouw rustig. Ga niet in de rook staan. Rook is altijd gevaarlijk.	
MILIEU INCIDENT	
Denk om je eigen en de veiligheid van anderen bij maatregelen die je neemt	 
Beëindig direct de vervuilsingsbron	
Waarschuw de directie	
PERSOONLIJK LETSEL	
Bepaal eerst of het slachtoffer veilig ligt. En of het voor jezelf veilig is om het slachtoffer te helpen.	
Beoordeel de toestand van het slachtoffer: • Is hij of zij buiten bewustzijn? • Als het slachtoffer hevig bloedt, dan kan er sprake zijn van een slagaderlijke bloeding. • Als een arm of been niet of moeilijk gebruikt kan worden, dan is er waarschijnlijk sprake van een kneuzing, ontwrichting of breuk.	
Bel de BHV of hulpdiensten via 112 als het slachtoffer niet verplaatst kan worden of ernstig gewond is. Vraag naar de ambulancezorg en geef je exacte adres. Beschrijf zo nauwkeurig mogelijk wat er aan de hand is. Een kneuzing, ontwrichting of breuk koel je met ijs in een doek. Bij een (slagaderlijke) bloeding druk je de wond dicht met een schone doek. Bij veel bloedverlies kan het slachtoffer het bewustzijn verliezen.	
BELANGRIJKE TELEFOONNUMMERS	
Alarmnummer: 112	
Bedrijfshulpverlening: 06-53281012 (Berto van der Vis)	
Als je belt geef dan altijd aan: • Je eigen naam • Locatie van de noodsituatie • Omschrijving van de noodsituatie en eventuele gewonden	

VCA* 2017/6.0

VEILIGHEID, GEZONDHEID EN MILIEU INSTRUCTIE

KAM-F-009



Alphen aan den Rijn, 19 oktober 2023

Inhoudsopgave

1. Waarom deze instructie?	3
1.1 Inleiding	3
1.2 Doel van de VGM-instructie	3
1.3 Tenslotte	3
2. Arbeidsomstandigheden	4
2.1 Bijzondere groepen: Jeugdigen	4
2.2 Bijzondere groepen: Zwangere werknemers	4
2.3 Bijzondere groepen: Ouderen (50+) en gehandicapte medewerkers	4
2.4 Bijzondere groepen: anderstalige medewerkers	4
2.5 Persoonlijke arbeidsomstandigheden	5
2.6 Preventief Medisch Onderzoek	5
2.7 Ongewenst gedrag	5
2.8 Weersomstandigheden	5
3. Voordat je begint	6
3.1 Wat je vooraf zeker moet weten!	6
3.2 LMRA	6
3.3 Orde en netheid	8
3.4 Toolboxmeetings	8
3.5 Pictogrammen (symbolen)	8
4. Risico's tijdens je werk	12
4.1 Lassen	12
4.2 Gevaarlijke stoffen	12
4.3 Werken op hoogte	13
4.4 Besloten ruimte	14
4.5 Werken met elektriciteit	14
4.6 Fysieke belasting	14
4.7 Schadelijk geluid	15
4.8 Werken met (elektrische) handgereedschappen	15
4.9 Trillingen	16
4.10 Veilig werken langs de weg	17
4.11 Stoffig werk	17
4.12 Werken onder warme omstandigheden	18
4.13 Werken onder koude omstandigheden	18
4.15 Alleen werken	19
4.16 Snijwerkzaamheden	19
5. Persoonlijke beschermingsmiddelen	21
5.1 Symbolen	21
5.2 Het dragen van bedrijfskleding	23
5.3 Van wie krijg je de PBM?	23
6. Melden van ongevallen, incidenten, calamiteiten en onveilige handelingen/ situaties	24
6.1 Melding doen	24
6.2 Verbetervoorstellen of klachten	24
6.3 Kleine blusmiddelen	24
7. Verwijzingen	25

7.1	Afkortingen	25
7.2	Referenties	25
7.3	Disclaimer	25

1. Waarom deze instructie?

1.1 Inleiding

Het is belangrijk dat je als medewerker goed op de hoogte bent van een aantal regels op het gebied van veiligheid, gezondheid en milieu (VGM). Voor Aannemersbedrijf B.C. van der Vis is aandacht voor deze gebieden vanzelfsprekend een belangrijk onderdeel van het beleid. Omdat Aannemersbedrijf B.C. van der Vis het belangrijk vindt dat je op de hoogte bent van de gemaakte afspraken, wordt deze instructie door Aannemersbedrijf B.C. van der Vis aan iedere medewerker persoonlijk verstrekt en toegelicht. Dit geldt ook voor de ZZP-medewerkers. Uitgangspunt is steeds: een zo veilig en gezond mogelijke werkplek.

Aannemersbedrijf B.C. van der Vis heeft een VGM-coördinator aangewezen. Deze persoon kun je benaderen met vragen over veiligheid, gezondheid en welzijn binnen het bedrijf.

VGM-coördinator:

Berto van der Vis
06-53281012
berto@bcvdvis.nl

1.2 Doel van de VGM-instructie

Deze VGM-instructie is bedoeld om je op de hoogte te brengen van de voorschriften, richtlijnen en werkinstructies op het gebied van Veiligheid, Gezondheid en Milieu (VGM). De instructie is bedoeld voor iedereen die werkt onder de verantwoordelijkheid van Aannemersbedrijf B.C. van der Vis. In deze VGM-instructie worden de volgende onderwerpen toegelicht:

- Aandachtspunten voor aanvang van de werkzaamheden;
- Risico's tijdens werkzaamheden;
- Persoonlijke beschermingsmiddelen;
- Melden van ongevallen, incidenten, calamiteiten en onveilige handelingen/situaties.

Per opdracht kunnen deze instructies aangevuld worden met extra voorschriften en/of een mondelinge toelichting door Aannemersbedrijf B.C. van der Vis of de opdrachtgever. Als er op de werklocatie andere of aanvullende instructies gelden, komen deze in plaats van deze instructies. Alle (ZZP-)medewerkers van/voor Aannemersbedrijf B.C. van der Vis worden geacht zich te houden aan de richtlijnen en voorschriften zoals omschreven in deze, door Aannemersbedrijf B.C. van der Vis uitgegeven, VGM-instructie. Dit bevestigt je door een VGM-verklaring te ondertekenen.

1.3 Tenslotte...

In deze instructie geven we je voorbeelden van veel voorkomende veiligheidsregels en voorschriften. Natuurlijk kunnen we niet alle mogelijke voorschriften opnemen. Wees daarom ook zelf steeds alert op de risico's en geef deze door aan je leidinggevende. Als er ernstig gevaar is voor jezelf of voor je omgeving, het gevaar onmiddellijk dreigt en je dit gemeld hebt aan je leidinggevende mag je het werk zonodig onderbreken totdat het risico weer aanvaardbaar is.

NB. Voer voor alle werkzaamheden een Laatste Minuut Risico Analyse (LMRA) uit! Dit is een verplichting.

2. Arbeidsomstandigheden

2.1 Bijzondere groepen: Jeugdigen

Onder jeugdigen vallen kinderen (de categorie die jonger is dan 16 jaar) en jongeren (16- en 17-jarigen). Zij mogen slechts onder bepaalde voorwaarden werkzaamheden uitvoeren. Bij Aannemersbedrijf B.C. van der Vis werken geen jeugdigen. De volgende algemene regels gelden ten aanzien van jeugdigen:

- Kinderen van 12 jaar en jonger mogen niet werken.
- 13-, 14- en 15-jarigen mogen niet werken, behalve de lichte werkzaamheden die wel zijn toegestaan.
- 16- en 17-jarigen mogen alle werkzaamheden doen onder voorwaarden, tenzij deze werkzaamheden verboden zijn.
- Risicovolle werkzaamheden worden niet door jeugdige werknemers uitgevoerd of alleen onder direct toezicht van een ervaren medewerker. De volgende werkzaamheden zijn verboden:
 - Werken met gevaarlijke stoffen
 - Werken op lawaaiige plekken waar de dagdosis hoger is dan 85 dB(A) (als met machines wordt gewerkt zal dit snel het geval zijn)
 - Werkzaamheden waarbij de lichaamstrillingen meer dan 0,5 m/s² bedragen of de hand- arm trillingen meer dan 2,5 m/s².
- Medewerkers vanaf 18 jaar mogen alle werkzaamheden doen.

2.2 Bijzondere groepen: Zwangere werknemers

Tijdens en vlak na de zwangerschap lopen vrouwen en het ongeboren kind extra risico's. Deze risico's kunnen onder andere samenhangen met de lichamelijke belasting, de blootstelling aan gevaarlijke stoffen, trillingen en lawaai. De volgende algemene regels gelden ten aanzien van zwangere werknemers:

- Voor de duur van de zwangerschap wordt geen zwaar werk verricht. Als er toch handmatig getild moet worden:
 - Gedurende de gehele zwangerschap en de eerste drie maanden erna niet meer dan 10 kilogram tillen (in één handeling).
 - Vanaf de 20e week niet meer dan 5 kilogram tillen (max. 10 keer per dag).
 - Vanaf de 30e week niet meer dan 5 kilogram tillen (max. 5 keer per dag).
- Geen blootstelling aan gevaarlijke stoffen en/of biologische stoffen (o.a. met de R-zinnen: R60 t/m R64)
- Geen lawaaiig werk (dagdosis max. 80 dB(A))
- Geen blootstelling extreme koude en hitte en aan sterke lichaamstrillingen en schokken
- Voor kolven of voeden wordt eventueel een ruimte beschikbaar gesteld (rustig, afsluitbaar, behaaglijk en comfortabel) en krijgt de medewerker extra pauze.

Een medewerker stelt Aannemersbedrijf B.C. van der Vis op de hoogte van een zwangerschap. In overleg met Aannemersbedrijf B.C. van der Vis zal dan gekeken worden naar de mogelijke risico's en de benodigde beschermende maatregelen. In alle gevallen zal ernaar gestreefd worden dat de zwangere medewerker zoveel mogelijk haar eigen werk kan blijven doen. Vooral nog zijn er geen zwangere medewerkers bij Aannemersbedrijf B.C. van der Vis.

2.3 Bijzondere groepen: Ouderen (50+) en gehandicapte medewerkers

Voor deze bijzondere groepen geldt dat in overleg met Aannemersbedrijf B.C. van der Vis gekeken zal worden naar de mogelijke risico's en de benodigde beschermende maatregelen. Hierbij kan gedacht worden aan aangepaste werk- en rusttijden, extra instructies, aangepaste programma's om in te werken en vrijstelling van bepaalde werkzaamheden. In alle gevallen zal ernaar gestreefd worden dat de medewerker zoveel mogelijk zijn of haar eigen werk kan blijven doen. Vooral nog zijn er geen ouderen en/ of gehandicapten in dienst bij Aannemersbedrijf B.C. van der Vis.

2.4 Bijzondere groepen: anderstalige medewerkers

Voor de bijzondere groep van anderstalige werknemers gelden waar noodzakelijk instructies in de betreffende taal en aangepaste inwerkprogramma's door medewerkers die zowel de Nederlandse als de betreffende taal voldoende beheersen. Aannemersbedrijf B.C. van der Vis werkt voornamelijk met vaste en Nederlandstalige medewerkers. Indien er toch gewerkt wordt met anderstalige medewerkers zorgt Aannemersbedrijf B.C. van der Vis voor een instructie in een voor hen begrijpelijke taal. In deze instructie dienen alle relevante informatie

met betrekking tot risico's, beheersmaatregelen, optreden in noodsituaties en specifieke veiligheidsregels te worden opgenomen.

2.5 Persoonlijke arbeidsomstandigheden

Aannemersbedrijf B.C. van der Vis geeft medewerkers de gelegenheid om over arbeidsomstandigheden te spreken met de arbodienst Verzuimteam.nl, de instantie die Aannemersbedrijf B.C. van der Vis begeleidt op het gebied van arbeidsomstandigheden. Medewerkers die vermoeden dat zij gezondheidsklachten hebben die mogelijk verband houden met het werk, kunnen met deze instantie een afspraak maken via het kantoor van Aannemersbedrijf B.C. van der Vis. Het initiatief voor een gesprek ligt bij de medewerker zelf en de inhoud van het gesprek valt onder de medische geheimhoudingsplicht. Dit geldt alleen voor eigen medewerkers en niet voor ZZP-medewerkers.

2.6 Preventief Medisch Onderzoek

Het Preventief medisch onderzoek (PMO) is een gezondheidscheck die werknemers inzicht geeft in hun psychische en fysieke gezondheid. Het doel van PMO is het vroegtijdig ontdekken van gezondheidsklachten die ontstaan door het werk. Iedere werkgever is verplicht zijn werknemers een PMO aan te bieden. Werknemers zijn niet wettelijk verplicht tot deelname aan een PMO. ZZP-medewerkers zijn zelf verantwoordelijk voor het PMO.

2.7 Ongewenst gedrag

Seksuele intimidatie, agressie en geweld, pesten en discriminatie behoren tot de ongewenste omgangsvormen op het werk en worden niet getolereerd. Aannemersbedrijf B.C. van der Vis wil al haar medewerkers en derden, dus ook de ZZP-medewerkers, beschermen tegen ongewenst gedrag. Ongewenst gedrag kan zowel voorkomen tussen werknemers, alsook leidinggevendenden, klanten, bezoekers en collega's bij het inlenende bedrijf.

Het heeft de voorkeur om problemen met ongewenst gedrag onderling op te lossen, bijvoorbeeld door met elkaar in gesprek te gaan, eventueel met bemiddeling van een leidinggevende. Is dat niet aan de orde, dan kan een klacht worden ingediend. Hiervoor heeft Aannemersbedrijf B.C. van der Vis een klachtenregeling. Natuurlijk is het ook mogelijk bij een leidinggevende een klacht in te dienen. De leidinggevende onderneemt dan verdere actie. In ernstige gevallen kan aangifte bij de politie worden gedaan.

2.8 Weersomstandigheden

Bij Aannemersbedrijf B.C. van der Vis worden wel buitenwerkzaamheden uitgevoerd waarbij klimaatomstandigheden kunnen zorgen voor onveilige of ongezonde situaties. Denk bijvoorbeeld aan onweer, harde wind, sneeuw en gladheid. Of werken in de felle zon, dat voor een ongezonde hoeveelheid UV straling kan zorgen. De volgende algemene regels gelden ten aanzien van klimaatomstandigheden:

- Ga bij onweer schuilen, bijvoorbeeld in een gebouw of in de bedrijfswagen. Schuil nooit onder een boom.
- Gebruik regenkleding bij regenachtig weer.
- Draag warme kleding als de buitentemperatuur laag is of laag aanvoelt. Bouw de kleding op uit verschillende lagen.
- Werk niet op hoogte (bijvoorbeeld klimmend of op een ladder of in een hoogwerker) bij windkracht 6 of meer of bij zware vorst, regen of onweer.
- Voorkom blootstelling aan te veel zonlicht door de huid af te schermen met kleding of anti-zonnebrandmiddel (vanaf factor 30 bij huidtype 1 en vanaf factor 15 bij huidtype 2). Gebruik een zonnebril bij (hinderlijk) zonlicht
- Drink regelmatig niet te koud water. Wacht niet tot je dorst krijgt. Neem een fles schoon water mee naar de werkplek.

3. Voordat je begint

3.1 Wat je vooraf zeker moet weten!

Voordat je begint met je werk op een voor jou onbekende werkplek, moet je eerst:

- Vaststellen welke specifieke veiligheidsregels gelden. Dit kan aan de hand van instructies van je leidinggevende en de regels en symbolen ter plekke. Als er geen duidelijke symbolen zijn en er geen leidinggevende is, moet je zelf de mogelijke gevaren inschatten. Of te wel je voert een Laatste Minuut Risico Analyse (LMRA) uit. Bij twijfel start je niet met je werk! Zorg dat je zeker weet dat je veilig kunt werken;
- Vaststellen of er een calamiteitenplan is, de vluchtwegen zijn aangegeven en waar de dichtstbijzijnde nooduitgang is;
- Vaststellen welke signalen gebruikt worden als waarschuwing voor gevaren en ontruiming van de werkplek;
- Vaststellen welke personen BHV (bedrijfs hulpverlener) en EHBO gediplomeerd zijn.

3.2 LMRA

De LMRA is belangrijk en gericht op het verder beperken van de risico's bij de uitvoering van werkzaamheden door direct voor de start van de werkzaamheden nogmaals aandacht te besteden aan de risico's en maatregelen.

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

Je bent getraind, hebt voldoende ervaring en je voorman of leidinggevende is aanwezig. Het werk en bijbehorende risico's, de instructies, de eventuele taak risico analyse (TRA) en de werkvergunning zijn met je doorgesproken en je hebt alles begrepen.

Je hebt de beschikking over de juiste gereedschappen en persoonlijke beschermingsmiddelen (PBM). Je weet waar de noodvoorzieningen te vinden zijn, hoe de windrichting is, waar de vluchtwegen zich bevinden en waar de verzamelplaatsen zijn.

Alles lijkt OK! Wat kan jou nog overkomen?

Er kunnen zich echter situaties voordoen waarin je toch geconfronteerd wordt met gevaren die in de voorbereiding over het hoofd zijn gezien. 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 zelf een "Laatste Minuut Risico Analyse" (LMRA) uit! Wanneer?

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

Hoe? 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!
3. Wat ga je er aan doen om de gevaren te vermijden?

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

Ben je leidinggevende?

Natuurlijk geef je als leidinggevende het goede voorbeeld door zelf elke keer een LMRA uit te voeren. Ook draag je het LMRA-principe uit bij collega's en zie je toe op de naleving ervan. Je zorgt voor een effectieve communicatie met je medewerkers over de bevindingen.

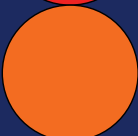
Deze methode kun je natuurlijk ook heel goed buiten het werk toepassen. Denk aan het verkeer en bij karweitjes in- en om het huis.

Voor aanvang van het werk: LMRA uitvoeren!!



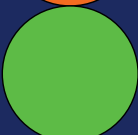
BEOORDEEL het risico!

Ga niet beginnen met het werk als de risico's naar uw oordeel niet aanvaardbaar zijn.



MAATREGELEN om het risico te verminderen!

Bepaal de te nemen maatregelen die noodzakelijk zijn om de geïdentificeerde risico's te elimineren of aanvaardbaar te maken.



NEEM ACTIE voor een veilige uitvoering!

Voer betreffende maatregelen uit om een veilige uitvoering van uw taak mogelijk te maken. Vraag om hulp, indien nodig!

BIJ TWIJFEL: NIET BEGINNEN EN OVERLEG MET UW LEIDINGGEVENDE

Voor iedereen op ieder moment van de dag.

LMRA: Laatste Minuut Risico Analyse

Om de drie stappen in het LMRA-proces goed te kunnen doorlopen, stel jezelf dan 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 Taak Risico Analyse en de werkvergunning gelezen?
- Weet ik wat ik nodig heb om het werk veilig uit te voeren en is dat ook beschikbaar (bijvoorbeeld gereedschap en beschermingsmiddelen)?
- Heb ik gecontroleerd of de omstandigheden onveranderd zijn?
- Het is mij dus echt duidelijk wat ik moet doen om incidenten te voorkomen.

3.3 Orde en netheid

Orde en netheid kan een heleboel ongevallen voorkomen. Denk hierbij o.a. aan struikelen, verstappen en uitglijden. Dit kan soms vrij ernstige gevolgen hebben zoals gebroken armen en benen, verstuikte of verzwikte enkels, hoofdwonden, wonden aan de handen en kneuzingen. Orde en netheid op de werkplek is iets waar iedereen zijn steentje aan moet bijdragen. Alle VCA-gecertificeerde bedrijven moeten werkplekinspecties houden, waarbij speciaal op orde en netheid wordt gelet. Dit geldt ook voor uw bedrijf.

Om je werkplek netjes en overzichtelijk te houden hebben we de volgende 'leefregels' opgesteld:

A. Je gereedschap en hulpmateriaal:

- o Wees zuinig op je gereedschap. Werk ermee alsof je het zelf had moeten kopen;
- o Werk met gekeurd elektrisch gereedschap;
- o Berg klein materiaal op in kistjes of bakken;
- o Ruim apparatuur, gereedschappen en materialen na het beëindigen van de werkzaamheden correct op.

B. Je werkplek:

- o Houd de vloer vrij van gereedschap, afval, etc;
- o Houd looppaden, werkterreinen, etc. vrij van kabels, snoeren en slangen;
- o Houd toegangswegen, doorgangen, uitgangen, trappen alsook toegangen tot schakelaars en brandblusmiddelen te allen tijde vrij van obstakels.

C. Afval:

- o Ruim afvalmateriaal, oud ijzer en oud papier direct op in de daarvoor bestemde afvalbakken. Denk hierbij aan het scheiden van afvalstoffen;
- o Verwijder olie- en vetvlekken met zand of absorptiekorrels en voorkom hiermee uitglijden. Behandel het zand of de gebruikte absorptiekorrels daarna als chemisch afval.

D. Hygiëne

- o Houd eet-, kleed-, en waslokalen en de toiletten in ordelijke staat (bacteriën!);
- o Was regelmatig je handen met zeep o.a. voor het (klaarmaken van) eten, na toiletbezoek en na hoesten, niezen in de handen.
- o Was altijd direct je handen met water en zeep na werkzaamheden met zink, bloed, koper en gevaarlijke stoffen.

3.4 Toolboxmeetings

Aannemersbedrijf B.C. van der Vis houdt jaarlijks minimaal 4 toolboxmeetings. Als er een toolboxmeeting wordt georganiseerd, ben je verplicht om hierbij aanwezig te zijn. Je tekent na afloop van de toolboxmeeting voor je aanwezigheid. In een toolboxmeeting worden de belangrijkste veiligheidsonderwerpen, (bijna)ongelukken en veiligheid op je werkplek besproken.

3.5 Pictogrammen (symbolen)

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

Verbodsborden			
	Verboden te roken		Vuur, open vlam en roken verboden
	Verboden voor voetgangers		Verboden met water te blussen

VEILIGHEID, GEZONDHEID EN MILIEU INSTRUCTIE

KAM-F-009

	Geen drinkwater		Geen toegang voor onbevoegden
	Verboden voor transportvoertuigen		Niet aanraken
Gebodsborden			
	Oogbescherming verplicht		Gelaatsbescherming verplicht
	Gehoorscherming verplicht		Lichaamsbescherming verplicht
	Adembescherming verplicht		Veiligheidshelm verplicht
	Handschoenen verplicht		Valbeveiliging verplicht
	Veiligheidsschoenen verplicht		
Veiligheidsvoorzieningsborden			
	Uitgang		Nooduitgang
	Vluchtweg		Eerste hulp
	Te volgen richting		Nooddouche
	Oogdouche		Telefoon voor redding

VEILIGHEID, GEZONDHEID EN MILIEU INSTRUCTIE

KAM-F-009

	Verzamelplaats		
Borden voor gevaarlijke stoffen			
	Giftige en zeer giftige stoffen		Schadelijke, irriterende en sensibiliserende (allergieën) stoffen
	Milieugevaarlijke stoffen		Bijtende of corrosieve stoffen
	Explosieve of ontplofbare stoffen		Zeer licht en licht ontvlambare stoffen
	Gassen onder druk		Oxiderende of brandbevorderende stoffen
	Gezondheidsgevaar op lange termijn; hieronder valt onder andere kanker		Asbest
Brandbestrijdingsborden			
	Ladder		Telefoon voor brandmelding
	Brandblusapparaat		Weg naar brandbestrijdingsmateriaal
	Brandslang		
Waarschuwborden			
	Algemeen gevaar		Belangrijk magnetisch veld

VEILIGHEID, GEZONDHEID EN MILIEU INSTRUCTIE

KAM-F-009

	Biologisch gevaar		Gevaar voor elektrische spanning
	Lage temperaturen		Hoge temperaturen
	Laserstraal		Niet-ioniserende straling
	Transportvoertuigen		Struikelen
	Vallen door hoogteverschil		Hangende lasten
Waarschuwborden gevaarlijke stoffen			
	Schadelijk of irriterend		Bijtend
	Explosieve stof		Giftig en asbest
	Ontvlambaar		Oxiderend
	Radioactief		Explosiegevaarlijk gebied

4. Risico's tijdens je werk

Bij het uitvoeren van je werk kunnen zich allerlei risico's voordoen. Daarom moet je altijd alert zijn: risico's ontstaan niet alleen door jezelf maar kunnen ook door anderen veroorzaakt worden! In dit hoofdstuk worden de belangrijkste risico's in je werk weergegeven. Per risico is aangegeven welke maatregelen je moet nemen om de risico's zo veel mogelijk te beperken.

De bedrijfsactiviteiten van Aannemersbedrijf B.C. van der Vis bestaan voornamelijk uit het grondverzet en overslagwerken. De werkzaamheden worden uitgevoerd in opdracht van projectontwikkelaars en gemeenten.

Er wordt alleen met werkzaamheden gestart wanneer is vastgesteld dat de omstandigheden dit op een veilige manier toelaten. Of de werkzaamheden het toelaten wordt door de (ZZP-)medewerkers zelf bepaald door het toepassen van de Laatste Minuut Risico Analyse (LMRA). Indien zij het onveilig achten dienen er eerst risicobeperkende maatregelen te worden genomen.

4.1 Lassen

Lassen kent een aantal specifieke risico's die soms verder strekken dan de lasser op het moment zelf kan overzien.

Risico's

Brand en explosie van:

- Gas/luchtmengels
- Brandbare materialen in de omgeving
- Tanks, leidingen

Bij licht en warmte:

- Beschadiging van het zichtvermogen

Bij lawaai:

- Gehoor

Hete materialen:

- Verbranding

Lasrook:

- Ademhaling

Preventie

- Zorg voor voldoende afzuiging en/ of verse lucht toevoer
- Verander regelmatig van houding om kramp, spierpijn en rugletsel te voorkomen.
- Houd een brandblusapparaat in de buurt
- Sla gasflessen niet in putten en kelders op.
- Draag PBM's:
 - Lasbril
 - Lashandschoenen
 - Laskap of indien nodig een overdruk laskap.
 - Lasschoort
 - Overall
 - Veiligheidsschoenen

4.2 Gevaarlijke stoffen

Gevaarlijke stoffen zijn te herkennen aan de etiketten op de verpakking. Zorg bij gebruik van deze gevaarlijke stoffen voor de volgende maatregelen:

Risico's

- Gezondheidsschade
- Irritatie/ontstekingen
- Vergiftiging
- Bedwelmeling
- Brand en explosie van
 - Gas/luchtmengels
 - Brandbare materialen in de omgeving
 - Tanks, leidingen
- Milieuschade

Preventie

- Bewaar de stoffen op een afgescheiden locatie.
- Zorg dat gevaarlijke stoffen bij lekkage o.i.d. niet direct in contact kunnen komen met het milieu.
- Zorg dat op de werkplek gevarencarten aanwezig zijn en lees deze voor aanvang van het werk goed door (WEET WAARMEE JE WERKT!)
- Werk uitsluitend met kleine hoeveelheden op de werkvloer, in de regel niet meer dan 1 liter tegelijkertijd.
- Zorg voor voldoende ventilatie.
- Gebruik persoonlijke beschermingsmiddelen.

- Spoel bij huidcontact met overvloedig water en volg aanwijzingen op conform de veiligheidsinformatiebladen (VIB)

4.3 Werken op hoogte

Op hoogte werken is gevaarlijk. Werken boven 2,5 meter is aan regels gebonden, dit houdt in dat er steigers of bordessen moeten zijn om op te werken. Het klimmateriaal moet gekeurd zijn.

Risico's

- Vallen van hoogte
- Vallen door de opening van een werkvloer
- Getroffen worden door een vallend voorwerp
- Een mogelijk langere vluchtweg bij calamiteiten

Preventie

Ladders:

- Zet de ladder onder een hoek van ca. 75o. (Om de goede hoek te bepalen, zet je de ladder onder tegen je voeten en vandaar tegen de muur, waarbij je armen gestrekt zijn.
- Zorg voor een oversteek van circa 1 meter.
- Werk buiten niet boven windkracht 6 op een ladder.
- Zorg ervoor dat de ladder op een vlakke ondergrond staat en wordt tegengehouden door een drempel of ladderschoenen.
- De afstand tussen een stalen ladder en elektrische leidingen of apparatuur moet minimaal 2 meter zijn.
- Betreed een ladder in telgang (linkerhand-rechtervoet, rechterhand-linkervoet).

Rolsteigers

- Zet de wielen voor gebruik vast (rem).
- Ga nooit op een pijp van de rolsteiger staan.
- Een rolsteiger moet via de binnenzijde beklommen worden.
- Neem tijdens het beklimmen geen gereedschap mee, hijs dit later omhoog.
- Een ladder mag niet op een rolsteiger gebruikt worden.
- Verplaats een steiger NOOIT wanneer er iemand op staat.

Steigers

- Vloeren op paden en steigers mogen niet glad zijn.
- De steiger mag maximaal de toelaatbare belasting dragen die op de steigerkaart staat.
- Ga voorzichtig om met gereedschappen op steigers.
- Er mag niet gewerkt worden met ladders die op steigervloeren staan.
- Onder een werkvloer

Hoogwerkers

- Lees de gebruikershandleiding voor het werken met de hoogwerker
- Bedien alleen een hoogwerker als je specifieke deskundigheid beslist (in het bezit bent van een geldig hoogwerker certificaat).

- Werk alleen met een gekeurde hoogwerker en controleer de hoogwerker voor gebruik.
- Bepaal de (bodem)gesteldheid
- Zet de plaats waar voorwerpen van hoogte kunnen vallen af
- Werk in de hoogwerker aangelijnd. Gebruik hiervoor een valbeperkende gordel.
- Verlaat een werkbak niet op hoogte: in- en uitstappen op hoogte is verboden

4.4 Besloten ruimte

Soms moet er gewerkt worden in besloten ruimten. Dit zijn ruimten die meestal niet snel verlaten kunnen worden, waarbij het dikwijls ontbreekt aan frisse lucht en het ook niet altijd mogelijk is om bescherming tegen gevaarlijke stoffen te realiseren.

Risico's

- Verstikking
- Bedwelming
- Vergiftiging
- Elektrocutie
- Verdrinking
- Beknelling
- Brand
- Verwonding door vallen, vallende voorwerpen of bewegende machinedelen

Preventie

- Sluit leidingen af.
- Vergrendel bewegende delen.
- Zorg voor goede ventilatie.
- Werk uitsluitend met veilige spanning (50V wissel, 110V gelijk).
- Zorg voor een toezichthouder en werk, indien mogelijk, niet alleen.

4.5 Werken met elektriciteit

Vrijwel iedere medewerker heeft te maken met elektriciteit en dus ook met de risico's daarvan. De gevolgen van een ongeval met elektriciteit kunnen groot zijn (dodelijk). Daarom is speciale aandacht hiervoor erg belangrijk.

Risico's

- Onder stroom komen te staan.
- Het uitbreken van brand of zelfs explosies.
- Schrikreactie met als gevolg stoten of vallen.

Preventie

- Controleer verlengkabels en snoeren regelmatig. Gebruik het niet bij mankementen of beschadigingen
- Gebruik alleen gekeurd elektrisch gereedschap
- Zorg dat je deskundig bent om te handelen (bij twijfel navragen, niet proberen!)
- Handel zorgvuldig (gemakzucht of stoer doen: bijvoorbeeld werken 'onder spanning'; doe dit niet!)
- Controleer voor je begint de aardverbindingen

4.6 Fysieke belasting

Het verplaatsen van objecten is iets dat bijna dagelijks plaats vindt. Het verkeerd belasten van je lichaam kan ernstige gevolgen hebben. Het is daarom belangrijk om te weten hoe je moet tillen.

Risico's

Verkeerd tillen kan diverse gevolgen hebben, variërend van een buikslijmvlies-ontsteking tot chronische rugklachten

Preventie

- Buk/til niet onnodig, gebruik hulpmiddelen
- Ga recht voor de last staan; til nooit met gedraaide rug

- Houd de last zo dicht mogelijk tegen je lichaam, voorkom dat je ver moet reiken
- Buig door de knieën, houd de rug zoveel mogelijk recht, til rustig en vanuit je benen.
- Til niet teveel:
 - Maximaal 23 kilo voor één persoon en;
 - Maximaal 46 kilo voor twee personen;
 - Boven de 46 kilo gebruik maken van hulpmiddelen.
- Kijk uit waar je loopt, let op obstakels en gladde vloeren
- Breng afwisseling in je lichaamshouding
- Gebruik je lichaamsgewicht bij het duwen en trekken
- Zorg voor een goede conditie. Luister naar je lichaam, je weet zelf het beste wat je rug wel en niet kan hebben.

4.7 Schadelijk geluid

Tijdens het uitvoeren van werkzaamheden kan het lawaainiveau de dagdos van 80dB(A) gemakkelijk overschrijden. Als je schade aan je gehoor oploopt, gaat dat nooit meer over. Het kan hooguit erger worden. Het is daarom belangrijk de blootstelling aan geluid te beperken. Let bij schadelijk geluid op de volgende geluidsnormen:

- Bij 80 dB(A) kan lawaai schadelijk zijn als je er langdurig in moet werken. Dat is wetenschappelijk aangetoond. De werkgever is daarom vanaf die geluidssterkte verplicht om gehoorbescherming te geven.
- Vanaf 85 dB(A) moeten de werknemers de gehoorbescherming verplicht dragen.

Risico's

- Gehoorbeschadiging

Preventie

- Breng de gehoor beschermende middelen aan voordat je de ruimte betreedt of voordat het lawaai geproduceerd wordt
- Controleer voordat je lawaaiërende machines gebruikt of iedereen in je omgeving gehoor beschermende 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

4.8 Werken met (elektrische) handgereedschappen

Verwondingen opgelopen tijdens het gebruik van (elektrische) handgereedschappen kunnen zeer ernstig zijn. De oorzaken van deze verwondingen zijn onder andere: oneigenlijk gebruik van gereedschappen, het niet gebruiken van PBM, gebruik van ongeschikt gereedschap, gebrek aan onderhoud, verkeerde kleding.

Risico's

- Verwondingen aan vingers, handen en ogen

Preventie

- Gebruik voor het werk altijd het juiste stuk gereedschap
- Gebruik persoonlijke beschermingsmiddelen
- Controleer het gereedschap regelmatig op defecten
- Meld 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 aanwezig zijn
- Controleer of het elektrisch gereedschap dubbel geïsoleerd is (twee in elkaar geplaatste vierkantjes geven aan dat het apparaat dubbel geïsoleerd is)
- Draagbare lampen en dergelijke, die niet dubbel geïsoleerd zijn, moeten van een lage voltage zijn
- 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 jaarlijks keuren volgens NEN 3140

4.9 Trillingen

Veel medewerkers komen in aanraking met trillingen en schokken. Denk bijvoorbeeld aan het werken op machines of het werken met trilplaten. Afhankelijk van de wijze waarop trillingen en schokken het menselijk lichaam kunnen beïnvloeden en van de eigenschappen van de trillingen en schokken, kunnen verschillende effecten onderscheiden worden.

Risico's

- Gezondheidsklachten aan de rug, schouders en armen
- Vermoeidheid
- Duizeligheid, evenwichtsstoornissen en blindheid
- Storingen in de bloedsomloop
- Afwijkingen aan de gewrichten

Preventie

- Gebruik bij voorkeur trillingarm apparaten.
- Taken worden afgewisseld en pauzes worden ingelast
- Maatregelen nemen om duw/ en knijpkracht om het gereedschap te bedienen zo laag mogelijk te houden
- Apparatuur wordt regelmatig onderhouden en vervangen
- Voorlichting en instructie over het juiste gereedschap voor de juiste taak
- Antivibratie handschoenen beschikbaar stellen

- Als je regelmatig wordt blootgesteld aan hoge trillingsniveaus dien je regelmatig door een gezondheidskundige te worden onderzocht.

4.10 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.

Risico's

- Lichamelijk letsel als gevolg van onbedoeld contact met verkeersdeelnemers

Preventie

- 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.
- Zorg voor een opgeruimd werkvak.
- 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.
- Plaats afzettingen op de juiste plek. 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.
- 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 je leidinggevende.
- Meld onveilige situaties bij de leidinggevende of de uitvoerder.

4.11 Stoffig werk

Langere tijd in stoffige ruimtes of situaties werken is slecht voor de gezondheid en kan tot gezondheidsklachten leiden. Stof kan tot diep in de longen doordringen en ziektekiemen of giftige stoffen in het lichaam brengen.

Risico's

- Eczeem, irritaties en ontstekingen van de huid en ogen
- Geïrriteerde longen en luchtwegen, stoflongen
- Kanker (asbest, kwartsstof, stof van hardhout en dieselrook)

Preventie

- Kies indien mogelijk een andere werkmethode
- Laat materiaal zo veel mogelijk op maat aanleveren.
- Gebruik gereedschap met goede afzuiging en indien mogelijk watertoevoer.
- Zorg voor voldoende ventilatie.

- Maak de werkplek regelmatig en goed schoon.
- Houd stoffige werkzaamheden zo veel mogelijk gescheiden van stofarme/stofvrije werkzaamheden.
- Beperk het verblijf in stoffige omgevingen door het werk anders te organiseren.
- Gebruik persoonlijke beschermingsmiddelen

4.12 Werken onder warme omstandigheden

Werken in een warme omgeving kan leiden tot een verstoring in de warmtebalans van mensen.

Risico's

- Uitdroging
- Mindere prestaties en concentratie
- Verbranden van de huid
- Hittekrampen, hitte-uitputting, hitteberoerte

Preventie

- Draag luchtige kleding zodat je het niet nog warmer krijgt.
- Neem regelmatig pauze buiten de ruimte zodat je kan afkoelen.
- Het is van belang om regelmatig droge kleding aan te trekken.
- Drink voldoende om uitdroging te voorkomen.
- Rouleer met een collega die het schuren dan overneemt.

4.13 Werken onder koude omstandigheden

Aan het werken in de open lucht zijn risico's verbonden. Als je te lang in een koude omgeving bent kan je onderkoeld raken. Bij plaatselijke onderkoeling gaat het met name om uitstekende lichaamsdelen zoals neus, oren, vingers en tenen.

Risico's

- Uitdroging
- Mindere prestaties en concentratie
- Verbranden van de huid
- Hittekrampen, hitte-uitputting, hitteberoerte

Preventie

- Draag vochttransporterend ondergoed en goed ventilerende bovenkleding.
- Draag kleding in verschillende lagen.
- Draag goede regen- en windbeschermende kleding. Mocht men toch nat worden dan is het zaak deze natte kleding zo snel mogelijk uit te trekken en droge kleding aan te trekken.
- Draag veiligheidsschoenen, veiligheidslaarzen of klompen 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 overkleding met capuchon, handschoenen en waterdichte schoenen of laarzen.
- 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.
- Wanneer langdurig in een koude omgeving gewerkt moet worden, kan onderkoeling optreden. Zorg er daarom regelmatig voor dat je afwisselend met een warmere omgeving. Bijvoorbeeld de kantine.

4.14 Werken met machines

Volg bij het werken met machines de volgende instructies: Materieel moet worden bediend door bekwaam personeel en moet goed worden onderhouden.

Risico's

- Snijden
- Geraakt worden door bewegende onderdelen
- Bekneld raken of geplet worden
- Wegvliegende deeltjes
- Ontsnappende gassen, stoffen of dampen
- Kantelen van machine

Preventie

- Materieel moet worden bediend door bekwaam personeel en moet goed worden onderhouden.
- 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.
- Zorg ervoor dat draaiende onderdelen van motoren, elektromotoren, generatoren, lieren, pompen, hijsgerei, etc. zijn afgeschermd
- Beschadigde afschermingen moeten worden gerepareerd of worden vernieuwd.

4.15 Alleen werken

Een alleenwerker loopt, in het algemeen, hetzelfde (ongevallen)risico als een werknemer die zijn werk in het bijzijn van andere mensen uitvoert. Maar wie alleen werkt, kan niet terugvallen op collega's bij gevaar of een ongeval, waardoor zijn risico groter wordt. Omdat een alleenwerker niet meer risico hoort te lopen dan andere werknemers, zijn mogelijk extra beheersmaatregelen nodig.

Risico's

- Tijdens 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

Preventie

- 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
- **Let op:** Ben je onder de 18 jaar dan is alleen werken in principe niet toegestaan! Je mag dan alleen onder direct toezicht werken

4.16 Snijwerkzaamheden

Snijgevaar komt vaker voor dan verwacht. Veelal wordt het afgedaan met het plakken van een pleister. Snijongevallen zijn alle ongevallen waarbij schade aan de huid ontstaat. Dit zijn ongevallen waarbij men zich prikt aan bijvoorbeeld een electradraad, men uitschiet tijdens het werken met scherp gereedschap, men zich snijdt aan scherpe materialen of door contact met scherpe voorwerpen.

Risico

- Beschadigen huid
- Verwonding

Preventie

- Voorkom snijwerk op locatie door prefab
- Scherm scherpe delen af (afdoppen, afplakken)
- Markeer obstakels, scherm obstakels af.

VEILIGHEID, GEZONDHEID EN MILIEU INSTRUCTIE

KAM-F-009

- Zorg voor orde en netheid op de werkplek
- Gebruik een geschikt mes (veiligheidsmes)
- Draag handschoenen (EN388-c)
- Draag kleding die de huid bedekt
- Laat je niet afleiden maar concentreer je op je werk.

5. Persoonlijke beschermingsmiddelen

5.1 Symbolen

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

PBM/bord	Eisen, instructies en opmerkingen
	Gehoorbescherming Om het gehoor goed te beschermen zijn de volgende aanwijzingen van belang: • Gebruik gehoorbescherming, ook als je niet zelf met de lawaaibron werkt • Beperk de blootstellingduur • Bespreek met je leidinggevende de mogelijkheid om je gehoor te laten testen
	Veiligheidsschoenen Je bent verplicht om veiligheidsschoenen te dragen. Veiligheidsschoenen dienen: • Te zijn voorzien van verstevigde neus en binnenzool. • Bestand te zijn tegen oliën, mineralen, vetten, uitglijden en oplosmiddelen.
	Werkhandschoenen • Mogen niet gedragen worden tijdens werkzaamheden met handgereedschap met draaiende delen (bijv. boormachine) • Moeten ondoordringbaar zijn voor scherpe voorwerpen • Moeten slipvast zijn • Moeten de vingers voldoende bewegingsruimte laten
	Veiligheidshelm • 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: ▪ polyethyleen: 3 jaar ▪ ABS/polycarbonaat 5 jaar ▪ textielfenol/polyester: 10 jaar • De 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 • Laat de helm niet langdurig in de zon liggen (b.v. op hoedenplank) • Onderhoud de helm goed en controleer de helm regelmatig op gebreken
	Veiligheidsbril • Draag bij het verrichten van boor- en slijpwerkzaamheden een veiligheidsbril om vonken in de ogen te voorkomen • Draag bij het verrichten van handelingen boven het hoofd ook een veiligheidsbril • Bij het verrichten van verspaan- of snijwerkzaamheden kunnen er deeltjes afspringen die schade veroorzaken in de ogen • Bij laswerkzaamheden is een veiligheidsbril NIET voldoende. Draag dan een laskap.



Beschermende kleding

Veel ongelukken kunnen worden voorkomen als mensen beschermende kleding dragen. Deze kleding beschermt tegen verschillende risico's zoals:

- Gegrepen worden door bewegende delen van machines.
- Agressieve stoffen.
- Hete of koude materialen.
- Vuur. Zorg ervoor dat de huid beschermd is door brandwerende kleding sluitend te dragen.

Er zijn verschillende soorten beschermende kleding:

- Laskleding
- Vloeistofdichte kleding /chemicaliënpak
- Wegwerpkleding



Gelaatsbescherming

Goede gelaatsbescherming beschermt het gehele gezicht, inclusief de ogen, zonder dat dit ten koste gaat van het zicht op het werk en de omgeving. Een veiligheidsbril is een goed middel om de ogen te beschermen, maar beschermt niet in alle gevallen het gelaat.

Gelaatsbescherming moet bescherming bieden tegen:

- Vaste deeltjes of spaanders zoals stof en splinters.
- Vloeistofspetters, bijvoorbeeld tijdens het werken met gevaarlijke vloeistoffen.
- Infraroodstraling, vlammen en gevaren van het werken met een laser of UV-straling.
- Bij laswerkzaamheden. Hierbij komt ultraviolette straling vrij. Deze straling kan schade veroorzaken aan de ogen en de huid. Het netvlies van de ogen raakt beschadigd en de huid kan verbranden. Een laskap dient er voor om alleen zichtbaar licht door te laten en de energievolle ultraviolette straling tegen te houden.



Ademhalingsbescherming

Bij ademhalingsbescherming is het van belang dat het juiste masker voor de situatie wordt gekozen: Er kan gekozen worden uit:

- Wegwerpmaskers
- Half gelaatmaskers
- Verse luchtkappen
- Persluchtmaskers

Persluchtmasker

Voor het gebruik van een persluchtmasker gelden aangepaste regels. Een fittest is verplicht. Het masker moet goed aansluiten op het gelaat en dit moet worden getest alvorens te starten met de werkzaamheden. Tevens is een medische keuring vereist voor men met een persluchtmasker mag werken.



Valbescherming

Valbeveiliging heeft als doel het voorkomen van valletsel tijdens bijv. het gebruik van hoogwerkers. De te gebruiken valbeveiliging is een harnasgordel. De gordel is voorzien van schouder-, been- en zitbanden en zal zodoende de klap beter verdelen. Houdt de volgende zaken in acht bij harnasgordels:

- Bevestig de gordel op de voorgeschreven manier.
- Keur de gordels minimaal 1 keer per jaar.
- Bewaar klemmen en lijnen in een droge ruimte

Er zijn 2 typen valbeveiliging:

Valbeveiliging op het horizontale vlak:

- Indien een gordel een klap heeft opgevangen, dient deze direct te worden vernietigd.
- De vanglijn aan de gordel mag niet langer zijn dan 2,0 meter.
- De valhoogte moet groter zijn dan 4 meter.

Valbeveiliging op het verticale vlak met verplichte valdemper:

- Na een val moet het harnas worden vernietigd. De valdemper moet worden gecontroleerd door de leverancier.
- De vanglijn aan de gordel mag niet langer zijn dan 2,0 meter.
- Valdempers kunnen in de lijn zelf of in de musketonhaak zijn opgenomen.
- Na een val, moet het slachtoffer zo snel mogelijk (binnen 15 minuten) worden bevrijd uit zijn gordel.
- Het is wenselijk de gebruiker van de gordel speciale instructie en voorlichting te geven.

5.2 Het dragen van bedrijfskleding

Werkkleding draagt bij aan een veilige werkomgeving. Het geeft je de mogelijkheid om kwetsbare plekken op het lichaam te beschermen met beschermde vulling, of werkschoenen met stalen neuzen. Je bent als werknemer verplicht om de bedrijfskleding en PBM's die aan je worden verstrekt te dragen.

Risico's

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

Preventie

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

5.3 Van wie krijg je de PBM?

Voordat je daadwerkelijk aan de slag gaat, moet je over een set PBM beschikken. Deze set wordt door Aannemersbedrijf B.C. van der Vis aan de eigen medewerkers verstrekt. Mocht je toch niet op tijd PBM hebben ontvangen, neem dan contact op met de VGM-coördinator.

Als werknemer (ook ZZP'er) ben je verplicht om de PBM te gebruiken. Doe je dit niet, dan ben je zelf verantwoordelijk voor schade en letsel wat hierdoor ontstaat. Draag dus altijd de juiste PBM! PBM moeten op tijd worden vervangen. Dit wordt in de regel gedaan door degene die de PBM aan je verstrekt, maar geef zelf wel tijdig aan wanneer ze versleten zijn. De kosten voor vervanging zijn voor rekening van degene die ze aan je verstrekt.

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

6.1 Melding doen

Alle incidenten, die hebben geleid tot een ongeval, schade, aantasting van het milieu en/of bijna-ongeval moet je direct melden bij je leidinggevende bij het werkbedrijf en bij Aannemersbedrijf B.C. van der Vis. 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.

6.1.1 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. Ongevallen met ernstig letsel waarbij ziekenhuisopname noodzakelijk is of met de dood tot gevolg of met blijvende aandoening worden door de directie direct gemeld aan de Inspectie Sociale Zaken en Werkgelegenheid (0800-5151) en de Certificerende Instelling (CI), Normec NCK.

6.1.2 Melden van bijna-ongevallen

Meld ook bijna-ongevallen aan je leidinggevende en aan Aannemersbedrijf B.C. van der Vis. Bedenk dat het verschil tussen een ongeval of bijna-ongeval vaak een kwestie van geluk is. Door bijna-ongevallen te melden en hiervan te leren, kunnen maatregelen worden genomen om herhaling te voorkomen.

6.1.3 Melden van brand

Als je brand ontdekt op jouw werklocatie, meld dit dan direct via een intern alarmnummer (afhankelijk van de opdrachtgever) of via het landelijke alarmnummer 112. Pas verder de regels in het calamiteitenplan toe. 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.

6.1.4 Melden van onveilige handelingen en/of –situaties

Onveilige handelingen en/of situaties zijn meestal een gevolg van menselijke fouten. Indien je een onveilige handeling constateert, spreek dan de betreffende persoon hierop aan. Meld tevens de onveilige handelingen bij je leidinggevende.

6.2 Verbetervoorstellen of klachten

Verbetervoorstellen of klachten met betrekking tot veiligheid, gezondheid en milieu kunnen met een standaardformulier worden gemeld. Dit formulier kun je verkrijgen bij de VGM-functionaris.

6.3 Kleine blusmiddelen

Bij het werken met kleine blusmiddelen moet je de volgende regels naleven:

- Kijk altijd waar het dichtstbijzijnde brandblusapparaat zich bevindt voordat je met je werkzaamheden begint;
- Kijk ook waar deze brandblusser voor gebruikt kan worden (gassen, vloeistoffen, vaste stoffen);
- Denk eraan dat door brand bepaalde giftige dampen kunnen ontstaan;
- Bij alle werkzaamheden, waarbij open vuur te pas komt, moet binnen een straal van 2 m gekeurde blusapparatuur van de voorgeschreven soort voorhanden zijn;
- Gebruikte brandblusmiddelen moeten zo snel mogelijk opnieuw worden gevuld en gecontroleerd;
- Bij risicovolle werkzaamheden waardoor een grotere kans op brand is, worden andere eisen gesteld door de verzekering. Het is van belang dat deze eisen nageleefd worden. Deze eisen worden voor aanvang van de werkzaamheden toegelicht.

Symbool



Blusapparaat

Symbool



Brandslang

Symbool



Blusdeken

Symbool



Brandladder

Symbool



Noodtelefoon

7. Verwijzingen

7.1 Afkortingen

In de VGM-instructie van Aannemersbedrijf B.C. van der Vis staat een aantal begrippen en afkortingen. Deze worden hieronder uitgelegd.

Arbowet:	Wet die de arbeidsomstandigheden regelt
Bedrijfsbeheerssysteem:	Een beschrijving van de werkwijze van Aannemersbedrijf B.C. van der Vis
Bijna-ongeval:	Een bijna-ongeval is een ongewenste gebeurtenis die in iets andere omstandigheden schade en/of letsel veroorzaakt zou kunnen hebben
BHV:	Bedrijfs hulpverlening
Incident:	Ongewenste gebeurtenis met of zonder schade en/of letsel
KAM:	Kwaliteit, Arbeidsomstandigheden en Milieu
LMRA:	Laatste Minuut Risico Analyse
Ongevallen:	Een ongeval is een ongewenste gebeurtenis met schade en/of letsel.
PBM:	Persoonlijke beschermingsmiddelen
RI&E:	Risico-Inventarisatie & -Evaluatie
TRA:	Taak Risico Analyse
Toolboxmeeting:	Een periodiek terugkerende bespreking met werknemers waarin een VGM-onderwerp besproken wordt.
VCA:	Veiligheid, gezondheid en milieu Checklist Aannemers
VGM:	Veiligheid Gezondheid en Milieu.
Werkplekinspectie:	Een inspectie van de werkplek waarbij wordt gekeken of iedereen de werkzaamheden uitvoert zoals is afgesproken.

7.2 Referenties

- VGM-systeem Aannemersbedrijf B.C. van der Vis
- Arbowet
- Arbobesluit
- Arbo portaal Nederlandse Arbeidsinspectie
- Arbocatalogus branche
- Risico- Inventarisatie -Evaluatie Aannemersbedrijf B.C. van der Vis
- <https://www.vca.nl/downloaden-bestellen#toolboxen>

7.3 Disclaimer

Samenstellers en Aannemersbedrijf B.C. van der Vis zijn zich volledig bewust van hun taak een zo betrouwbaar mogelijke uitgave te verzorgen. Niettemin kunnen zij geen aansprakelijkheid aanvaarden voor onjuistheden die eventueel in deze uitgave voorkomen.

Laatste Minuut Risico Analyse (LMRA)

De LMRA is een korte beoordeling van de risico's van de werkzaamheden die uitgevoerd moeten gaan worden. Met de LMRA ben je je meer bewust van de gevaren en risico's op je werkplek en voorkom je ongevallen en verzuim. Je wilt toch na je werk weer veilig naar huis?

WANNEER?

Voer altijd een LMRA uit:

- Bij het hervatten of starten van werkzaamheden.
- Wanneer een (werk)situatie is veranderd.

HOE?



Twijfelen = stoppen en je leidinggevende vragen



Aandachtspunten:

- Wat te doen bij noodsituaties?
 - Waar zijn de nooduitgangen?
 - Is er een brandblusser en EHBO koffer?
 - Wie zijn de BHV'ers?
- Zijn onveilige situaties bij de bron aangepakt? Gebruik b.v. alleen persoonlijke valbeveiliging als een steiger, dakrandbeveiliging of hoogwerker niet mogelijk is

De ZZP'er dient de volgende zaken binnen zijn organisatie te hebben geregeld:

- Voldoende gekwalificeerd voor uitvoeren van de werkzaamheden door vakgerichte certificaten voor specifieke, risicovolle werkzaamheden.
- Beschikt over een VGM risico-inventarisatie en -evaluatie van de eigen werkzaamheden
- Conformereren aan eventueel door B.C. van der Vis en/of diens opdrachtgever opgestelde projectkwaliteitsplannen (kwaliteit, veiligheid, gezondheid en milieu).
- Gebruik van goedgekeurd materieel, met name: elektrisch handgereedschap, hijs- en hefgereedschap, machines (b.v. grondverzet), (mobiele) kranen, brandblussers, EHBO koffers, transportmaterieel.
- Gebruik van een vastgelegde procedure met betrekking tot ongevals- en incident-melding en onderzoek.
- Gebruik van de nodige, in goede staat verkerende, Persoonlijke Beschermingsmiddelen (PBM) en op de hoogte zijn van het juiste gebruik hiervan.
- EHBO of brandbestrijdingsmiddelen op de werkplek/project zijn in voldoende mate aanwezig en gekeurd.
- Het houden van toolboxen of het bijwonen van door B.C. van der Vis georganiseerde toolboxen (indien voor B.C. van der Vis wordt gewerkt).
- Meewerken aan de door B.C. van der Vis verzorgde voorlichting m.b.t. projectgerichte gevaren.
- Zorgdragen voor arbeidsongeschiktheidsverzekering en laten uitvoeren van de noodzakelijke medische onderzoeken of keuringen.
- Regelmatige controles van de veiligheids-, gezondheids- en milieuaspecten van de door uw organisatie uitgevoerde werkzaamheden.
- Eigen verantwoordelijkheid voor veiligheid, gezondheid en milieu.
- Voldoende gekwalificeerd op VGM-gebied en beschikt over het diploma VOL-VCA. B.C. van der Vis werkt uitsluitend met VCA gediplomeerde ZZP'ers.
- De VGM-functionaris van B.C. van der Vis zal tijdens zijn/haar inspectierondes op de werkplek/project controleren op de bovengenoemde aspecten. Indien afwijkingen worden geconstateerd, dan dienen deze zo spoedig mogelijk te worden verholpen. Van alle afwijkingen zal een registratie worden opgesteld.

Indien u nog niet bekend bent met de Veiligheids Checklijst Aannemers (VCA), adviseren wij u deze aan te vragen via de website van de VCA:

www.vca.nl/downloaden-bestellen.

VGM-verklaring ZZP

Bedrijfsnaam:	
Adres:	
Postcode en plaats:	
Naam contactpersoon:	

Ondergetekende verklaart hiermee:

- Op de hoogte te zijn van de door B.C. van der Vis gestelde eisen op het gebied van veiligheid, gezondheid en milieu.
- Te zullen handelen conform de wettelijke en de door B.C. van der Vis gestelde eisen met betrekking tot veiligheid, gezondheid en milieu.
- Dat bijzondere voorzieningen met betrekking tot veiligheid, gezondheid en milieu met B.C. van der Vis zullen worden doorgenomen en vastgelegd.
- Geen door B.C. van der Vis of door derden aangebrachte beveiligingen weg te halen of buiten gebruik te stellen, zonder daarvoor uitdrukkelijke toestemming te hebben gekregen van de bedrijfsleiding van B.C. van der Vis.

Handtekening:

Datum:

Deze verklaring zo spoedig mogelijk retourneren aan:

Aannemersbedrijf B.C. van der Vis
Goudse Rijpad 8
2407 BN Alphen aan den Rijn
Nederland

WERKPLEKINSPECTIEFORMULIER

KAM-F-005

Projectlocatie:		Datum inspectie:	
Opdrachtgever:		Handtekening:	
Naam inspecteur:			

Onderwerp/ controlepunt	Goed	Niet goed	n.v.t.	Toelichting/actie
1. LMRA				
1.1. LMRA voorafgaande aan werkzaamheden uitgevoerd	☐	☐	☐	
2. Orde en netheid				
2.1. Werkplek netjes opgeruimd	☐	☐	☐	
2.2. Gangpaden vrij van slangen, kabels en andere obstakels	☐	☐	☐	
2.3. Afval/restmateriaal verwijderd van werkplek	☐	☐	☐	
2.4. Niet gebruikte materialen/gereedschappen opgeborgen	☐	☐	☐	
2.5. Niet roken en eten op de werkplek	☐	☐	☐	
3. Inrichting/afzetting bouwterrein				
3.1. Aanduiding dragen PBM en waarschuwingen derden aanwezig	☐	☐	☐	
3.2. Is het bouwterrein voldoende afgeschermd	☐	☐	☐	
3.3. Zijn er genoeg kleed-/schafruimten?	☐	☐	☐	
3.4. Is de kleedruimte gescheiden voor vuile en schone kleding?	☐	☐	☐	
3.5. Voorzieningen worden regelmatig schoongemaakt?	☐	☐	☐	
3.6. Is er een(zijn er) toilet(en)/dixi aanwezig?	☐	☐	☐	
3.7. Hebben medewerkers de gelegenheid om hun handen te wassen (water & zeep)?	☐	☐	☐	
3.8. Wordt werkplek voldoende verlicht?	☐	☐	☐	
4. Fysieke belasting				
4.1. Wordt er gebruik gemaakt van mechanische hulpmiddelen om zwaar tillen te voorkomen?	☐	☐	☐	
4.2. Werkhoogte is goed	☐	☐	☐	
4.3. Werkhouding is goed	☐	☐	☐	
4.4. Transporthulpmiddelen in gebruik en in goede staat/gekeurd	☐	☐	☐	
5. Machineveiligheid				
5.1. Beveiligingen in gebruik	☐	☐	☐	
5.2. Beveiligingen niet overbrugd	☐	☐	☐	
5.3. Machine in goede staat	☐	☐	☐	
5.4. Geen handschoenen (kolomboor, conventionele draaibank en wals)	☐	☐	☐	
5.5. Werkstuklemmen in gebruik	☐	☐	☐	
5.6. Geen loshangende kleding/haar of sieraden bij draaiende delen	☐	☐	☐	
5.7. Gebruik van veiligheidsbril bij verspanende machines en zaagmachines	☐	☐	☐	
6. Lassen, snijden, slijpen				

WERKPLEKINSPECTIEFORMULIER

KAM-F-005

Onderwerp/ controlepunt	Goed	Niet goed	n.v.t.	Toelichting/actie
6.1. Bronafzuiging goed gebruikt (afzuigmond < 30/40 cm)	☐	☐	☐	
6.2. Ruimteafzuiging ingeschakeld	☐	☐	☐	
6.3. Slangenpakket in goede staat	☐	☐	☐	
6.4. Juiste gebruik van adembeschermingsmiddelen	☐	☐	☐	
6.5. Gebruik van gehoorbescherming	☐	☐	☐	
7. Werken op hoogte				
7.1. Ladders, hoogwerkers en steigers in orde en op juiste wijze gebruikt	☐	☐	☐	
7.2. Persoonlijke valbeveiliging juist gebruikt	☐	☐	☐	
7.3. Vallende voorwerpen voorkomen	☐	☐	☐	
8. Werkplekinrichting				
8.1. Stabiele opslag materialen	☐	☐	☐	
8.2. Werkplekken waar mogelijk fysiek afgescheiden van transportroutes	☐	☐	☐	
8.3. Verkeersstromen gescheiden o.a. voetgangerszones	☐	☐	☐	
8.4. Verkeersregels opgesteld en zichtbaar	☐	☐	☐	
8.5. Vloeren zijn zo veel mogelijk vrij van oneffenheden en obstakels	☐	☐	☐	
9. Elektrische voorzieningen				
9.1. Voldoende verlichting	☐	☐	☐	
9.2. Kabels beschermd tegen beschadiging	☐	☐	☐	
9.3. Gereedschap is gekeurd	☐	☐	☐	
10. Bedrijfshulpverlening				
10.1. Zijn er voldoende BHV-ers aanwezig (min. 1)	☐	☐	☐	
10.2. EHBO-trommel aanwezig en compleet	☐	☐	☐	
10.3. Is de alarmkaart actueel en duidelijk zichtbaar opgehangen?				
10.4. Nooduitgangen vrij en te openen	☐	☐	☐	
10.5. Blusmiddelen gekeurd en bereikbaar	☐	☐	☐	
10.6. Oog- en nooddouches bereikbaar	☐	☐	☐	
11. Gevaarlijke stoffen				
11.1. Productinformatiebladen aanwezig	☐	☐	☐	
11.2. Etiketten op verpakkingen aanwezig	☐	☐	☐	
11.3. Veilige opslag (gasflessen vastgezet)	☐	☐	☐	
11.4. Werkvoorraad niet te groot	☐	☐	☐	
12. Hijs- en hefmiddelen				
12.1. Zijn de aanwezige hijsmiddelen aantoonbaar gekeurd?	☐	☐	☐	
12.2. Staat de maximale hijslast op het middel aangegeven en verkeren de hijsmiddelen in goede staat?	☐	☐	☐	
12.3. Heftruck/zijlader/stapelaar volgens instructie gebruikt	☐	☐	☐	
12.4. Hijsmiddelen volgens instructie gebruikt	☐	☐	☐	
12.5. Hijsbanden in goede staat	☐	☐	☐	
13. Persoonlijke beschermingsmiddelen				
13.1. Veiligheidshelm in goede staat en juist gebruikt	☐	☐	☐	

WERKPLEKINSPECTIEFORMULIER

KAM-F-005

Onderwerp/ controlepunt	Goed	Niet goed	n.v.t.	Toelichting/actie
13.2. Veiligheidsschoenen in goede staat en juist gebruikt	☐	☐	☐	
13.3. Veiligheidsvesten/-kleding in goede staat en juist gebruikt	☐	☐	☐	
13.4. Veiligheidsbril in goede staat en juist gebruikt	☐	☐	☐	
13.5. Gehoorbescherming in goede staat en juist gebruikt	☐	☐	☐	
13.6. Valbeveiliging in goede staat en juist gebruikt	☐	☐	☐	
13.7. Adembescherming in goede staat en juist gebruikt	☐	☐	☐	

Positieve bevindingen/ punten (benoem er minimaal 1)

Waargenomen onveilige handelingen, (bijna) ongevallen of overige opmerkingen

Verbeteracties

Te nemen actie	Verantwoordelijke	Streefdatum	Uitgevoerd op



Goudse Rijpad 8, 2407BN Alphen aan den Rijn

+31 (0)172 475 966

berto@bcvdvis.nl

www.bcvdvis.nl