

VGM Instructieboekje RB+ Groep



Inhoudsopgave

Hoofdstuk 1: Algemeen	4
1.1 Voorwoord	4
1.2 Gedragsregels	5
1.3 Risico- inventarisatie en -evaluatie (RIE)	6
1.4 Voorlichting en Instructie	6
1.5 Laatste Minuut Risico Analyse (LMRA)	8
1.6 Melden van Incidenten	9
1.7 Sanctiebeleid	9
1.8 Beleid Ongewenste Omgangsvormen	10
1.9 Beleid Alcohol- Drugs en Medicijnen	10
1.10 Gedragscode Social Media	10
1.11 Gedrags- en Integriteitscode	11
1.12 Zwangere Medewerkers	11
1.13 Jeugdigen	12
1.14 Veiligheidsopleidingen	13
1.15 Werkvergunningen	14
1.16 Identificatieplicht	14
1.17 Wet Arbeid Vreemdelingen	14
1.18 Protocol Alleen Werken	14
Hoofdstuk 2: Werkomgeving	15
2.1 De Werkplek	15
2.2 Orde en Netheid	16
2.3 Roken	16
2.4 Bedrijfs hulpverlening	17
2.5 Milieuzorg	17
2.6 Besloten Ruimten	18
2.7 Kantoor	18
2.8 Beeldschermwerk	19
2.9 Langs Open Water	19
2.10 Werken op Hoogte	20
2.11 Fysieke Belasting	21
2.12 Weeromstandigheden	22
2.13 Gevaarlijke Stoffen	22
2.14 Veiligheids- en Gezondheidssignalering	25

Hoofdstuk 3: Materieel en Middelen	28
3.1 Bedrijfswagen	28
3.2 Aanhangwagen	28
3.3 Rollend Materieel	29
3.4 Handgereedschap	29
3.5 Hoogwerker en Rolsteiger	32
3.6 Ladders en Trappen	33
3.7 Persoonlijke Valbeveiliging	34
Hoofdstuk 4: Persoonlijke Beschermingsmiddelen	35
4.1 Verstrekking / Vervanging	35
4.2 Persoonlijke Beschermingsmiddelen (PBM's)	35
4.3 Bedrijfskleding	38
Hoofdstuk 5: Verklarende Woordenlijst	39

Omwille van de leesbaarheid wordt in dit document medewerker in mannelijke vorm aangeduid (hij, zijn, hem etc.). In die gevallen wordt zowel de vrouwelijke als mannelijke medewerker bedoeld.

Hoofdstuk 1: Algemeen

1.1 Voorwoord

Dit instructieboekje informeert je over de veiligheidsregels die ons bedrijf hanteert. De instructies gelden voor iedereen die werkzaam of aanwezig is op en rond de werklocaties; niet alleen voor eigen medewerkers maar ook voor onderaannemers.

Wij verwachten dat je dit boekje bestudeert en de instructies opvolgt. Het is verstandig om dit boekje tijdens het werk altijd bij je te hebben.

Neem voordat je met de werkzaamheden start de instructies voor die werkzaamheden goed door. Het kan zijn dat de opdrachtgever aanvullende eisen stelt, daar moet je natuurlijk ook altijd aan voldoen. Als je vragen hebt, overleg dan met jouw leidinggevende of contactpersoon op locatie.

Door ons te houden aan de instructies werken wij samen aan de veiligheid op het werk, de gezondheid van alle betrokkenen en aan de bescherming van het milieu.

Waalwijk, 15 januari 2024
Namens Directeur en Management


Robert Bijlsma

Directeur RB+ Groep

Peter den Hartog

Technisch directeur

Niek van Huijgevoort

Management Van Der Aa

Ferry van den Dries

Management Firejob

1.1 Gedragsregels

De RB+ Groep streeft naar een veilig, gezond en maatschappelijk verantwoord handelen en vraagt daarom met klem alle medewerkers zich te gedragen conform deze gedragsregels:

1. Ik ga respectvol om met eenieder en gedraag mij als een integer persoon.
2. Ik houd mij aan procedures, voorlichting en instructies, zowel vanuit RB+ als op projectlocaties.
3. Ik spreek anderen aan op onveilig gedrag en accepteer dat ook anderen mij hierop aanspreken.
4. Ik controleer vooraf of ik veilig kan werken (LMRA) en ga pas aan de slag als het inderdaad veilig kan.
5. Ik gebruik mijn PBM's op juiste wijze en zorg dat deze in goede staat en altijd te gebruiken zijn.
6. Ik gebruik materieel op de juiste wijze en alleen wanneer ik bevoegd ben om ermee te werken.
7. Ik ga zuinig om met de aan mij ter beschikking gestelde middelen en verspil geen materiaal.
8. Ik meld (bijna) ongevallen, incidenten en gevaarlijke situaties en draag ideeën voor verbetering aan.

1.3 Risico- inventarisatie en -evaluatie (RIE)

Voor de uit te voeren werkzaamheden is beschreven wat de risico's van het werk zijn. Risico's zijn in dit geval: gevaren die kunnen leiden tot ongevallen of aanzienlijke schade aan materieel of milieu. Bij elk risico staan een of meerdere maatregelen vermeld om dit risico te beperken. Als dit niet kan, overleg dan met je leidinggevende. De meest voorkomende maatregelen staan in het *Huishoudelijk Reglement*, dit *Instructieboekje* en het *RB+ Handboek*.

De RIE ligt ter inzage op kantoor, bij de VGM-coördinator.

Soms komt het voor dat je op een project activiteiten moet uitvoeren die extra risico's met zich meebrengen. Voor dat specifieke project worden de risico's en de daarbij behorende maatregelen dan vastgelegd in een veiligheids- gezondheids- en milieuplan (VGM-plan). In dit plan staan ook de VGM-afspraken met andere partijen die eventueel op dezelfde werklocatie aan het werk zijn.

1.4 Voorlichting en Instructie

Voorlichting nieuwe medewerkers

Alle nieuwe medewerkers krijgen voorlichting voordat zij met hun werkzaamheden beginnen. Deze voorlichting gaat over de algemene regels en voorschriften van ons bedrijf. Deze zijn na te lezen in het *Huishoudelijk Reglement*, dit *Instructieboekje* en het *RB+ Handboek*.

StartWerkInstructie

Alle medewerkers, inclusief onderaannemers die op een project gaan werken, krijgen instructie over de specifieke regels en voorschriften die voor dat project gelden. Dit gebeurt voor de start van het project en zo vaak als nodig is tijdens de uitvoering van de werkzaamheden. De projectspecifieke informatie is na te lezen op het *ProjectInformatieFormulier (PIF)* en/of het *VGM-plan*.

Toolboxmeeting (TBX)

Periodiek nemen alle monteurs deel aan een toolboxmeeting. Dit is een digitale of fysieke bijeenkomst over onder meer veiligheid, welzijn en milieu, waarbij ook medewerkers inbreng hebben.

Werkplekinspectie (WPI)

Om na te gaan of er Veilig, Gezond en Milieuverantwoord gewerkt wordt, bezoeken leidinggevenden en het management regelmatig diverse werken. Daarnaast beoordeelt de monteur zelf ook regelmatig zijn werk om op een andere manier te kijken naar de veiligheid op de werkplek.

De inspecties worden met behulp van een inspectielijstformulier uitgevoerd. Tekortkomingen worden gerapporteerd en daarna zo snel mogelijk verholpen.

1.5 Laatste Minuut Risico Analyse (LMRA)

LMRA staat voor “Laatste Minuut Risico Analyse” en is een manier om heel eenvoudig de kans op ongevallen te verkleinen. Stel jezelf voordat je met het werk begint (ook bijvoorbeeld na een pauze) altijd onderstaande vragen.

Stap 1: Wat voor werk ga ik doen?

- Is mijn taak bekend? Is de werkopdracht duidelijk?
- Wat zijn de grootste risico's bij deze werkzaamheden?
- Zijn de veiligheidsmaatregelen en PBM's bekend, in orde en bieden die afdoende bescherming?
- Zijn de middelen gekeurd, onbeschadigd?



Stap 2: Wat kan er fout gaan?

- Is er gevaar van knellen, stoten, struikelen?
- Is er gevaar van vallen of vallende voorwerpen?
- Is de vluchtroute duidelijk en vrij van obstakels?
- Veroorzaken andere werkzaamheden in de omgeving extra risico's?



Stap 3: Hoe kan ik dat voorkomen?

- Als de werkzaamheden naar jouw oordeel te gevaarlijk zijn, mag je weigeren het werk zo uit te voeren.
- Bespreek de te nemen maatregelen met je leidinggevende of de contactpersoon op locatie. **Bij twijfel altijd stoppen!**



Stap 4: Veilig Werken Doen We Samen!

- Start pas met werken als de maatregelen zijn uitgevoerd.
- Maak een VGM-incidentmelding aan; dan leren andere ook van deze situatie!



1.6 Melden van Incidenten

Als je met één van onderstaande situaties te maken hebt, zoek dan eerst naar een (tijdelijke) oplossing. Meld de situatie daarna direct bij de leidinggevende en contactpersoon op locatie én maak een VGM-melding in de MoreApp aan:

- Ongeval met letsel (met en zonder verzuim).
- Bijna-ongeval.
- Onveilige handeling of onveilige situatie.
- Brand- of milieu-incident.
- Incident met grote materiële schade.
- Verbetermaatregelen uit de LMRA.

Hierdoor kan van het incident worden geleerd en kunnen maatregelen worden genomen om de kans op een vergelijkbaar incident in de toekomst te verkleinen.

1.7 Sanctiebeleid

Binnen de organisatie zijn diverse regels opgesteld. Iedereen wordt geacht zich te houden aan deze regels. Het overtreden ervan kan, afhankelijk van de zwaarte van de overtreding, leiden tot een waarschuwing, het niet toekennen van salarisverhoging of zelfs tot ontslag.

Met het toepassen van het Sanctiebeleid wordt erop toegezien dat iedereen zijn verantwoordelijkheid neemt en de afspraken en (veiligheids) regels, zoals vastgelegd in het **RB+ Handboek**, in acht neemt. Dit geldt ook voor onderaannemers met wie overeenkomsten zijn gesloten.

Het Sanctiebeleid is verder uitgewerkt in het Huishoudelijk Reglement.

1.8 Beleid Ongewenste Omgangsvormen

De directie vindt ongewenste omgangsvormen absoluut ontoelaatbaar, zowel van eigen medewerkers als van derden. Het gaat bijvoorbeeld om discriminatie, pesten, agressie en geweld, seksuele- of machtsintimidatie.

Het Beleid Ongewenste Omgangsvormen is verder uitgewerkt in het Huishoudelijk Reglement (onder PSA-beleid).

1.9 Beleid Alcohol- Drugs en Medicijnen

Het nuttigen, gebruiken, in bezit hebben of onder invloed verkeren van alcohol of andere verdovende middelen onder werktijd is verboden. Noodzakelijk medicijngebruik dat een nadelige invloed kan hebben op de werkzaamheden en/of deelname aan het verkeer moet besproken worden met je leidinggevende.

Het Beleid Alcohol- Drugs en Medicijnen is verder uitgewerkt in het Huishoudelijk Reglement.

1.10 Gedragcode Social Media

Social Media zoals LinkedIn, Twitter en Facebook bieden de mogelijkheid om te laten zien trots te zijn op het werk en kunnen een bijdrage leveren aan een positief imago, maar kunnen ook (onbewust) het bedrijfsimago schade toebrengen.

De Gedragcode Social Media is verder uitgewerkt in het Huishoudelijk Reglement.

1.11 Gedrags- en Integriteitscode

In de Gedrags- en Integriteitscode is aangegeven hoe we vorm en inhoud geven aan onze verantwoordelijkheid naar onze medewerkers, partners en de samenleving.

De Gedrags- en Integriteitscode is zowel van toepassing op onze bedrijfsactiviteiten als geheel, als op het gedrag van de directie en onze individuele medewerkers.

De Gedrags- en Integriteitscode is verder uitgewerkt in het Huishoudelijk Reglement.

1.12 Zwangere Medewerkers

Zwangere collega's hebben speciale rechten en mogen bepaalde werkzaamheden niet uitvoeren. Dit geldt zowel voor bepaalde periodes vóór als ná de bevalling. In de RIE staat wat deze rechten precies zijn en welke werkzaamheden er niet mogen worden uitgevoerd.

De RIE ligt ter inzage op kantoor, bij de VGM-coördinator.

1.13 Jeugdigen

Jeugdige medewerkers / stagiaires (16-17 jaar) mogen de volgende werkzaamheden niet uitvoeren:

- Werken met gevaarlijke stoffen (CMR-producten).
- In een constant geluidsniveau hoger dan 85dB (A).
- Gebruik van apparatuur met schadelijke trillingen.
- Alleen werken, overwerk en/of nachtwerk (tussen 23:00 en 06:00 uur).

Jeugdigen mogen alleen onder genoeg en intern toezicht hun werkzaamheden uitvoeren. De toezichthoudende mentor of stagebegeleider:

- Is in de nabijheid aanwezig of direct oproepbaar.
- Houdt rekening bij het geven van opdrachten met de persoonlijke eigenschappen en de leeftijd van de betreffende jeugdige medewerker.
- Controleert vooraf en tijdens de werkzaamheden regelmatig:
 - Of de nodige veiligheidsvoorzieningen en/of beschermingsmiddelen aanwezig zijn en op de juiste manier worden gebruikt;
 - Of de gegeven voorlichting voldoende is;
 - Of de jeugdige geen gevaar loopt en geen gevaarlijk situaties veroorzaakt.

De aanwezigheid van kinderen tot en met 15 jaar is niet toegestaan in het magazijn, werkplaats of op projectlocaties.

1.14 Veiligheidsopleidingen

Een belangrijke voorwaarde om veilig te kunnen werken is vakmanschap, kennis en ervaring van personen. De minimale opleidingseisen zijn als volgt vastgesteld:

Opleiding	Doelgroep
Basisveiligheid VCA (B-VCA)	Monteurs Magazijn / Werkplaats
Veiligheid voor Operationeel Leidinggevenden (VOL-VCA)	ZZP-ers Projectleiders / Uitvoerders Management
Generieke Poortinstructies (GPI)	Alle medewerkers en bezoekers op projectlocaties

Voor specifieke risicovolle taken en werkzaamheden gelden aanvullende voorlichtings-voorschriften. Je mag deze taken enkel uitvoeren na adequate training of instructie:

Externe Training	Interne Instructie
Bedienen van heftruck Bedienen van hoogwerker	Alleen werken Betreden besloten ruimte Manwacht besloten ruimte Opbouw en gebruik rolsteiger Specifieke arbeidsmiddelen: - Cirkelzaag/Afkortzaag - Niet-tacker - Schiethamer

Voor meer informatie kun je terecht bij:

- De personeelsfunctionaris over opleiding en training
- De VGM-coördinator over interne instructie

1.15 Werkvergunningen

Soms moet je een werkvergunning hebben, voordat je mag beginnen met werken. Dit kan een werkvergunning zijn van de opdrachtgever, maar ook een interne werkvergunning. In deze vergunning staat welke maatregelen je moet treffen om het werk veilig te kunnen uitvoeren. Meestal wordt om een werkvergunning gevraagd als de omstandigheden extra zorgvuldigheid vereisen. Het werk mag niet uitgevoerd worden als niet alle maatregelen getroffen zijn die op de werkvergunning staan vermeld. Je bent hier als houder van de werkvergunning zelf verantwoordelijk voor.

1.16 Identificatieplicht

In Nederland geldt een wettelijke identificatieplicht. Iedereen (vanaf 14 jaar) moet zich altijd kunnen legitimeren met een geldig identiteitsbewijs (paspoort of identiteitskaart) of een Nederlands vreemdelingendocument. Een rijbewijs is dus geen formeel identiteitsbewijs.

1.17 Wet Arbeid Vreemdelingen

Aan het tewerkstellen van buitenlandse arbeidskrachten zijn wettelijke regels verbonden. Bij het aantreffen van illegale medewerkers of onderaannemers wordt ons bedrijf hiervoor aansprakelijk gesteld. Een goede persoonscontrole is dus van belang.

De Wet Arbeid Vreemdelingen instructie is verder uitgewerkt in het RB+ Handboek, of ga voor meer informatie naar de personeelsfunctionaris.

1.18 Protocol Alleen Werken

Met alleen werken wordt bedoeld: het verrichten van werkzaamheden buiten gehoorafstand en gezichtsveld van anderen. Wie alleen werkt, kan niet terugvallen op collega's bij gevaar of een ongeval. Daarom is alleen werken gebonden aan een set van voorwaarden.

Het Protocol alleen werken is verder uitgewerkt in het RB+ Handboek.

Hoofdstuk 2: Werkomgeving

2.1 De Werkplek

2.1.1 Conflicterende VGM-regels

Een opdrachtgever heeft vaak eigen VGM-regels. Het kan voorkomen dat deze regels afwijken van de RB+-regels. In dat geval moet er gewerkt worden volgens de 'zwaarste' regels om VGM-verantwoord te kunnen werken.

2.1.2 Gebruik materieel

Let bij het gebruiken van materieel altijd op het volgende:

- Gebruik en onderhoud het materieel conform de gebruiksaanwijzing.
- Negeer, verander, verwijder of overbrug de aangebrachte beveiligingen en/of beschermings-middelen niet.
- Of deze voorzien is van een geldige keuring(sticker).
- Of deze vrij is van beschadigingen en gebreken.
- Draag de voorgeschreven PBM's.



2.1.3 Persoonlijke hygiëne

- Verschoon regelmatig je werkkleding.
- Was je handen voor het eten, drinken of roken.
- Houd toilet, schaft-, was- en kleedgelegenheden schoon.

2.1.4 Verlichting

- Zorg voor voldoende en geschikt licht op je werkplek.
- Gebruik bij precisiewerk meer licht dan normaal.
- Stel verlichting zo af dat je niemand verblind.
- Hang elektrakabels op om beschadiging van de kabel en struikelgevaar te voorkomen.

2.1.5 Communicatiemiddelen

Het gebruik van telefoons en/of tablets is alleen toegestaan op een veilige plaats en stilstaand. Gebruik tijdens het autorijden alleen handsfree (middels carkit of één oortje).

Het gebruik van oordopjes in beide oren is niet toegestaan, dit om te voorkomen dat je geen/onvoldoende omgevingsgeluiden en waarschuwingssignalen kunt horen.



2.2 Orde en Netheid

Aangezien vallen, struikelen en uitglijden één van de meest voorkomende oorzaken voor ongevallen is, is orde en netheid een belangrijke voorwaarden voor Veilig, Gezond en Milieuverantwoord (VGM) werken:

- Houd looppaden, doorgangen, vluchtroutes en nooduitgangen altijd vrij van obstakels.
- Zorg voor voldoende vrije werkruimte.
- Berg gereedschap en materieel na gebruik op.
- Verwijder afval zoveel mogelijk direct, maar in ieder geval dagelijks.
- Laat de werkplek na je werk netjes en opgeruimd achter.
- Bevestig snoeren, slangen of kabels zodanig dat niemand er over kan vallen of struikelen.

Zorg niet alleen op de werkplek voor orde en netheid, maar ook het toilet, de schaft-, was- en kleedgelegenheden en je bedrijfsauto.

2.3 Roken

Er mag alleen gerookt worden op buiten-locaties die daarvoor specifiek zijn aangewezen.

2.4 Bedrijfs hulpverlening

De bedrijfs hulpverlening wordt verzorgd door daarvoor aangewezen medewerkers op locatie. Bij direct gevaar moeten zij zorgen voor het alarmeren en het coördineren van hulp en evacuatie, het verlenen van eerste hulp en voor de eerste bestrijding van brand.

2.4.1 Projectlocatie

Tijdens de StartWerkInstructie op het werk wordt bekend gemaakt wie de bedrijfs hulpverlener is.

- Weet wie je moet waarschuwen bij calamiteiten. Dit staat in het noodplan, ontruimingsplan of op een alarmkaart.
- Kijk waar de vluchtwegen zijn en houd deze vrij van obstakels.
- Ken de betekenis van de alarmsignalen bij calamiteiten op locatie.
- In geval van brand en/of een ongeval is de eerste stap om aan je eigen veiligheid te denken en de bedrijfs hulpverlener te waarschuwen.
- In geval van een milieu-incident probeer verdere verspreiding zoveel mogelijk te voorkomen, bijvoorbeeld met absorptiekorrels of zand.
- Neem altijd je eigen veiligheid in acht en meld het incident bij je leidinggevende.

2.5 Milieuzorg

Om het milieu niet onnodig te belasten, moet je zorgvuldig omgaan met een aantal zaken. Deze instructies gelden overall:

- Zamel afvalstoffen gescheiden in.
- Ruim gemorst afval of lekkages direct en met passende middelen op.
- Sla milieugevaarlijke stoffen op zoals voorgeschreven.
- Laat verwarming, verlichting en apparatuur niet 'aan' staan als je als laatste de ruimte verlaat.
- Laat machines, gereedschap, auto's, busjes of materieel niet onnodig draaien als zij niet worden gebruikt, daarmee besparen we brandstof en verminderen we de CO₂-uitstoot.

Het Beleid Milieuzorg is verder uitgewerkt in het RB+ Handboek.

2.6 Besloten Ruimten

Onder besloten ruimten vallen o.a. kruipruimtes, liftschachten of kelders. Voor het betreden van een besloten ruimte is een werkvergunning verplicht, afgegeven door de opdrachtgever of projectleider.

- Lees voor het betreden van de besloten ruimte de werkvergunning en volg de instructies hiervan op.
- Alleen personen van 18 jaar en ouder die intern geïnstrueerd zijn, mogen de besloten ruimte betreden.
- Verricht gasmetingen en betreed de ruimte enkel als de waarden veilig zijn conform de werkvergunning.
- Stel een manwacht aan bij de ingang van de ruimte.
- Draag de juiste PBM's en veiligheidskleding zoals vermeld in de werkvergunning.

2.7 Kantoor

Een kantoor lijkt op het eerste gezicht een veilige plaats om te werken. Door de grootte van het gebouw en de aanwezigheid van mensen moet ook deze werkomgeving echter aan een aantal regels voldoen om de kans op ongevallen te verminderen.

- Weet wie je moet waarschuwen bij calamiteiten. Dit staat in het noodplan, ontruimingsplan of op een alarmkaart.
- Kijk waar de vluchtwegen zijn en houd deze vrij.
- Behandel elektrische apparatuur en kabels met zorg.
- Voorkom brandgevaarlijke situaties.
- Schakel apparatuur (zo mogelijk) bij vertrek uit.
- Ruim je werkplek dagelijks op.
- Sluit lades direct na gebruik en sluit ramen en deuren bij vertrek.

2.8 Beeldschermwerk

Als je meer dan 2 uur per dag met een computer werkt heb je een verhoogde kans op KANS: Klachten van de Arm, Nek en/of Schouder. Om deze klachten te voorkomen:

- Ga na 2 uur beeldschermwerk 10 minuten iets anders doen.
- Werk per dag niet meer dan 6 uur achter een computer.
- Zorg voor een goed ingerichte en ingestelde werkplek.
- Maak gebruik van een (pauze)softwareprogramma.

Voor meer advies over de inrichting en instellingen kun je terecht bij de VGM-coördinator.



2.9 Langs Open Water

Bij werkzaamheden bij open water (zoals zwembad) moeten er maatregelen genomen worden om vallen in het water of onder stroom staan te voorkomen. Er dient een adequate randbeveiliging te worden aangebracht of een andere maatregel om een val in het water te voorkomen. Kan dat niet en moet er met persoonlijke beveiliging gewerkt worden, dan gelden de volgende regels:

- Draag een reddingsvest (minimaal 275N).
- Werk met minimaal 2 personen.
- Er moeten een reddingsplan en reddingsmiddelen beschikbaar zijn.

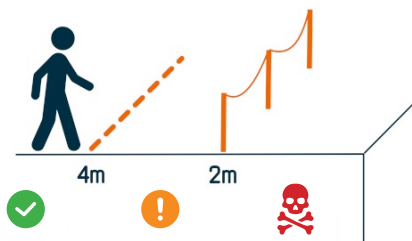
Gebruik bij werken langs het water of in vochtige omstandigheden geen elektrisch gereedschap met snoer.




2.10 Werken op Hoogte

Er is sprake van werken op hoogte bij:

- Valhoogte van 2,5 meter of meer.
- Valhoogte van minder dan 2,5 meter met onderliggende risico's (bijvoorbeeld bij werken boven water of uitsteeksels).

Er dienen maatregelen te worden genomen om een val te voorkomen, afhankelijk van de afstand tot de rand, gat, opening of sparing op hoogte.



Randafstand	> 4 meter	2 tot 4 meter	> 4 meter
	Veilige Zone 	Kritische Zone 	Gevaarlijke Zone 
Afbakening van de zonegrens	<i>Markering:</i> bijvoorbeeld door pylonen, rood-wit afzetlint of lijn op de grond	<i>Fysieke afzetting:</i> bijvoorbeeld paaltjes met ketting of kabel	<i>Valgevaar voorkomen:</i> adequate randbeveiliging, vangnetten, plaatsen van een steiger, stelling, bordes, of verplicht stellen van persoonlijke valbeveiliging

Als er gewerkt moet worden met persoonlijke valbeveiliging dan gelden aanvullend de volgende regels:

- De beveiliging moet op het werk zijn afgestemd.
- Er moet een duidelijke instructie worden gegeven.
- Er moeten een reddingsplan en reddingsmiddelen beschikbaar zijn (in bijv. het VGM-plan).

2.11 Fysieke Belasting

Risico's

Rugklachten komen met regelmaat voor en zijn soms zo erg dat je niet meer kunt werken. Voorkomen is beter dan genezen. De oorzaken zijn meestal verkeerd tillen of lang in een verkeerde houding staan of zitten. De klachten variëren van spierpijn tot hernia en versleten rugwervels.

Maatregelen

- Bepaal het gewicht vooraf.
- Overschat je eigen kracht niet (ook niet voor kleine afstanden).
- Roep hulp als je twijfelt of je het voorwerp alleen kunt tillen, of als het voorwerp een moeilijke vorm heeft.
- Maak gebruik van hulpmiddelen zoals bouwlift of takels.
- Duwen is beter dan trekken; duw bij voorkeur met de handen op schouderhoogte.
- Vermijd ongunstige werkhoudingen, zoals langdurig knielen of met de handen boven het hoofd werken.

Tilinstructie

- Houd het gewicht zo dicht mogelijk bij je lichaam.
- Til met je beenspieren (door de knieën zakken en met gestrekte rug tillen).
- Til maximaal 23 kilo alleen of 50 kilo met 2 personen.
- Draai door je voeten te verplaatsen, niet je lichaam.
- Ga bij neerzetten op dezelfde manier te werk als bij het tillen, maar dan in omgekeerde volgorde.
- Til nooit vanuit zitpositie en til met beide handen.



2.12 Weersomstandigheden

Kou, warmte, harde wind en regen hebben invloed op de veiligheid van de werkplek.

- Bedek bij felle zon je hoofd, smeer regelmatig met zonnebrandcrème, drink voldoende (geen alcohol), draag bedekkende werkkleding (lange broek en lange mouwen).
- Stop met werken bij onweer en schuil in een gebouw of auto. Schuil niet onder bomen of in het open veld.
- Draag bij kou beschermende kleding en handschoenen. Strooi zout, zand of steenslag over gladde plekken.
- Verricht alleen hijswerk en werk alleen met hoogwerkers, hangbakken en draagbaar klimmaterieel bij wind indien de gebruikershandleiding dit toestaat.

2.13 Gevaarlijke Stoffen

Gevaarlijke stoffen kunnen schadelijk zijn voor je gezondheid. Sommige stoffen leveren direct gevaar op door inademing of aanraking. Van andere stoffen merk je de negatieve effecten pas op de langere termijn. Vaak is de schade aan je gezondheid onherstelbaar.

2.13.1 Werken met gevaarlijke stoffen

- Lees voor gebruik het etiket en VeiligheidsInformatieBlad (VIB).
- Draag de juiste PBM's; deze staan vermeld op het VIB.
- Vermijd huidcontact; draag lange mouwen en lange broek.
- Zorg voor voldoende ventilatie of afzuiging op de werkplek.
- Ruim afval zo snel mogelijk op; bij voorkeur met stofzuigen.
- Drink, eet of rook niet als je werkt met gevaarlijke stoffen.
- Voor pauzes en na beëindiging van de werkzaamheden goed handenwassen; eerste met water, daarna met zeep.



Explosief



Schadelijk



Oxyderend



Bijtend



Giftig



Ontvlambaar



Lange termijn
gezondheidsgevaarlijk



Gevaarlijk voor het
aquatisch milieu



Gas onder druk

2.13.2 Glas- en steenwol

Glas- en steenwol zijn isolatiematerialen die bestaan uit hele dunne draden of vezels. Bij het bewerken of verwijderen van dit isolatiemateriaal komen vezels vrij die irritatie op de huid, in de ogen of luchtwegen kunnen veroorzaken.

- Draag de juiste PBM's; handschoenen, adembescherming (minimaal FFP2) bij afwezigheid van afzuiging en een veiligheidsbril bij werken boven het hoofd.
- Snijd met een scherp mes op bij voorkeur vaste ondergrond.
- Ruim (afval)stof zo snel mogelijk op met een stofzuiger, zodat het niet kan opstuiven en kan worden ingeademd.

2.13.3 Kwarts

Kwarts komt voor in veel grondstoffen die in de bouw worden gebruikt. Bij boren, frezen, zagen, slijpen of hakken komen fijne kwartsstofdeeltjes vrij, die diep in de longen kunnen doordringen en daar op termijn ernstige longaandoeningen kunnen geven. Ruim stof op de werkplek op met een stofzuiger, zodat het niet kan opstuiven en kan worden ingeademd.

2.13.4 Asbest

Dit isolatiemateriaal werd in Nederland vanaf 1945 tot 1994 veelvuldig gebruikt. Bij het bewerken of verwijderen van asbesthoudend materiaal komen asbestvezels vrij. Het inademen van deze vezels kan op termijn kanker veroorzaken.

Het **PROTOCOL ASBEST** is verder uitgewerkt in het RB+ Handboek.

2.13.5 Chroom-6

Chroom-6 kan vrijkomen bij bewerken van roestwerende coatings van metalen producten. Blootstelling aan deze stof kan op termijn leiden tot gezondheidsschade.

Het **PROTOCOL CHROOM-6** is verder uitgewerkt in het RB+ Handboek.

2.14 Veiligheids- en Gezondheidssignalering

Ondanks goede maatregelen kunnen er nog steeds gevaren op de werkplek aanwezig zijn. Op de plaatsen waar zich dat gevaar voordoet, moet een waarschuwing worden aangebracht. Hierbij wordt onderscheid gemaakt tussen waarschuwingsborden, gebodsborden, verbodsborden, reddingsborden en brand-bestrijdingsborden.

Een overzicht van de meest voorkomende borden vind je op de volgende pagina's.

Waarschuwingsborden



Gevaar



Hangende lasten



Radioactieve stoffen



Laserstraal



Struikelen



Valgevaar



Transport voertuigen



Heet oppervlak

Gebodsborden



Veiligheids
helm verplicht



Gehoer
bescherming
verplicht



Oog
bescherming
verplicht



Handschoenen
verplicht



Adem
bescherming
verplicht



Stofmasker
verplicht



Veiligheidshesje
verplicht



Veiligheids
schoenen
verplicht



Redvest
verplicht



Val beveiliging
verplicht



Werkkleding
verplicht



Leuning
vasthouden
verplicht



Lees instructie



Gasdetectie
verplicht



LOTO
verplicht



Achteruit
inparkeren
verplicht

Verbodsborden



Verboden te roken



Vuur, open vlam en roken verboden



Verboden toegang



Geen drinkwater

Verbodsborden



Eerste hulp



Nood douche



Ogen spoelstation



Verzamelpaats



Noodtelefoon



Brancard



Vluchtweg/
nooduitgang



AED

Brand-bestrijdingsborden



Brandblusser



Brandhaspel



Blusdeken



Handmelder

Hoofdstuk 3: Materieel en Middelen

3.1 Bedrijfswagen

- Houd de binnenkant van de auto schoon en rookvrij.
- Zorg voor de juiste belading, zware delen onderop.
- Voorkom dat de lading losraakt of gaat schuiven als je plotseling moet remmen.
- Bel alleen handsfree (middels carkit of één oortje).
- De maximale snelheid op terrein van derden is stapvoets (15 km/u), tenzij anders aangegeven op de locatie.

3.2 Aanhangwagens

In principe is rijbewijs BE nodig, behalve:

- Als je een aanhanger van maximaal 750 kilo* gebruikt.
- Als je een aanhanger zwaarder dan 750 kilo* gebruikt, maar de auto en aanhanger samen niet boven de 3500 kilo* uitkomt. De aanhanger mag zwaarder zijn dan de lege auto.

*: leeggewicht + maximale laadvermogen

Let voor vertrek nog extra op de volgende onderwerpen:

- Maak de koppeling en breekkabel vast aan de auto.
- Controleer of de verlichting goed werkt.
- Laad niet meer dan het max. laadgewicht aanhanger.
- Trek niet meer dan het max. trekgewicht van de auto.
- Zet het materiaal goed vast, bijvoorbeeld met spanbanden.
- Dek de lading af met een net of een zeil.

3.3 Rollend Materieel

Vrachtwagens, grondverzetmachines, heftrucks en hijskranen worden veel gebruikt in de bouw en infra. Het werken met deze vaak zeer wendbare machines vraagt niet alleen vakmanschap van de machinist, maar ook van medewerkers die in de directe omgeving van de machines moeten werken.



**ZIE JE MIJ
ZIE IK JOU**

Om ongevallen te voorkomen, gelden de volgende regels:

- Het meerijden op bobcats, heftrucks en dergelijke is ten strengste verboden.
- Zorg ervoor dat de machinist/chauffeur je altijd kan zien. Benader de machine/vrachtwagen vanaf de voorzijde van de cabine en maak eerst oogcontact voordat je binnen het bereik van de machine/vrachtwagen komt.
- Blijf altijd op een veilige afstand naast een achteruitrijdende machine of vrachtwagen.
- Let speciaal op de "dode" hoeken.

3.4 Handgereedschap

- Lees voor gebruik de gebruiksaanwijzing en volg instructies op.
- Gebruik geen gereedschap of middelen waarvan de keuringsdatum is verlopen.
- Controleer het gereedschap visueel op beschadigingen en gebreken, met name de behuizing en bekabeling.
- Elektrisch aangedreven handgereedschap moet voorzien zijn van een dodemans- of vasthoudknop.
- In nauwe, geleidende ruimten (kruipruimte, liftschachten) mag je uitsluitend gebruik maken van accugereedschap.
- In explosiegevaarlijke ruimten mag je alleen gebruik maken van elektrisch handgereedschap met Ex-Code.



- Draag de juiste PBM's:
 - o Veiligheidsbril of ruimzichtbril bij:
 - Verspanende werkzaamheden.
 - Bovenhandse werkzaamheden.
 - o Gehoorbescherming bij 80 dB(A) of hoger.
 - o Gebruik goede afzuiging bij boren, zagen of verwijderen van steenwol.
 - o Adembescherming (minimaal FFP2) bij afwezigheid van afzuiging / bij beperkte ventilatie.



3.4.1 Schiethamer

- Alleen personen van 18 jaar en ouder die intern geïnstrueerd zijn, mogen een schiethamer bedienen.
- Laat een schiethamer nooit onbeheerd achter.
- Door het werken met de schiethamer kunnen rondvliegende deeltjes schade geven aan personen of voorwerpen. Houd de werkplek vrij van andere personen tot minstens 2 meter afstand van de werklocatie.
- Voor het onderhoud, reinigen of service de schiethamer altijd eerst ontladen.
- De machine nooit demonteren als deze heet is. Als er iets aan de plastic patroonstrip smelt, laat de machine dan eerst afkoelen.
- Draag de juiste PBM's: Veiligheidsbril, gehoorbescherming en handschoenen.



3.4.2 Slijpmachine

- Gebruik geen kunsthars-gebonden slijpschijven waarvan de houdbaarheidsdatum is verlopen. De uiterste gebruiksmaand staat op de metalen ring in het midden van de slijpschijf.
- Controleer voor gebruik het toerental van de machine. Dit mag nooit groter zijn dan het getal dat op de slijpschijf staat aangegeven.
- Zet het te slijpen werkstuk goed vast. Voorkom dat er teveel druk op de schijf staat of dat de schijf wrikt of klemt in het werkstuk.
- Door het werken met de slijpmachine kunnen rondvliegende deeltjes (brand)schade geven aan personen of voorwerpen. Houd de werkplek vrij van personen en brandbare producten tot minstens 2 meter afstand van de werklocatie.
- Leg de slijpmachine nooit weg als de schijf nog draait.
- Draag de juiste PBM's:
Veiligheidsbril, gehoorbescherming en handschoenen.



3.4.3 Kabelhaspel

- Rol kabelhaspels bij gebruik helemaal af.
- Zorg dat kabelhaspels niet kunnen inwateren. Leg ze bijvoorbeeld omgekeerd neer, dus met de contactdozen omlaag op een paar stenen of blokjes hout, zodat ze ook niet in een plas kunnen liggen.

3.5 Hoogwerker en Rolsteiger



- Lees voor gebruik de gebruiksaanwijzing en volg instructies op.
- Alleen personen van 18 jaar en ouder die intern geïnstrueerd zijn, mogen de hoogwerker bedienen of rolsteiger opbouwen.
- Controleer de middelen voor gebruik visueel op gebreken en of de keuringsdatum niet is verlopen.
- Belast het middel niet meer dan de maximale belasting.
- Plaats op een vlakke, stroeve en draagkrachtige ondergrond.
- Verlaat de werkbak of -vloer nooit op hoogte.
- Plaats geen trap of opstapjes in de werkbak of op de werkvloer.

Het gebruik van werkbakken en -platforms anders dan een hoogwerker of steiger is alleen bij uitzondering toegestaan mét een werkvergunning.

3.5.1 Bij inzet hoogwerker

- Voorkom dat personen getroffen kunnen worden door vallende objecten. Zet de plaats waar voorwerpen van hoogte kunnen vallen af.
- Draag valbeveiliging en korte lijn vastmaken aan de werkbak.
- Gebruik een hoogwerker buiten niet bij windsnelheden groter dan windkracht 6.

3.5.2 Bij inzet rolsteigers

- Voorzie alle vloeren van heup- en knieleuningen.
- Voorzie de werkvloer van kantplanken.
- Plaats de stabiliteits-voorzieningen.
- Beklim de rolsteiger aan de binnenzijde.
- Verplaats met een rolsteiger geen materialen of personen.

3.6 Ladders en Trappen

Als een ander, veiliger arbeidsmiddel (rolsteiger of hoogwerker) kan worden gebruikt heeft dit de voorkeur boven het gebruik van ladder of trap.

Het gebruik van een trap heeft de voorkeur boven het gebruik van een ladder.

- Max. 1 persoon tegelijk op de ladder/trap.
- Voer geen buitenwerk uit bij windkracht 6 of hoger.
- Voer alleen licht fysieke werkzaamheden uit (tillen tot 10 kg).
- Voer voor gebruik een LMRA uit. Controleer daarbij:
 - o Of de ladder/trap gekeurd is.
 - o Of de ladder/trap schoon, heel en onbeschadigd is.
 - o Of de ladder/trap juist is opgesteld op een vlakke, stroeve en draagkrachtige ondergrond.
 - o Of de ladder/trap niet omver gereden of gelopen kan worden. Zet looproutes, doorgangen of deuren nabij af.

3.6.1 Bij gebruik ladder

- Gebruik om hoogte te overbruggen, niet als werkplek.
- Plaats de ladder onder de juiste hoek (75 graden).
- Niet op de bovenste 3 treden staan.
- Laat de ladder minimaal 1 meter (3 sporten) uitsteken boven de plaats waartoe hij toegang geeft.
- Gebruik een laddermat bij gladde vloer om wegglijden of verschuiven van de ladder te voorkomen.
- Borg de ladder aan de bovenkant om wegglijden of verschuiven te voorkomen.
- Plaats opsteekladders met het schuivende deel aan de voorkant, met minimaal 3 sporten overlap.

3.6.2 Bij gebruik trap

- Ga niet op de bovenste drie treden van een trap staan als de trap niet is voorzien van een hogere leuning/steunbeugel.

3.7 Persoonlijke Valbeveiliging

Soms is adequate randbeveiliging niet mogelijk en is het gebruik van persoonlijke valbeveiliging de laatste optie.

- Er moet een duidelijke instructie worden gegeven.
- Er moeten een reddingsplan en reddingsmiddelen beschikbaar zijn (in bijv. het VGM-plan).
- Controleer de valmiddelen voor gebruik visueel op gebreken en of de keuringsdatum niet is verlopen.
- Als een valbeveiligingsmiddel eenmaal een val heeft gebroken, moet deze herkeurd worden.
- Bewaar de valbeveiligingsmiddelen in een aparte box of zak om deze te beschermen tegen vocht, vet of vuil.

3.7.1 Werkplekpositionering

Om te voorkomen dat je over de rand kunt vallen, gebruik je een werkplekpositioneringssysteem: een bodyharnas met een vanglijn met een vaste lengte. De vanglijn mag niet langer zijn dan de afstand tot de (dak)rand.

3.7.2 Valbeveiliging

Een valbeveiligingssysteem stopt de val voordat je de grond raakt en bestaat uit een bodyharnas met een vanglijn met valdemper of een automatisch valstopapparaat nodig. Het is duidelijk dat de vanglijn niet langer mag zijn dan de valdiepte.

Hoofdstuk 4: Persoonlijke Beschermingsmiddelen

4.1 Verstrekking / Vervanging



Alle nieuwe medewerkers ontvangen bij aanvang van het werk een op naam ter beschikking gesteld pakket met persoonlijke beschermingsmiddelen (PBM) en bedrijfskleding. Dit pakket is afgestemd op de uit te voeren werkzaamheden. Indien er voor een bepaald werk of op een bepaalde locatie aanvullende persoonlijke middelen nodig zijn, worden deze ter beschikking gesteld.

Aanvullingen of vervanging op het pakket kan worden aangevraagd bij de RB+-receptioniste of via puntensysteem van ISERO.

4.2 Persoonlijke Beschermingsmiddelen (PBM's)

Het dragen van PBM's is verplicht:

- Als dit in het instructieboekje is aangegeven.
- Als dit verplicht is gesteld, bijvoorbeeld:
 - o Door de opdrachtgever of VGM-plan.
 - o Aangegeven met gebodsbord (blauw pictogram).
 - o In de handleiding van een arbeidsmiddel of product.






PBM	Verplichting	Pictogram
<p>Adem- bescherming</p> <p>Advies Stofkapje, minimaal FFP2</p>	<p>Verplicht bij/nabij de volgende werkzaamheden:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Zaag-, slijp,- boor- en/of hak werkzaamheden zonder afzuiging. - Bij verwijderen oud isolatiemateriaal (steenwol). 	
<p>Gehoor- bescherming</p>	<p>Verplicht bij geluidsniveau ≥ 80 dB(A). Dit is onder meer bij/nabij de volgende werkzaamheden:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Zaag-, slijp,- boor- en/of hak- werkzaamheden. - Bij gebruik schiethamer en tracker. 	
<p>Handschoenen</p>	<p>Verplicht bij de volgende werkzaamheden:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Zaag-, slijp,- boor- en/of hak- werkzaamheden. - Werken met gevaarlijke stoffen en steenwol. 	
<p>Oog- bescherming</p>	<p>Verplicht bij de volgende werkzaamheden:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Zaag-, slijp,- boor- en/of hak- werkzaamheden. - Boven het hoofd werken. - Werken met gevaarlijke stoffen. - Bij verwijderen oud isolatiemateriaal (steenwol). - Bij gebruik schiethamer en tracker. 	

PBM	Verplichting	Pictogram
<p>Veiligheidshelm</p> <p>Vervang de helm als deze klappen en/of stoten heeft opgevangen of als hij 3 jaar oud is.</p> <p>De productiedatum staat op de binnenkant van de klep.</p>	<p>Verplicht bij de volgende werkzaamheden:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Locaties waar je je hoofd kan stoten (bijv. besloten ruimte). - Locaties met kans op vallende voorwerpen, bijv. boven elkaar werken (op of nabij steiger/hoogwerker). <p><i>Note: Een stootcap is niet toegestaan als alternatief voor een bouwhelm. Een stootcap biedt geen bescherming aan het hoofd tegen vallende voorwerpen.</i></p>	
<p>Veiligheids-schoenen</p> <p>Advies S3, hoog model</p>	<p>Verplicht bij alle werkzaamheden.</p>	
<p>Valbeveiliging</p>	<p>Verplicht bij werkzaamheden op hoogte:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Werken in een hoogwerker. - Waarbij geen andere maatregelen mogelijk zijn om een val te voorkomen (bijvoorbeeld hek-/leuningwerk of vangnet). 	
<p>Zwemvest</p> <p>Advies 275N</p>	<p>Verplicht bij werkzaamheden bij open water waarbij geen maatregelen mogelijk zijn om een val in het water te voorkomen.</p>	

4.3 Bedrijfskleding

Het dragen van bedrijfskleding is verplicht:

- Als dit in het instructieboekje is aangegeven.
- Als dit verplicht is gesteld:
 - o Door de opdrachtgever of VGM-plan.
 - o In de handleiding van een arbeidsmiddel of product.

Kleding	Verplichting	Illustratie
Bedrijfskleding #Ter bescherming van huidletsel, UV straling en werken met steenwol.	Dragen van werkkleding met minimaal korte mouwen is verplicht voor alle werkzaamheden.	
	Dragen van werkkleding met lange mouwen wordt sterk geadviseerd# voor alle werkzaamheden.	
	Dragen van korte broek is toegestaan, - Mits toegestaan door opdrachtgever / het VGM-plan. - Mits er geen significant risico tot huidletsel is. - Mits een lange broek op het werk beschikbaar is.	
	Dragen van werkkleding met lange broek wordt sterk geadviseerd# voor alle werkzaamheden.	
Kleding met striping	Verplicht minimaal hesje met striping te dragen bij werkzaamheden. Bij zichtbeperkende omstandigheden (mist, regen, schemer, nacht ed.) is lange mouwen én lange broek met striping verplicht.	

4.3.1 Sieraden

Sieraden om de pols, hals of vingers en piercings op onbedekte plaatsen kunnen bijzonder gevaarlijk zijn tijdens werkzaamheden in de zagerij of op projecten.

Daarom de volgende stellingen:

- Draag geen loshangende kledingstukken (bijv. sjaals).
- Draag geen loshangende haren.
- Sieraden en accessoires niet toegestaan, tenzij deze:
 - o Voorzien is van paniekslotje of breekpunt.
 - o Bedekt danwel afgeplakt zijn.

Hoofdstuk 5: Verklarende Woordenlijst

AED	Automatische Externe Defibrillator
BHV	Bedrijfs Hulp Verlening
B-VCA	Basisveiligheidsopleiding
CMR	Kankerverwekkende, mutagene of reprotoxische stoffen
CO ₂	Koolstofdioxide
dB(A)	Decibel, eenheid van geluid
Ex-code	ATEX-goedgekeurde middelen
FFP2	Typeaanduiding adembescherming
GPI	Generieke Poort Instructie
KANS	Klachten van de Arm, Nek en/of Schouder
LMRA	Laatste Minuut Risico Analyse
LOTO	Lock Out – Tag Out
N	Newton, eenheid voor draagvermogen
PBM	Persoonlijke BeschermingsMiddel
PIF	Project Informatie Formulier
RIE	Risico Inventarisatie en Evaluatie
S3	Typeaanduiding veiligheidsschoen
TBX	Toolbox
VCA	VGM Checklist Aannemers
VGM	Veiligheid Gezondheid Milieu
VIB	Veiligheids Informatie Blad
VOL-VCA	Veiligheidsopleiding voor leidinggevendden
WAV	Wet Arbeid Vreemdelingen
WPI	Werk Plek Inspectie
ZZP	Zelfstandige Zonder Personeel

VEILIG WERKEN DOEN WE SAMEN



Veilig Werken Doen We Samen

Scan hiernaast de QR code om naar de meest actuele versie te gaan!

www.rbplus.nl/vwdws