

Scherp op veiligheid

Instructiebrochure



Scherper. Slimmer. Schoner.

Inhoudsopgave

Inleiding	3
Arbo- en milieubeleid	4
Algemene regels	4
Veilig werken met app	5
Veilig, gezond en milieubewust werken	5
Wat te doen bij een ongeval	6
Wat te doen bij brand	6
Vluchtwegen	7
Verboden toegang	7
Aanrijdgevaar	7
Persoonlijke beschermingsmiddelen	8
Milieumaatregelen	9
Werken met (hoge) drukinstallaties	10
Werken op hoogte	11
Draaiende en bewegende delen	12
Temperatuurverschillen	12
Voorkomen van besmetting	13
Werken met schadelijke reinigingsmiddelen	16
Openbaar vervoer	17

Inleiding

Er zijn mensen die veiligheidsmaatregelen en –voorschriften ervaren als een belemmering bij het uitoefenen van hun werk. De maatregelen en voorschriften zijn echter opgesteld in je eigen belang en gebaseerd op wettelijke bepalingen en praktijksituaties. De meeste ongelukken worden veroorzaakt door haast, gemakzucht of onwetendheid.

Het is dus van belang dat je bij de uitoefening van je werkzaamheden in de eerste plaats je gezond verstand gebruikt en elk risico, hoe klein ook, voor jezelf en anderen probeert uit te sluiten.

In de wetgeving zijn hierover algemene verplichtingen opgenomen voor zowel de werkgever als voor de werknemer. Hieronder staan er een paar:

Voor de werkgever:

- werk samen met de werknemer om de arbeidsomstandigheden zo optimaal mogelijk te maken;
- bestrijd de gevaren en risico's voor de veiligheid, de gezondheid en welzijn bij de bron;
- zorg voor een veilige werksituatie (werkplek en bijbehorende middelen en materialen).

Voor de werknemer:

- werk samen met de opdrachtgever om de arbeidsomstandigheden zo optimaal mogelijk te maken;
- gebruik beveiligingen op de juiste manier en verander ze niet of haal ze niet weg als het niet noodzakelijk is ;
- gebruik de ter beschikking gestelde Persoonlijke Beschermingsmiddelen (PBM's) en houd ze in goede staat;
- neem deel aan cursussen, instructies en voorlichtingsbijeenkomsten om de kennis en vaardigheden met betrekking tot veiligheid, gezondheid en welzijn te verhogen;
- laat handelingen die het milieu belasten achterwege.

Veel opdrachtgevers hebben eigen regels en voorschriften voor wat er gedaan moet worden in geval van bedrijfsongevallen, brand of andere calamiteiten. Deze voorschriften moeten bij iedereen bekend zijn. De belangrijkste regels hangen vaak aan de muur waar iedereen ze kan zien. Zorg dat je kennis neemt van deze voorschriften als je bij deze opdrachtgevers werkzaam bent.

Houd je aan alle voorgeschreven regels en voorschriften. Het overtreden van of je niet houden aan deze regels en voorschriften kan leiden tot sancties zoals beschreven in het sanctiebeleid van CSU.

Arbo- en milieubeleid

Het beleid van CSU is gericht op:



Het creëren en continu verbeteren van een goede en veilige werkomgeving, waardoor schade aan de gezondheid wordt voorkomen. Onze waardevolle medewerkers en andere betrokkenen moeten naar behoren kunnen functioneren, zonder onaanvaardbare risico's te lopen. Goede en veilige arbeidsomstandigheden zijn in het belang van onze medewerkers, onze klanten en het bedrijf (onze organisatie).



Het steeds verder beperken van de milieubelasting van onze activiteiten op de leefomgeving. Dit is dus belangrijk voor onze klanten, onze medewerkers en andere betrokkenen. We kunnen dit alleen bereiken door verstandig om te gaan met de beschikbare middelen, materialen en energiebronnen. Ook steunen we, waar mogelijk, onze klanten bij de ontwikkeling van milieuvriendelijke oplossingen.

Algemene regels

WEL DOEN

- Volg altijd de huisregels van de klant op
- Draag altijd je werkkleding
- Rook alleen in daarvoor aangewezen ruimtes
- Is er iets kapot? Vertel het je object- of rayonleider en noteer het in het logboek. Doe er een briefje op met 'KAPOT'
- Meld gevaarlijke situaties, zoals lekkages, blootliggende elektrische draden of kapotte lampen bij je object- of rayonleider en noteer het in het logboek
- Weet je waar de nooduitgang, de brandtrap, de brandblusser etc. zijn? Zoek ze op!
- Regel de werkzaamheden zodanig dat je zelf en anderen zo min mogelijk gevaar lopen
- Gebruik je alleenwerkerskaart (als je op een sleutelpand werkt)
- Ben voorzichtig met (reinigings)middelen! Lees het etiket voor gebruik en sluit de flacons altijd
- Plaats een geel waarschuwingsbord voordat je de vloer natmaakt
- Let op je werkhouding!
- Controleer of ramen en deuren gesloten zijn (tenzij je een andere opdracht krijgt)
- Controleer of alle verlichting uit is (tenzij je een andere opdracht krijgt)
- Controleer of alle kranen dicht zijn
- Ruim alle apparatuur en materialen op
- Ruim je werkkast op

NIET DOEN

- Rook niet op je werkplek
- Ga niet op tafels en stoelen staan, maar gebruik een telescoopsteel of een trap
- Gebruik geen kapotte klimmaterialen
- Gebruik geen kapotte elektrische apparatuur
- Is er iets kapot? Gebruik het niet en repareer het niet zelf, maar meld het bij je object- of rayonleider
- Is er brand? Maak geen gebruik van de lift, maar gebruik de trap
- Ben je alleen in het gebouw? Maak geen gebruik van de lift, maar gebruik de trap
- Grijp niet zomaar met je handen in een afvalbak, er kunnen namelijk scherpe dingen in zitten
- Meng geen (schoonmaak)middelen
- Gebruik geen (schoonmaak)middelen zonder etiket
- Gebruik geen chloor (het is geen reinigingsmiddel!)

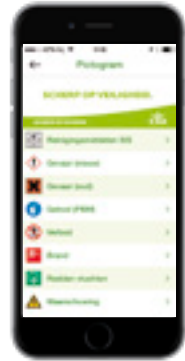
Veilig werken met veilig-app

De veiligheid van onze mensen vinden we heel erg belangrijk, vandaar ook deze veiligheidsinstructie. Om veiligheid nog toegankelijker te maken is er een app ontwikkeld die je kunt downloaden en die je kan ondersteunen tijdens je werk.

Wat kun je op de app vinden?

- wat is de beste werkhouding;
- gebruik van materialen en middelen;
- hoe handel je in noodsituatie;
- uitleg pictogrammen;
- adressen en telefoonnummers van CSU-vestigingen;
- en nog veel meer.

Je kunt de app **CSU werkt veilig** vinden in de AppStore van Apple en in de Google Play-store.



Veilig, gezond en milieubewust werken

Arbeidsomstandigheden zijn geregeld in de Arbo-wet. Hierin zijn allerlei zaken geregeld met betrekking tot veilige en gezonde arbeidsomstandigheden. Zowel de werkgever (CSU) als de werknemer (jij zelf) hebben daarbij verantwoordelijkheden. Ook de opdrachtgever, waar je voor werkt, heeft verantwoordelijkheden op dit gebied. Met andere woorden: we moeten samen zorgen voor een veilige en gezonde werksituatie. En als de arbeidsomstandigheden goed zijn is de kans op ziek worden of een ongeval krijgen klein.

Als werknemer moet je je constant bewust zijn van de gevaren en risico's van je werk. Je moet ook zelf maatregelen nemen om deze gevaren en risico's te vermijden.

Aandachtspunten voor veilig werken:

- werk volgens de juiste werkmethoden;
- volg de aanwijzingen op de werkinstructie en het etiket van reinigingsmiddelen op;
- controleer je materialen voordat je er mee gaat werken;
- regel het werk op de werkplek zo dat je zelf en anderen geen gevaar lopen;
- waarschuw anderen voor uitglijden door het plaatsen van een waarschuwingsbord;
- geef het direct aan je leidinggevende door als iets niet in orde is;
- kijk uit bij situaties waar water en elektriciteit samen komen;
- laat machines nooit onbeheerd achter;
- maak altijd gebruik van de persoonlijke beschermingsmiddelen (pbm's) die voorgeschreven worden door CSU of de opdrachtgever;
- plak een "defect"-sticker op elektrische apparaten/machines die defect zijn;
- gebruik een alleenwerkerskaart als je alleen op een pand werkt.



Wat te doen bij een ongeval

Waarschuw bij ernstig letsel de eventueel aanwezige EHBO-er of bedrijfshulpverlener, bel het alarmnummer van het project of, als dat er niet is, rechtstreeks **alarmnummer 112**. Gebruik voor eenvoudige verwondingen, zoals een snee of een schaafwond, de verbanddoos.

Zorg ervoor dat de verbanddoos na gebruik weer wordt aangevuld. Meld dit aan je leidinggevende. Gebruik alleen de toegestane (meestal blauwe) pleisters. Meld een ongeval of een bijna-ongeval altijd aan je leidinggevende, zodat een "melden incidenten"-formulier ingevuld kan worden.

Wat te doen bij brand

Waarschuw bij een brand zo snel mogelijk de brandweer via het brandalarm, de receptie, portier of rechtstreeks via **alarmnummer 112**. Blijf in ieder geval kalm en geef duidelijk je naam en de locatie waar je je bevindt. Bestrijd een grote brand nooit zelf! Ga naar de aangegeven verzamelplek. **Gebruik tijdens een brand nooit de lift!**

Blustoestellen

Algemene regels voor het gebruik van blustoestellen:

- blijf bij het blussen op een afstand van 3 tot 5 meter van het vuur;
- blus nooit tegen de wind in en spuit gericht van onder naar boven;
- spuit bij een vloeistofbrand onafgebroken door totdat het vuur is gedoofd;
- loop nooit weg met de rug naar de brand gericht;
- laat een gebruikt blustoestel altijd door een deskundige controleren.

Voer een en ander alleen uit als je eigen veiligheid NIET in het geding komt!

Blusdekens

Blusdekens, ook wel branddekens genoemd, worden gebruikt om vlammen te doven als iemands kleding in brand staat. Je kunt een blusdeken ook gebruiken om brandende voorwerpen te doven.

Algemene regels voor het gebruik van blusdekens:

- leg het slachtoffer bij voorkeur op de grond en rol de deken om het slachtoffer heen;
- zorg ervoor dat de blusdeken aan de hals goed sluit.

Vluchtwegen

In ieder gebouw zijn op verschillende plaatsen nooddeuren aangebracht. Neem eens de proef op de som en volg de aangebrachte richtingspijlen, zodat je weet waar je dan uitkomt. Controleer regelmatig of de vluchtwegen niet versperd zijn. Geef eventuele obstakels altijd door aan je leidinggevende. Een vrije vluchtweg kan van levensbelang zijn!



Richting van de
nooduitgang naar links



(nood)uitgang



Richting van de
nooduitgang naar rechts

Verboden toegang

Sommige ruimten mogen, in verband met gevaar, niet betreden worden. Let op de borden op deuren. Moet je toch in een dergelijke ruimte zijn, vraag dan eerst toestemming aan je leidinggevende of de opdrachtgever.

Aanrijdgevaar

In veel industriële omgevingen wordt gebruik gemaakt van heftrucks. Let in dit geval op aanrijdgevaar! Maak altijd gebruik van de aangegeven looproutes om aanrijden te voorkomen. Heftrucks mogen alleen gebruikt worden door daarvoor opgeleide personen.



Persoonlijke beschermingsmiddelen

Het is verplicht persoonlijke beschermingsmiddelen (pbm's) die voorgeschreven worden door CSU of de opdrachtgever te gebruiken. Het niet gebruiken ervan kan namelijk leiden tot ongevallen en/of schades. Het overtreden van deze regel is opgenomen in het sanctiebeleid van CSU. Let dus op onderstaande pictogrammen. Er zijn pbm's voor verschillende lichaamsdelen en voor verschillende werkzaamheden. Gebruik de juiste pbm's in overleg met je leidinggevende.

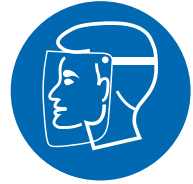
Ogen en gezicht

Voor de bescherming van de ogen en het gezicht kennen we:

- gewone veiligheidsbril (tegen rondvliegend vuil);
- ruimzichtbril (bij werken in stoffige ruimten met agressieve stoffen);
- gelaatsscherm (bij hogedrukreiniging en het werken met zuren).



Draag een beschermingsbril (verplicht bij doseren van producten)



Draag gelaatsscherm

Oren

Schade aan de oren ontstaat door een overdosis aan geluid. Ontstane schade is niet meer te herstellen, je wordt doof! Langdurige blootstelling aan geluid van 80 dB(A) (geluidssterkte) is al schadelijk. Vooral hoge pieken in geluid zijn schadelijk voor het gehoor. Je kunt er zelf iets aan doen, door bijvoorbeeld geen onderdelen op de grond te gooien, maar ze neer te leggen.



Draag gehoorbescherming

Hoofd

Voor bescherming van het hoofd worden helmen gebruikt. Let op dat helmen niet gescheurd zijn, het binnenwerk niet versleten is e.d. Een kapotte helm moet vervangen worden. Daarnaast moet een helm goed passen.



Draag een helm

Armen, handen, voeten en lichaam

- gebruik passende handschoenen, die ook bedoeld zijn voor de aard van werkzaamheden
- draag veiligheidslaarzen/schoenen voorzien van stalen neuzen en antislipzolen en evt. verstevigde tussenzool
- draag goede waterdichte spuitkleding
- draag geen sieraden
- draag je mouwen altijd over je handschoenen en je broekspijpen over je laarzen/schoenen zodat er geen (reinigings) middelen in kunnen lopen. Als je boven reikhoogte werkt, draag dan je handschoenen over je mouwen.



Draag handschoenen



Draag veiligheidsschoenen / -laarzen

Gebruik, in ieder geval bij sanitairreiniging, handschoenen om infecties en eczeem te voorkomen.

Milieumaatregelen

De bescherming van het milieu is een complex onderwerp dat bij CSU de volle aandacht heeft. Onder andere bij het inkopen van reinigingsmiddelen, het ontwerpen van de flacons en etiketten en het vaststellen van werkmethoden wordt rekening gehouden met het milieu.

Lees voor het gebruik altijd het etiket en houd je aan de voorgeschreven dosering. In alle gevallen geldt: overdaad schaadt. Dit geldt niet alleen voor het milieu, maar ook voor het schoonmaakresultaat. Een te hoge dosering reinigingsmiddel werkt veelal averechts. Een te hoge concentratie reinigingsmiddel lost onvoldoende op in water, waardoor er veel residu op het te reinigen oppervlakte achterblijft.

Houd je aan de voorschriften met betrekking tot de opslag van chemicaliën, deze zijn niet voor alle chemicaliën gelijk. Bespreek dit met je leidinggevende.

Gemorste chemicaliën dienen op een voorgeschreven wijze opgeruimd te worden. Deze is niet voor alle chemicaliën gelijk. In ieder geval moet je altijd verdere verspreiding in het milieu voorkomen. Bespreek dit met je leidinggevende.

Werken met (hoge)drukinstallaties

Wat zijn de risico's van het werken met hogedruk?

Er kan ernstig letsel ontstaan door het binnendringen van een hogedrukstraal in of op het lichaam. Je kunt geraakt worden door wegslaand spuitgereedschap of andere onderdelen. Daarnaast kun je getroffen worden door materiaaldeeltjes die weggespoten worden door de hogedrukstraal.

Aan werken met hogedruk zijn risico's verbonden. Hiervoor zijn richtlijnen opgesteld, de belangrijkste zijn:

- hogedrukspuiten is verboden voor personen jonger dan 18 jaar, tenzij er deskundig toezicht is;
- houd bij spuiten met toevoeging van chemicaliën rekening met voldoende ventilatie en voorkom blootstelling via inademing, inslikken of opname via de huid;
- werkzaamheden met een hogedrukinstallatie mogen uitsluitend worden uitgevoerd door goed opgeleid en geïnstrueerd personeel;
- de werkvloer moet zo veel mogelijk stroef, schoon en vrij van obstakels zijn om uitglijden en struikelen te voorkomen;
- ga nooit op een los werkstuk staan, het kan namelijk in beweging komen als je gaat spuiten;
- na 1 uur spuiten een onderbreking van 15 minuten is een verantwoord schema;
- hogedrukspuiten is zwaar werk. Voorkom dat dit gebeurt met een gedraaid lichaam. Spuit bij voorkeur van boven naar beneden;
- elektrische apparatuur moet tegen het binnendringen van water zijn afgeschermd.

Let op je houding tijdens het spuitwerk:

- probeer zo weinig mogelijk boven je schouder te werken;
- houd de spuitmond zo dicht mogelijk tegen je lichaam (arm gebogen);
- houd de spuitmond zo veel mogelijk verticaal.

Drukspuit (gloriaspuit)

Drukspuiten (gloriaspuiten) worden voornamelijk gebruikt om met een product op plaatsen te kunnen komen waar je met de hand niet bij kunt. Omdat het (reinigings)product wordt gespreid bestaat het gevaar dat je het inademt.

Het is daarom erg belangrijk dat de sproeikop van de drukspuit (gloriaspuit) zo wordt ingesteld dat deze niet nevelt, maar sproeit. Dan is de kans op inademing namelijk veel kleiner tot onmogelijk.

Lees vóór demontage en montage van de drukspuit (gloriaspuit) de gebruiksaanwijzing!

Belangrijk:

- gebruik één drukspuit (gloriaspuit) voor alkalische producten en een andere voor zure producten;
- als altijd hetzelfde product in de drukspuit (gloriaspuit) wordt gebruikt, dan moet de spuit voorzien zijn van de betreffende productinformatie d.m.v. een etiket;
- leeg en reinig elke drukspuit (gloriaspuit) na ieder gebruik;
- blaas altijd eerst de druk af door:
 - de knop op het veiligheidsventiel omhoog te trekken of
 - door in de handgreep van de knijpkraan te knijpen.

Werken op hoogte

Gebruik (huishoud)trappen

- gebruik alleen een (huishoud)trap als er geen veiligere manier (bijvoorbeeld een telescoopsteel) is om de werkzaamheden uit te voeren;
- voer geen schoonmaakwerkzaamheden uit als de stahoogte hoger is dan 2,5 meter. Een (huishoud)trap met minder dan 7 treden (ca. 1,50 meter) mag een standaard model trap zijn. Een trap van 7 treden tot maximaal 10 treden moet voldoen aan de NEN 2484 norm. Een trap met meer dan 10 treden mag niet gebruikt worden;
- werk niet meer dan maximaal 2 uur per dag vanaf een (huishoud)trap. Zet bij een langere werkduur een alternatief, bijvoorbeeld een kamersteiger, in;
- voer slechts lichte schoonmaakwerkzaamheden vanaf de trap uit;
- zorg ervoor dat de reikwijdte nooit langer is dan een armlengte;
- gebruik je een (huishoud)trap die hoger is dan 1,20 meter (ca. 5 treden inclusief platform), dan moet je instructie gehad hebben over hoe te werken met die (huishoud) trap;
- zorg ervoor dat (huishoud)trappen elk jaar visueel worden geïnspecteerd. De trap wordt voorzien van een sticker die de volgende datum van keuring aangeeft (CSU model);
- gebruik geen (huishoud)trappen zonder leuning of andere gebreken, en voer deze meteen na constatering af;
- let er op dat elke (huishoud)trap is voorzien van een leesbare gebruiksaanwijzing.

Met klimmateriaal, zoals steigers en ladders, gebeuren veel ongelukken. Hoe ga je hier veilig mee om?

- plaats klimmateriaal altijd op een vlakke en stevige ondergrond;
- verleng een trap of ladder nooit door deze op een voorwerp te plaatsen;
- een ladder moet altijd minimaal 1 meter boven werkhoogte uitsteken en in een hoek staan van 65 tot 75 graden of aangehaakt worden aan de daarvoor bestemde beugels;
- gebruik twee handen om je vast te houden bij het beklimmen of afdalen van een trap of ladder;
- maak gebruik van een valbeveiliging als je op hoogte werkt, draag deze altijd en gebruik hem zoals hij bedoeld is en alleen als je hiervoor instructie hebt gekregen;
- gebruik NOOIT ondeugdelijk klimmateriaal.

Voor het werken met rolsteigers zijn aparte regels vastgelegd:

- werk alleen met rolsteigers als je hiervoor een instructie hebt gehad;
- gebruik alleen een rolsteiger als deze door een daartoe bevoegd persoon is gecontroleerd.

Ben je niet op de hoogte van de voorschriften, neem dan contact op met je leidinggevende.

Draaiende en bewegende delen

Verzeker jezelf ervan dat je nooit letsel kunt oplopen als gevolg van draaiende of bewegende machines, let hierbij op het volgende:

- reinig machines zo veel mogelijk spanningloos en stilstaand. Maak, waar mogelijk, gebruik van de reinigungsstand;
- kom nooit met je hand in een draaiende machine;
- houd voldoende afstand tot de te reinigen machines, zeker als deze bewegen / draaien;
- zorg dat je weet waar de noodknoppen zijn, zodat je deze in noodgevallen onmiddellijk in kunt drukken;
- zorg dat messen gedemonteerd zijn voordat je gaat schoonmaken.

Temperatuurverschillen

Voor je eigen gezondheid is het belangrijk om je zo goed mogelijk te beschermen tegen temperatuurverschillen. Dit kun je doen door je kleding zo goed mogelijk aan te passen aan de temperatuur waarbij gewerkt wordt. Probeer zo min mogelijk in de tocht te staan. Als je afwisselend onder hete en koude omstandigheden moet werken, draag dan bij voorkeur lang ondergoed zodat de temperatuurverschillen minimaal zijn. Moet je onder extreme temperaturen werken, dan gelden hiervoor speciale voorschriften. Vraag ernaar bij je leidinggevende.

Voorkomen van besmetting

Bloed

Op sommige werkplekken kun je in contact komen met het bloed van iemand anders. Dat bloed kan besmet zijn met een virus en dat virus kan jou ook ziek maken. De kans dat je ziek wordt is erg klein, maar bestaat wel. Het is dus heel belangrijk dat je niet in contact komt met andermans bloed.

Ieder bedrijf heeft zijn eigen regels over wat CSU wel en wat CSU niet op mag ruimen. Zo mag je bij de ene opdrachtgever naalden niet eens met een tang oppakken, maar moet je het melden bij de meldkamer en krijg je bij een andere opdrachtgever speciale tangen en een naaldenbeker om ze op te ruimen.

Als je de regels over het opruimen van naalden, bloed, braaksel en ontlasting niet kent, neem dan direct contact op met je leidinggevende!

Om jezelf te beschermen gelden de volgende algemene regels:

- plak een plastic pleister op wondjes op je handen;
- draag altijd handschoenen en controleer of ze heel zijn;
- let altijd goed op als je schoonmaakt;
- was je handen met handschoenen aan na het schoonmaken;
- trek je handschoenen binnenste buiten uit;
- was je handen voor je gaat eten, drinken of roken;
- was je handen voor en na toiletgebruik;
- druk afvalzakken nooit aan in de afvalcontainer.

Op scherpe voorwerpen zoals injectienaalden, stukjes glas en scheermesjes, kan (opgedroogd) bloed zitten. Aan deze voorwerpen kun je jezelf prikken of snijden.

- pak scherpe voorwerpen nooit op met je handen;
- gebruik een tang of veeg scherpe voorwerpen op zonder er met je handen aan te zitten;
- gooi scherpe voorwerpen nooit in een afvalzak, maar direct in de afvalcontainer.

In afvalzakken kan van alles zitten, dus ook scherpe dingen waar (opgedroogd) bloed op zit. Om verwonding te voorkomen doe je het volgende:

- draag handschoenen;
- steek nooit je handen in een afvalbak of -zak;
- maak afvalbakken leeg door ze om te kiepen;
- houd afvalzakken niet te dicht bij je lichaam, laat ze niet langs je heen schuren en gooi ze niet over je schouder;
- druk vuil in afvalzakken nooit aan met je handen;
- druk afvalzakken nooit aan in de afvalcontainer.

Als je bloed opruimt moet je heel voorzichtig te werk gaan en je aan strenge regels houden.

- draag altijd handschoenen en controleer of ze heel zijn;
- zet de afvalcontainer klaar;
- verwijder bloedspatten met alcoholdoekjes en gooi deze direct in de afvalcontainer;
- grotere hoeveelheden bloed: zet twee emmers met chlooroplossing klaar;
- ruim het bloed op met papier of doeken;
- gooi na gebruik het papier of de doeken meteen in de afvalcontainer;
- houd je handschoenen aan en was je handschoenen in één van de emmers met chlooroplossing;
- trek je handschoenen binnenste buiten uit en gooi ze weg;
- trek andere handschoenen aan;
- maak de plek schoon met de chlooroplossing uit de tweede emmer;
- maak de plek droog met papier of doeken en gooi die na gebruik meteen in de afvalcontainer;
- was je handen met water en zeep, houd daarbij je handschoenen aan;
- trek je handschoenen binnenste buiten uit en gooi ze weg;
- was je handen met handalcohol en daarna nog een keer met water en zeep.

Wat moet je doen na een prikaccident:

- ontsmet de wond;
- waarschuw je leidinggevende;
- [Bel de Eerste Hulp Bij Prikaccidenten \(EHBP\): 088-0025577;](tel:088-0025577)
- neem het voorwerp waar je je aan gesneden of geprikt hebt altijd mee.

Braaksel en ontlasting

Bij uitzondering kan het voorkomen dat je braaksel, urine of ontlasting op moet ruimen. Houd rekening met de volgende zaken als je het op gaat ruimen:

- draag altijd handschoenen;
- ruim urine, braaksel of ontlasting op met papier en gooi dat meteen in de afvalcontainer;
- maak de plek daarna schoon met alcoholwipes of gebruik een chlooroplossing voor grotere oppervlakken;
- was je handen met handschoenen aan na het schoonmaken;
- trek je handschoenen binnenste buiten uit en gooi ze weg;
- was je handen nogmaals met water en zeep.

Cytostatica

Cytostatica zijn medicijnen die ervoor zorgen dat kankercellen stoppen met groeien of doodgaan. Maar cytostatica doen hetzelfde bij gezonde cellen, en dat is dus schadelijk. Gezonde mensen moeten dus zo min mogelijk in aanraking komen met cytostatica. Dat geldt natuurlijk ook voor schoonmakers.



Braaksel, urine, ontlasting en speeksel van patiënten die cytostatica gebruiken, zijn besmet. Ook de ruimten waar de patiënt zich bevindt, die jij dus schoonmaakt en/of opruimt, zijn besmet. Op die manier kun je dus in aanraking komen met cytostatica.

Algemene regels

Je voorkomt dat je in aanraking komt met cytostatica door de volgende regels op te volgen:

- bedenk dat je met koud water de resten van cytostatica grotendeels wegspoelt. Spoel een emmer of mop na gebruik dus uit met koud water;
- gebruik voor elke ruimte nieuw schoonmaakmateriaal;
- zorg ervoor dat je kleding je armen en benen helemaal bedekt.

Bescherm jezelf

Door jezelf goed te beschermen, voorkom je dat je in aanraking komt met cytostatica.

- draag altijd wegwerphandschoenen;
 - controleer of ze heel zijn.
 - was je handen voordat je de handschoenen aan doet en herhaal dit bij het verwisselen van de handschoenen.
 - trek je handschoenen binnenstebuiten uit.
 - gooi de handschoenen na gebruik meteen weg.
- draag een wegwerpoverschort met rugsluiting;
 - zorg ervoor dat je schort je kleding bedekt.
 - doe je schort pas uit als je de ruimte verlaat.
 - gooi het overschort na gebruik meteen weg.
- draag een veiligheidsbril;
 - als er risico is op spatten.
 - maak na het schoonmaken de bril schoon met koud water.
- draag een mondkapje;
 - gooi het mondkapje na gebruik meteen weg.

Afval

Ook het afval van de patiënt die cytostatica gebruikt moet veilig worden opgeruimd.

- draag handschoenen;
- stop afval in een dubbele afvalzak en sluit deze goed af;
- verzamel naalden in een naaldencontainer. Als die er niet is, pak de naalden dan veilig in en stop ze bij het besmette afval.

Werken met schadelijke reinigingsmiddelen

Naast de neutrale dagelijkse reinigingsmiddelen, zijn er ook schadelijke reinigingsmiddelen. Daar moet je voorzichtig mee omgaan, ze kunnen namelijk in je lichaam terecht komen door inademing, contact met je huid, je ogen of via je mond. Dit kan gebeuren als je vergeet om voor het eten of roken je handen te wassen of als je geen beschermingsmiddelen gebruikt. Je kunt schadelijke reinigingsmiddelen herkennen aan het pictogram (gevaarsymbool) op het etiket.



Schadelijk/irriterend

Deze stoffen zijn gevaarlijk bij inademen, inslikken of bij contact met de huid of ogen.



Licht ontvlambaar

Deze stoffen vatten gemakkelijk vlam als ze in contact komen met open vuur, een vonk, een warmtebron of zon.



Milieugevaarlijk

Deze middelen leveren ernstige schade op voor het milieu als ze in het grond- of oppervlaktewater komen.



Bijtend (corrosief)

Deze stoffen kunnen zeer schadelijk zijn voor je kleding, huid, ogen en longen. Daarnaast kunnen ze o.a. metalen en hout aantasten.



Giftig

Deze stoffen zijn gevaarlijk als je ze inslikt, inademt of opneemt via je huid.



Oxiderend

Deze stoffen kunnen heftig reageren als ze in contact komen met sommige andere stoffen, vooral ontvlambare stoffen.

Werken met chemicaliën met deze pictogrammen is alleen toegestaan voor medewerkers die hiervoor zijn aangewezen, zij hebben hiervoor speciale instructies gehad. Alle benodigde persoonlijke beschermingsmiddelen voor het werken met chemicaliën, reinigings- en desinfectiemiddelen worden je ter beschikking gesteld.

Bij het doseren en werken met agressieve stoffen ben je verplicht:

- een veiligheidsbril of gelaatsscherm te dragen;
- zuurbestendige handschoenen te dragen;
- de mouwen van de werkkleding over de handschoenmanchetten te dragen, boven reikhoogte draag je je handschoenen over je mouwen;
- de broekspijpen over de laarzen te dragen.

Openbaar vervoer

Algemeen

- de grootste risico's zijn aanrijdgevaar en elektrocutiegevaar
- let op naderend verkeer uit beide richtingen
- kijk goed uit waar je loopt, voorkom dat je struikelt
- draag een fluorescerend geel vest of jas. Draag hieronder geen rode of oranje kleding
- werk altijd met twee personen als er gewerkt wordt met klimmaterialen (ladders, trappen). Klimmaterialen moeten altijd geborgd worden en gekeurd zijn
- gebruik altijd beschikbaar gestelde PBM's

Het is verboden:

- over losliggende spoorstaven te lopen
- over de middenrail van de metro te stappen of deze aan te raken (levensgevaar)
- vlak voor of vlak achter een trein, tram of metro over te steken

Reizigers

Let bij werkzaamheden op dat je geen materiaal laat slingeren waardoor reizigers kunnen struikelen. Ook natte vloeren kunnen gevaar opleveren voor reizigers. Plaats waar nodig gele waarschuwborden of gebruik afzetlint.

Afval

Houd er rekening mee dat in afvalbakken gevaarlijke voorwerpen zoals spuiten of glas kunnen zitten. Vraag je leidinggevende om hulpmiddelen - naast je handschoenen - om spuiten op te ruimen. Lees de informatie in dit boekje bij "Voorkomen van besmetting" (pagina 13).

Bovenleiding

Binnen 1,5 meter van de bovenleiding mogen geen werkzaamheden worden uitgevoerd in verband met elektrocutiegevaar. Volg altijd de instructies op van veiligheidsmensen indien deze aanwezig zijn.

Specifieke risico's

In veel gevallen is er een veiligheids- en gezondheidsplan (V&G-plan) opgesteld. Hierin staan de risico's beschreven die je op deze locaties tegen kunt komen en de maatregelen die gelden om risico's te voorkomen. Vraag aan de rayonleiding of er voor de locatie waar je gaat werken een V&G-plan is en wat de specifieke risico's zijn.

Nabij het spoor – rangeerterreinen, remises en trein-, tram- en metrostations

- onderschat nooit de snelheid van voertuigen, deze rijden vaak harder dan je denkt!
- werk altijd tegen de rijrichting in zodat je het voertuig ziet aankomen;
- let op dat er geen oneffenheden zijn waardoor je kunt struikelen;
- laat je niet afleiden door situaties om je heen en blijf binnen het gebied waar gewerkt mag worden;
- voer geen werkzaamheden uit in het risicogebied (bijvoorbeeld PVR* op stations).

Voor werken in nabijheid van het treinspoor gelden een aantal specifieke zaken:

- indien je gaat werken op een station van de NS heb je een geldig "Bewijs van toegang" nodig. Een "Bewijs van toegang" ontvang je nadat je voorlichting hebt gekregen en een toets over veiligheid langs het spoor met een voldoende hebt afgerond;
- geef de machinist een teken dat je de trein ziet. Steek je hand op maar zwaai niet.

Tussen het spoor

Je mag alleen werken tussen het spoor als er een veiligheidsman aanwezig is. Hij geeft aan wanneer je het spoor mag betreden en wanneer je het spoor moet verlaten.

- je moet er beslist van verzekerd zijn dat voor de betreffende plaats een buitendienststelling is geregeld. Houd hierbij rekening met het feit dat een buitendienststelling vaak geldig is voor één spoor en dat er dus op het naastliggende spoor gewoon treinen kunnen rijden;
- stap nooit op een spoorstaaf of dwarsligger, ze kunnen glad zijn;
- steek nooit over in wissels, ze worden op afstand bediend en kunnen dus plotseling "omlopen";
- zorg ervoor dat je altijd het gebruikte materiaal weer meeneemt en dat niets achterblijft dat gevaar kan opleveren.

* Profiel van Vrije Ruimte

Als je vlak langs het spoor moet werken moet je er van overtuigd zijn dat je veilig kunt werken. Zo moet je altijd in de richting van de aankomende trein werken of ervoor zorgen dat er een collega bij is die een en ander in de gaten houdt.

In bussen, trams, metro's en treinen

Verzeker je ervan dat het voertuig niet gaat rijden tijdens de schoonmaak

Werk bij metro's van achter naar voren waardoor je er zeker van bent dat je op het perron uitstapt.

- kijk uit bij het schoonmaken van banken en afvalbakken: er kunnen scherpe voorwerpen in of tussen zitten;
- let op dat het voertuig langs een perron staat of bij een opstap/trap zodat je niet kunt misstappen en vallen. Spring nooit uit het voertuig!
- in het voertuig zijn drempels en trapjes waardoor je kunt misstappen en vallen.

Werken met machines

- gereedschap moet voorzien zijn van een werkschakelaar die continu moet worden bediend (dodemansknop);
- de bedieningsman moet ervaring hebben met het gebruik van de machine;
- de machine mag alleen in de lengterichting van het perron worden bewogen;
- in de strook van 1 meter langs het spoor of het aangegeven risicogebied moet de bewegingsrichting tegengesteld zijn aan de op dat tijdstip geldende rijrichting van het aankomende voertuig.



Scherper. Slimmer. Schoner.

Copyright © 2023, CSU