

Helpdesk Corona
Bouw & Techniek

Toolbox Corona
Veilig werken

Versie 1

ARBO
TECHNIEK  **vlandis**

Coronavirus

- Virus dat in de longen kan komen
- Lijkt op het SARS-virus (2003)
- Ook anders: minder dodelijk maar veel besmettelijker
- COVID-19 zijn de symptomen die het virus veroorzaken

Helpdesk Corona
Bouw & Techniek



Wat doet het Coronavirus?

Milde klachten (80%)

- neusverkoudheid
- (droge) hoest
- moeheid
- slijm ophoesten
- spier- en gewrichtspijnen
- keelpijn
- hoofdpijn
- verhoging
- diarree, misselijk en braken

Ernstige ziektebeelden (20%)

- koorts (> 38 graden Celsius)
- kortademigheid
- longontsteking

Het kan leiden tot gebrek aan zuurstof en uitval van de organen. Hierdoor kun je overlijden!

Besmetten

- Niezen & hoesten (1,5 meter ver)
- Het virus aanraken en vervolgens je mond, neus of ogen aanraken
- Via besmette materialen



Waarom deze maatregelen?

- Gevaarlijk virus -> veel ouderen en zwakkeren worden ernstig ziek of overlijden
- Nieuw virus -> niemand is immuun
- Als iedereen tegelijk ziek wordt:
 - Kan de gezondheidszorg het niet aan;
 - Stoppen ook andere processen, bv internet, voedselvoorziening.

Voorkom verspreiding!

Helpdesk Corona
Bouw & Techniek

Algemene regels waar iedereen zich aan moet houden:

- Verkoudheidsklachten of koorts? Neem contact op met je werkgever
- Houd minimaal 1,5 meter (twee armlengtes) afstand van elkaar
- Was je handen regelmatig met water en zeep. Tip: neem zeep, water en keukenrol mee van thuis
- Hoest en nies in de binnenkant van je elleboog
- Gebruik papieren zakdoekjes
- Schud geen handen



Reizen(1)

**Reizen doe je alleen, is dit niet mogelijk?
Volg de onderstaande stappen:**

Overleg met je werkgever hoe verantwoord vervoer kan worden geregeld.

Helpdesk Corona
Bouw & Techniek



Reizen(2)

Geen alternatieven? Dan is het toegestaan samen te reizen. Reis met zo min mogelijk mensen samen in één auto. En hanteer de volgende aanwijzingen:

- Houd onderling afstand, houd bij in- en uitstappen 1,5 meter aan.
- Zorg voor extra ventilatie in vervoersmiddel, door het raam te openen of anders door het ventilatiesysteem te gebruiken.
- Neem telkens op dezelfde plek plaats.
- Reinig bedieningsmiddelen extra.
- Houd afstand bij een bezoek op een tankstation.
- Materiaal bijvullen: houd afstand en was je handen.
- Check of je voldoende schoonmaakmiddelen hebt voor het werk tijdens de hele dag!

Bouwplaats

- Groet op afstand.
- Wie is de coronaverantwoordelijke? (uitvoerders op de bouw, leidinggevende)
- Check de regels en instructies die je werkgever/opdrachtgever heeft opgehangen.
- Hoeveel mensen maximaal in ruimtes.
- Verkoudheidsklachten? Overleg met je werkgever!
- Vraag of de keet en de wc's zijn schoongemaakt, met name de deurklinken.
- Koffiezetten? Eerst handen wassen!
- Koffiedrinken of roken? Houdt minimaal 1,5 meter afstand, ook in de keet.
- Slecht weer? Schaft in wisselbeurten als 1,5 meter niet mogelijk is.
- Werk op steiger of ander nauwe werkplekken? Bespreek en maak afspraken: over de werkvolgorde en over 'langs elkaar lopen'.

Tijdens het werk

- Maak afspraken over werkvolgorde
- Zorg voor de juiste PBM's
- Werk in vaste teams, deel gereedschappen, telefoons niet met elkaar
- Werkzaamheden met stof; neem gebruikelijke maatregelen
- Neus snuiten in papieren zakdoekje, gooi weg en reinig je handen
- Verkoudheidsklachten ? Overleg met je werkgever!
- Spreek elkaar aan bij het niet naleven van deze instructies

Samenwerken

Bij samenwerken tillen, laden en lossen kun je niet altijd afstand houden.

- Ga eerst na of het anders opgelost kan worden, denk daarbij creatief. Ga in ieder geval na:
 - Is de klus noodzakelijk of kan deze uitgesteld worden?
 - Is de klus op een andere manier uit te voeren?
 - o til en verplaats mechanisch in plaats van samen;
 - o overleg in groepjes van maximaal drie personen;
 - o gebruik hulpmiddelen om iets op zijn plek houden.

Werk zonder afstand onvermijdelijk?

- Maak afspraken over veilig werken samen met de coronaverantwoordelijke. Gebruik de TRA-methodiek als je daar gewoonlijk ook mee werkt.
- Onderzoek of afschermen mogelijk is.
- Raak voor zover mogelijk niet dezelfde oppervlakken aan. Blijf ieder aan één kant als het kan.
- Volg de hygiëneregels:
 - o Raak je gezicht niet aan;
 - o Nies en hoest in je elleboog;
 - o Gebruik papierenzakdoekjes en gooi deze na een keer gebruiken weg in een afgesloten prullenbak of zak. Was daarna je handen.
- Heb je twijfel: overleg met je leidinggevende

Schaften

- Hands wassen en insmeren
- Is iedereen nog gezond?
- Schaft in de buitenlucht
- 1,5 meter afstand. Niet mogelijk? Schaft om de beurt
- Bespreek de ochtend op verbeterpunten en neem maatregelen voor de rest van de dag!

Helpdesk Corona
Bouw & Techniek



Andere contactmomenten

- Geen bezoek op de bouwplaats.
- Bevoorrading: laat waar mogelijk leveranties buiten de bouwplaats plaatsvinden.
- Werkoverleg tussentijds: houd afstand, ook bij het bekijken van bouwtekeningen, controle van werk, etc.
- Vermijd bezoek aan supermarkt voor lunch en was je handen na een noodzakelijk bezoek buiten de bouwplaats.

Bezoek aan de klant;
zijn er klachten? Of behoort de klant tot kwetsbare groep?

NEE, je kan het werk uitvoeren

- vraag instemming
- huis goed ventileren
- 1,5 meter afstand tot klanten
- Alleen noodzakelijke werk
- Aftekenen of bon zonder contact

JA, alleen in geval van storing of
calamiteit werk uitvoeren.

- huis goed ventileren, buitendeur
open en blijft open.
- communiceer via telefoon
- klant in andere ruimte

Er zijn PBM's beschikbaar; overleg
met leidinggevende

Na werkzaamheden handen reinigen etc.

Ongevallen en BHV

- Gebruik handschoenen en verleen hulp
- Houd zoveel mogelijk afstand
- Bel zo nodig 112
- Reanimatie nodig? Gebruik de AED, pas geen mond-op-mondbeademing toe
- Was je handen na afloop

- Persoon die gereanimeerd moet worden is mogelijk besmet? Meld dit aan 112
- Sluit alleen de AED aan en wacht op hulp

Helpdesk Corona
Bouw & Techniek



Einde werkdag

- Bespreek de dag
- Neem extra tijd voor het reinigen van gereedschap
- Reinig PBM's of gooi ze weg op de juiste plek
- Handen wassen en handcrème
- Naar huis reizen
- Maak bedieningsmiddelen van auto schoon
- Schone kleding

TIP: Bij thuiskomst goed voor jezelf en je hygiëne zorgen, vermijd overmatig alcohol gebruik en zorg voor voldoende slaap; dit houdt je immuunsysteem sterk!

Helpdesk Corona
Bouw & Techniek

