

Toolbox Corona

Veilig werken op de bouwplaats

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

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!

Algemene regels waar iedereen zich aan moet houden:

- Blijf thuis met verkoudheidsklachten of koorts
- Houd 1,5 meter (twee armlengtes) afstand van elkaar
- Was je handen regelmatig met water en zeep
- Hoest en nies in de binnenkant van je elleboog
- Gebruik papieren zakdoekjes
- Schud geen handen



Opstaan

- Werk thuis als je functie dit toelaat. Overleg hierover met je werkgever.
- Hoe voel je je?
- Heb je klachten zoals keelpijn, snotteren, hoesten, niezen en/of koorts/verhoging boven 38°C? Meld je ziek en ga niet de deur uit.
- Een huisgenoot met koorts? Meld dit bij je werkgever en ga de deur niet uit.
- Minimaal 24 uur lang geen klachten en heeft er niemand in huis de afgelopen 24 uur koorts gehad? Dan kun je naar je werk.
- Doe je (ondersteunend) werk dat in een vitaal proces valt? Overleg met je werkgever of je kunt werken als je zelf milde verkoudheidsklachten hebt of als een huisgenoot koorts heeft.
- Neem voldoende eten en drinken mee.
- Neem handcrème mee voor na het handenwassen! Dit voorkomt huidproblemen.
- Gebruik papierenzakdoeken als je je neus snuit. Gooi ze na gebruik direct weg en was vervolgens je handen.

Reizen(1)

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

1. Kan ik met openbaar vervoer reizen?
2. Overleg met je werkgever:
 - Kan er apart vervoer geregeld worden?
 - Kan er iemand anders ingepland worden die wel eigen vervoer (en een rijbewijs) heeft?
 - Kan de klus met minder mensen uitgevoerd worden zodat wel iedereen eigen vervoer heeft?
 - Kan de klus op een later moment uitgevoerd worden wanneer apart reizen wel mogelijk is?



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 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 PBM en schoonmaakmiddelen hebt voor het werk tijdens de hele dag!
- Als je je aan bovenstaande afspraken houdt, zijn PBM's tijdens het reizen niet nodig.

Bouwplaats

- Groet op afstand.
- Wie is de coronaverantwoordelijke?
- Check de regels en instructies die je werkgever heeft opgehangen.
- Hoeveel mensen maximaal in ruimtes.
- Verkoudheidsklachten? Naar huis!
- 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
- Werkzaamheden met stof
- Neus snuiten
- Verkoudheidsklachten → naar huis
- Spreek elkaar aan

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: stop met je werk en overleg!
- Vragen? Bel je arbodienst of de Helpdesk Corona van de Bouw en Installatietechniek: 085 - 080 1544 (bereikbaar tussen 8:30 - 17:00 uur).

Schaften

- Gebruikte PBM's
- Handen wassen en insmeren
- Iedereen nog gezond?
- Schaft in de buitenlucht
- 1,5 meter afstand. Niet mogelijk? Schaft om de beurt in groepen
- Vervang indien nodig handschoenen of vul deze aan
- Bespreek de ochtend op verbeterpunten en neem maatregelen voor de rest van de dag!



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.

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



Einde werkdag

- Bespreek de dag
- Neem extra tijd voor het reinigen van gereedschap
- PBM's
- Handen wassen en handcrème
- Naar huis reizen
- Maak bedieningsmiddelen van auto schoon met 70% alcoholdoekjes
- 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

Vragen? Neem contact op met de helpdesk:

Tel: 085 - 080 1544

Mail en chat via: www.helpdeskcorona-bt.nl

(bereikbaar tussen 8:30 - 17:00 uur)

ARBO
TECHNIEK  volandis