

## Dakdekker hellende daken

Het belangrijkste bouwwerk ben je zelf

Alles wat je moet weten over gezond en veilig dakdekkeren





## Zwaar werk

Je werkt op hoogte. Op het dak buk en sjouw je veel en werk je vaak in ongemakkelijke houdingen. Daardoor loop je grote kans op rugklachten, maar ook problemen aan schouder, nek, arm, heup en knieën komen veel voor.

### Zo maak je het lichter

Risico	Maatregel
Tillen	<p>Gebruik voor de aanvoer van materialen een transporthulpmiddel, zoals een kraan, een ladder- of pannenlift, een verreiker of een lorrie.</p> <p>Gebruik lichte materialen, zoals golfplaten of dakpanelementen. Een kantelbare platenwagen en glijplank zijn hulpmiddelen die je kunt inzetten om het werk lichter te maken, maar ook veiliger. Je voorkomt dat je telkens over het dak moet lopen.</p> <p>Til nooit meer dan 25 kg. Met een collega til je niet meer dan 50 kg.</p>
Langdurig in een ongunstige houding werken	<p>Wissel je werkzaamheden zo veel mogelijk af.</p> <p>Zorg voor een horizontaal werkvlak, bijvoorbeeld met een daksteiger of dakstoel.</p> <p>Kniebeschermers voorkomen slijtage van je knieën.</p> <p>Door te werken met een pneumatische of elektrische kniptang of buigmachine, voorkom je dat je telkens moet bukken.</p>
Klimaat	<p>Draag in de winter warme kleding om je spieren, pezen en gewrichten te beschermen. In de zomer draag je juist lichte kleding en smeer je je huid in met zonnebrand.</p>

## Werken op hoogte

Je werkt bijna altijd op hoogte. Daken zijn niet altijd goed beveiligd en niet ieder dak is beloopbaar. Als je niet constant alert bent of de juiste maatregelen treft, is vallen van hoogte zo gebeurd.

Zo maak je het veilig	
Risico	Maatregel
Valgevaar	Als je op daken werkt, breng dan leuningen aan bij de dakranden.
	Als het hoogteverschil tussen dak en goot meer is dan 2,5 meter, dan breng je ook op het dakvlak valbeveiliging aan.
	Werk op een veilige steiger die door een deskundige steigerbouwer is neergezet en vrijgegeven. Je controleert de steiger voordat je erop gaat op de verankeringen en ondersteuning van de staanders, de veilige toegang, de dichte vloeren en de randbeveiligingen.
	Voorkom overbelasting van het dak bij de bevoorrading en weet dus hoe zwaar de materialen wegen.
	Controleer altijd of het dak beloopbaar is en let op zwakke en niet goed bevestigde panlatten.
	De ladder is geen werkplek, moet je toch de ladder op zorg dan dat hij stevig staat en is vastgebonden zodat hij niet kan verschuiven.
	Hou je werkomgeving netjes, zo voorkom je uitglijden of struikelen.
	Draag een helm om je hoofd te beschermen tegen stoten en vallende voorwerpen.

**De meeste ongelukken zijn valongelukken!**



## Schadelijk stof

Bij het zagen van pannen komt gevaarlijk kwartsstof vrij. Als je dat inademt, kan je kortademig worden en later stoflongen krijgen. Kwartsstof wordt vaak onderschat omdat je er niet meteen iets van merkt. Maar de gevolgen op lange termijn kunnen groot zijn. Het kan zelfs longkanker veroorzaken.

### Zo maak je stof onschadelijk

Stof	Maatregel
Kwartsstof komt vrij bij zagen van keramische pannen, betonnen pannen en leisteen.	<p>Gebruik een dakpanknipper of een zaag met watertoevoer. Een zaag heeft vaak een rondpompsysteem. Zorg ervoor dat het pompje niet met slib verstopt raakt. Ververs het water ruim voordat het slib tot het pijpje van de pomp staat.</p> <p>Het op maat maken van leien doe je met een hamer, leienschaar of een hakbrug.</p> <p>Draag ademhalingsbescherming bij het zagen van pannen. Als je met waterkoeling werkt, dan is een masker met P2-filter voldoende. In alle andere gevallen heb je een volgelaatsmasker met P3-filter voorzien van aangeblazen lucht nodig.</p>

## Werken in lawaai

Bij het zagen van dakpannen produceer je al gauw 85 decibel geluid. Je gehoor loopt schade op als je de hele dag meer dan 80 decibel om je oren krijgt. Je wordt lawaaidoof. Dat merk je niet meteen. Langzaam ga je steeds meer missen van gesprekken en de tv.

Zo bescherm je je oren	
Gehoorbescherming	Werking
Oordopjes	Ze geven een demping van 10-15 decibel. Je draagt ze in je oren.
Gehoorkappen	Ze geven een demping van maximaal 25 decibel. Je draagt ze over je oren. Ze zetten makkelijk op en af. Handig als je maar af en toe in de herrie staat.
Otoplastieken	Ze geven een demping van maximaal 25 decibel. Ze worden op maat gemaakt en je draagt ze in je oren. Prettig als je lang achter elkaar in lawaai werkt. Je kunt ze de hele dag dragen. Je kunt er gesprekken mee volgen en ze zitten lekker.

Gebruik gehoorbescherming. Vanaf 80 decibel is je werkgever verplicht je die te geven. Vanaf 85 decibel ben je verplicht ze te dragen. Je kunt je werkgever vragen naar geluidsarme apparatuur.



## Checklijst veiligheid

Voordat je aan het werk gaat kijk je kritisch naar je werkplek en maak je onveilige situaties ongedaan of kaart deze aan bij je werkgever. Je werkgever moet zorgen voor een veilige werkomgeving. Maar je bent ook zelf verantwoordelijk voor je eigen veiligheid en die van je collega's.

Checklijst veiligheid	
Onderdelen van een veilige werkomgeving	Aandachtspunten
Werkgewoonten	Zijn de juiste persoonlijke beschermingsmiddelen aanwezig? Zo niet, vraag je werkgever erom en gebruik ze op de juiste manier.
Steigers en ladders	Staat de steiger/ladder stabiel en is hij goed geborgd? Wijs je werkgever op een onveilige steiger.
Machines en gereedschappen	Verkeren de machines en gereedschappen waarmee je werkt in goed staat? Vertonen zij mankementen, spreek je werkgever hierop aan.
Valbeveiliging	Alle (vloer)randen zijn voorzien van leuningen, tussenregel en kantplank. Sparingen zijn dicht gelegd. Zo niet, maak het dan in orde voordat je aan het werk gaat. Kun je het zelf niet oplossen, vraag je werkgever er dan om.
Licht en elektriciteit	Je werkplek is gelijkmatig verlicht. Stroomkabels zijn op de juiste manier geplaatst en kunnen niet in aanraking komen met water. Breng je werkgever op de hoogte van onveilige situaties.
Werkplek	Je zorgt voor een opgeruimde en begaanbare werkplek.

**Ik werk veilig of ik werk niet!**



## Meer weten?

Op de website [www.arbovriendelijkehulpmiddelen.nl](http://www.arbovriendelijkehulpmiddelen.nl) vind je uitgebreide informatie over hulpmiddelen.

In het A-blad *Hellende Daken* staan de afspraken tussen werkgevers en werknemers over gezond en veilig dakdekken. Op [www.arbouw.nl](http://www.arbouw.nl) kun je dit A-blad bestellen of downloaden.

Heb je vragen? Bel tussen 09.00 en 17.00 uur de Arbouw Infolijn 0341 46 62 22.  
Of stuur een e-mail naar [info@arbouw.nl](mailto:info@arbouw.nl).

### Arbouw

Postbus 213  
3840 AE Harderwijk

T 0341 46 62 00  
F 0341 46 62 11  
[info@arbouw.nl](mailto:info@arbouw.nl)  
[www.arbouw.nl](http://www.arbouw.nl)

Voor vragen over arbeidsomstandigheden:  
Arbouw Infolijn 0341 46 62 22