

Gipsblokkensteller

Het belangrijkste bouwwerk ben je zelf

Alles wat je moet weten over het gezond en veilig stellen van gipsblokken



Zwaar werk

Gipsblokken stellen behoort tot de zwaarste beroepen in de bouw. Je armen, schouders en rug worden zwaar belast bij het opperen, het verplaatsen van blokken in de woning en het bouwen van de onderste en bovenste lagen van een gipsblokkenwand. Bovendien moet je vaak langdurig staan en in een ongunstige houding (gebogen of gedraaid) werken.

| Zo maak je het lichter | |
|--|--|
| Risico | Maatregel |
| Langdurig in een ongunstige houding werken en steeds dezelfde beweging maken | <p>Zet de blokken, materiaal, blokkenknipper en gereedschappen zo dicht mogelijk bij je werkplek.</p> <p>Plaats blokken en lijm mortelkuip zo veel mogelijk op een verhoging.</p> <p>Werk niet lager dan de minimaal gestelde werkhogte van 30 centimeter.</p> <p>Vraag je werkgever om geschikte hulpmiddelen. [Zie www.arbovriendelijkehulpmiddelen.nl]</p> |
| Tillen | <p>Maak gebruik van de beschikbare transport- en tilhulpmiddelen voor verticaal en horizontaal transport.</p> <p>Stel handmatig alleen blokken met een gewicht tot maximaal 18 kilo.</p> <p>Vraag je werkgever om (arbovriendelijke) tilhulpmiddelen.</p> |

80% vindt het lichamenlijk inspannend



Schadelijke stof

Je werkt vaak met blokkenlijm en pur-schuim. Contact met deze producten kan oog- en huidirritatie en irritatie aan de luchtwegen veroorzaken. Er kan bij je werkzaamheden ook gipsstof vrijkomen. Het inademen hiervan kan leiden tot chronische bronchitis.

Zo maak je stof onschadelijk

| Risico | Maatregel |
|-------------------------------------|---|
| Inademen van gipsstof | <p>Gebruik de blokkenknipper of een grofgetande handzaag (gipsblokkenzaag). Hierbij komt minder stof vrij.</p> <p>Zorg voor ventilatie door ramen en deuren open te zetten (als het weer het toelaat).</p> <p>Draag ademhalingsbescherming met P2-filter.</p> <p>Blijf niet langer in een stoffige ruimte dan noodzakelijk.</p> |
| Werken met blokkenlijm, pur-schuim. | <p>Draag neopreen werkhandschoenen.</p> |

Onveilige werkplek

Je werkt soms op hoogte, op steigers of ladders. De werkplek is vaak rommelig en de verlichting niet altijd optimaal. Ook losliggende elektriciteitskabels zijn een risico. Voorkom ongelukken, kijk voordat je aan het werk gaat goed en kritisch naar je werkplek.

| Zo maak je het veilig | |
|-----------------------------------|--|
| Risico | Maatregel |
| Onveilige steiger | <p>Controleer of de steiger waarop je moet werken goed is opgebouwd: zijn leuning en kantplanken aanwezig en is de steiger stabiel opgesteld met schoren, verankeringen, staanders op voetplaten en eventueel onderstopping. Als dat niet zo is, ga er dan niet op! Raadpleeg de opbouw instructie van de leverancier.</p> <p>Leg kruipluiken en sparingen dicht en beveilig randen van vloeren en traggaten.</p> <p>Zorg ervoor dat er op de kamersteiger geen losse onderdelen liggen, gebruik de steiger niet als opslagplaats.</p> |
| Onveilig gebruik materieel | <p>Controleer bij het werken op een ladder of de ladder stevig staat en is vastgezet.</p> <p>Voorkom beschadiging van kabels en zorg dat ze niet in het water liggen.</p> <p>Gebruik alleen dubbel geïsoleerde verlichting.</p> <p>Gebruik alleen dubbel geïsoleerd gereedschap.</p> |
| Persoonlijke beschermingsmiddelen | <p>Draag de juiste veiligheidsschoenen of -laarzen (met stalen zool en neus).</p> <p>Draag een veiligheidsbril als er stof of vuil in je ogen kan komen (bij hakken en slijpen).</p> |
| Algemeen | <p>Houd je werkomgeving netjes, voorkom rondslingerend afval, kabels en gereedschap. Ruim op aan het einde van de dag.</p> <p>Zorg voor een goed verlichte werkplek. Stel de lampen zo op dat je niet wordt verblind.</p> |

Werken in lawaai

Gipsblokken zagen met de elektrische handzaag veroorzaakt 94 tot 110 decibel geluid. Geluidsniveaus boven 80 decibel zijn schadelijk voor je gezondheid. Je kunt lawaaidoof worden. Dat merk je niet meteen. Langzaam ga je steeds meer missen van gesprekken en 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

Klimaat

Je werkt bijna altijd in onverwarmde, koude en tochtige ruimtes. Door tocht en kou kun je last krijgen van je spieren en gewrichten.

| Zo ga je de kou te lijf | |
|------------------------------------|---|
| Risico | Maatregel |
| Werken in tochtige en koude ruimte | <p>Maak de ruimte zo goed mogelijk tochtvrij als deze niet is afgedicht.</p> <p>Maak duidelijke afspraken met je werkgever bij welk weer er wel en niet wordt gewerkt.</p> <p>Draag beschermende werkkleding.</p> |

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. Steigerbouwers moeten de steiger in orde maken. |
| Machines en gereedschappen | Verkeren de machines en gereedschappen waarmee je werkt in goede staat? Vertonen zij mankementen, spreek je werkgever hierop aan. |
| Valbeveiliging | Alle (vloer)randen zijn voorzien van leuning, tussenregel en kantplank. Sparingen zijn dicht gelegd. Zo niet, maak het dan in orde voordat je aan het werk gaat. Kan 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 www.arbocatalogus-afbouw.nl vind je voor de belangrijkste risico's die je als gipsblokkensteller loopt de (beste) oplossingen, veilig en volgens wet en cao.

Op de website www.arbovriendelijkehulpmiddelen.nl vind je uitgebreide informatie over hulpmiddelen.

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.

Arbouw

Postbus 213
3840 AE Harderwijk

T 0341 46 62 00
F 0341 46 62 11
info@arbouw.nl
www.arbouw.nl

Voor vragen over arbeidsomstandigheden:
Arbouw Infolijn 0341 46 62 22