

OVEREENKOMSTIG DE ARBEIDSHYGIËNISCHE STRATEGIE, GELDEN DE VOLGENDE BEHEERSMAATREGELEN:

Gevaren moeten altijd bij de bron worden aangepakt (niveau 1). Pas als dat niet mogelijk of niet voldoende is, worden aanvullende maatregelen genomen gericht op collectieve bescherming, technische maatregelen (niveau 2) en organisatorische maatregelen (niveau 3). Als dat nog steeds niet voldoende bescherming biedt, volgen maatregelen gericht op individuele bescherming (niveau 4) met als laatste stap het verstrekken van doeltreffende en passende persoonlijke beschermingsmiddelen.

Aan wettelijke verplichtingen aangegeven met



Arbo-Wetgeving

moet altijd worden voldaan.

Niveau 1 Bronmaatregelen:

Voorkom dat medewerkers handmatig moeten duwen en trekken, door materialen te verplaatsen met behulp van transportmiddelen, zoals: heftruck en trekker met materiaaltransportwagens.

Voorkomen duw- of trekkracht van > 250N.

Niveau 2 Technische maatregelen:

Zorg voor effen, harde vloeren die een lage rolweerstand hebben, vermijd drempels.

Stem het type wiel af op de ondergrond:

- Harde wielen bij een vlakke vloer.
- Zachte wielen bij een oneffen vloer.

Zorg dat handgrepen aan handmatige transportmiddelen, tussen elleboog- en schouderhoogte bevestigd zijn.

Niveau 3 Organisatorische maatregelen:

Organisatorische maatregelen bestaan uit:

- Laat materialen zo dicht mogelijk bij de plaats waar deze gebruikt moeten worden afleveren zodat de verplaatsingsafstand beperkt is.
- Let op gladde, oneffen vloeren, gaten en trappen.
- Organiseer het werk zo, zodat je regelmatig van houding kunt wisselen, zelf het tempo kunt bepalen en veel relatief korte pauzes kunt inlassen.
- Zorg voor regelmatig onderhoud van transportmiddelen.

Niveau 4 Individuele maatregelen en PBM:

Minder overbelasting door duwen en trekken is mogelijk door werknemers het gebruik van de juiste werktechnieken aan te leren. Zorg bovendien voor voldoende afwisseling in de werkzaamheden en voldoende pauzes, zodat het lichaam zich kan herstellen.

PBM kunnen een bijdrage leveren aan de fysieke belasting:

- Goede werkschoenen met stoeve zool.
- Gebruik van handschoenen voor een betere grip.

Verplichte opleiding en instructie:

De werkgever geeft voorlichting over de risico's en beheersmaatregelen bij duwen en trekken tijdens de uitvoering van verschillende soorten werkzaamheden.

Wet- en regelgeving:

Arbobesluit Artikel 5. 2 Voorkomen gevarenArbobesluit Artikel 5. 3 Beperken gevaren en risico-inventarisatie en -

evaluatieArbobesluit Artikel 5. 4 Ergonomische inrichting werkplekkenArbobesluit Artikel 5. 5

VoorlichtingBasisinspectiemodule Fysieke belasting - checklist fysieke belastingBasisinspectiemodule Fysieke belasting -

duwen en trekkenEU Richtlijn 90/269/EG Betreffende de minimum veiligheids- en gezondheidsvoorschriften voor het
manueel hanteren van lasten met gevaar voor met name rugletsel voor werknemers Bijlage 1 en 2Practice Note Duwen en

TrekkenTool: Duw en Trek Check TNO
