

Protocol 'Veilig werken in de warmte en hitte', overzicht maatregelen

8 juli 2024, versie 1.2

Het klimaat in Nederland is grillig. Vanaf april tot eind oktober kan warm weer voorkomen in combinatie met hoge luchtvochtigheid, weinig wind en sterke zonnestraling. Hoe snel iemand oververhit raakt, hangt niet alleen af van het weer. Wees alert op werkfactoren (zwaarte van het werk, kleding en PBM's, rustpauzes) en persoonlijke factoren (gewend aan de hitte, uithoudingsvermogen, overgewicht, medicatie). Wees voorbereid! Doe dat zo vroeg mogelijk in het V&G-plan ontwerpfase of bij de eerste planning van de werkzaamheden. Gebruik daarvoor de maatregelen die we in dit protocol hebben opgenomen. Zo nodig voeg je extra maatregelen toe. We hebben deze ingedeeld volgens de arbeidshygiënische strategie en naar de ernst van de hitte.

Scenario's van het weer:	Aangenaam	Warm	Zomers warm	Tropisch warm	Extreem warm
Toelichting	Prettig werkbaar klimaat Indicatie 15-20 °C	Warm werkklimaat Indicatie 20-25 °C	Erg warm werkklimaat Indicatie 25-30 °C	Zeer warm werkklimaat = hitte Indicatie 30-35 °C	Extreem warm werkklimaat = hitte Indicatie > 35 °C
Risico's voor de bouw en infra	Kwetsbaarheid individuele werkende	Kwetsbaarheid individuele werkende Kans op oververhitting bij zwaar werk Kans op klachten Productiviteit daalt bij een aantal	Kwetsbaarheid individuele werkende Hoge kans oververhitting bij zwaar werk Grote kans op klachten Kans op ernstige klachten Productiviteit daalt bij velen	Kwetsbaarheid individuele werkende Hoge kans oververhitting bij licht werk Kans op ernstige klachten Kans op gezondheidsschade Productiviteit daalt bij iedereen	Kwetsbaarheid individuele werkende Hoge kans oververhitting bij licht werk Grote kans op ernstige klachten Grote kans op gezondheidsschade Nauwelijks werkbaar

Neem de risico's bij het werken in de warmte en hitte op in de RI&E en beschrijf de beheersmaatregelen.

Dit geldt voor klimaatfactoren en eveneens voor warme werkprocessen. Maak indien nodig Taak-Risico-Analyses.

Neem de risico's bij het werken in de warmte en hitte op in de V&G-plannen en beschrijf de beheersmaatregelen.

Dit geldt voor klimaatfactoren en eveneens voor warme werkprocessen.

Bronmaatregelen zijn er niet voor het weer. Dat laat zich niet bijsturen, de BTO-keuzes en maatregelen wel!

We presenteren een aantal BTO-keuzes en maatregelen in dit protocol. Wat onder scenario 'aangenaam' staat, geldt ook voor de warmere scenario's, en zo verder.

Bouwkundige, Technische en Organisatorische (BTO) keuzes en voorwaarden voor veilig werken in de warmte en hitte:

Laat werk zo mogelijk prefab uitvoeren.

Plan zwaar werk in de koudere maanden.

Plan zwaar werk aan het begin van de dag.

Zorg ervoor dat een tropenrooster is opgesteld en afgesproken met alle werkenden (voor de scenario's tropisch warm en extreem warm weer).

Stel bouwketen beschut op, met het glasoppervlak aan de koele kant. Benut als het kan de omgeving (bomen, gebouwen). Voorzie ramen waar de zon op valt van buitenzonwering.

Sluit bouwketen aan op drinkwater.

Zorg voor extra tappunten drinkwater op de bouwplaats (werk samen met het drinkwaterbedrijf). Zorg dat deze duidelijk herkenbaar zijn.

Zorg voor koelkasten, airco's en ventilatoren in alle bouwketen.

Zorg voor schaduw op de werkplek en de schaftplek middels zeildoek of parasol (lichte kleur en UV-werend).

Kies voor warmte- en UV-werend glas in bedrijfsauto's en materieel.

Schermbarmtebronnen af of isoleer deze optimaal.

Gebruik hulpmiddelen die de lichamelijke werkbelasting verlichten of wegnemen.

Train BHV-ers op de opvang van werkenden met warmteklachten en oververhitting.

Zorg voor voorlichting en instructie van alle werkenden op het werk.

Collectieve maatregelen:	Aangenaam	Warm	Zomers warm	Tropisch warm	Extreem warm
De weersverwachting	Kijk regelmatig naar de weersverwachting: temperatuur, luchtvochtigheid, windsnelheid, bewolking en UV-index (zonkracht).		Bespreek het weer en de warmte bij de start van de werkdag: extra maatregelen nodig?	Bespreek het werken in de hitte bij de start van de werkdag. Is iedereen op de hoogte van de genomen maatregelen? Staan de BHV'ers paraat? Geef een toolbox!	Stel iemand aan die voldoende deskundig is om toezicht te blijven houden op de werklocatie.
Zonnebrandcrème	Zie bij zonnig weer toe op het regelmatig insmeren met zonnebrandcrème en op het gebruik van lippenbalsum met UV-filter.				
Bereid je voor!	Zorg dat de beschermingsmiddelen aanwezig zijn en dat je maatregelen kunt nemen als het warmer wordt op de bouwlocatie. Neem meer maatregelen als de hitte toeneemt.				
Werkplanning		Werk aan de schaduwzijde.	Verschuif werk naar binnen, als het daar koeler is.	Stel het tropenrooster in werking. Uitvoerend werk: eerder naar huis. Beperk de werktijd en verleng de hersteltijd (pauzes).	Uitvoerend werk: verkort de werkdagen.
Afwisseling en tijdstip		Laat zware werktaken afwisselen met lichtere. Zorg voor taakrotatie.	Laat zwaar werk vroeg in de ochtend en 's avonds uitvoeren.	Laat noodzakelijk zwaar werk extra vroeg of in nacht uitvoeren.	Verschuif noodzakelijk werk naar de nacht.
Drinkwater		Zorg voor voldoende vers drinkwater in het werkgebied (tappunten of hervulbare flessen) Stimuleer alle werkenden om de 15 tot 20 minuten water te drinken, ook als zij geen dorst hebben.			
Pauzes		Zorg voor schaduwrijke of koele ruimtes om te pauzeren.	Pauzeer (herstel) na zwaar werk, in een koele ruimte.	Pauzeer (herstel) vaker, in een koele ruimte.	
Verzorging PBM's		Bied mogelijkheden om kleding en PBM's te drogen.			
Zonneschermen en screens		Gebruik reflecterende afscherming tegen de zon, zoals zonneschermen, jalouzieën en screens. Voorkom reflectie.			
Isolatie		Schermd warmtebronnen af of isoleer deze.	Bedek of isoleer materialen die warmte opnemen en afgeven.		
Ventilator			Zet ventilatoren in voor windkoeling op een werkplek.		

Individuele maatregelen:	Aangenaam	Warm	Zomers warm	Tropisch warm	Extreem warm
Voorkom opwarmen arbeidsmiddelen			Laat gereedschap en arbeidsmiddelen zo min mogelijk in de zon liggen.		
Wissel van werkplek		Wissel werkzaamheden af: binnen, buiten en in de schaduw.	Wissel werkzaamheden zoveel mogelijk af: binnen, buiten en in de schaduw.	Werk zoveel mogelijk op beschutte en koelere locaties.	
Drink voldoende		Let op dat iedereen om de 15 tot 20 minuten wat water drinkt, ook zonder dorst. Zie toe op het meenemen van hervulbare drinkflessen of verstrek die.	Spreek elkaar aan op regelmatig drinken.		
Zorg voor afkoelen		Leg PBM's tijdens rustpauzes weg.	Gebruik een ventilator in de bouwkeet voor extra afkoelen.		
Meld tijdig, let op elkaar		Stimuleer dat alle werkenden het melden als ze het (te) warm krijgen.	Let op elkaar, vraag naar hinder van de warmte. Werk niet alleen, zonder hulp in de nabijheid.	Houd elkaar goed in de gaten (buddy systeem).	
Voldoende gedronken?		Let op je urinekleur: lichtgeel is goed.			
		Let op je gewicht (weegschaal): verlies niet meer dan 0,5 - 1 kg. Het gewicht gelijk houden is het best.	Zorg voor een weegschaal in de kleed-, toilet- of doucheruimte (met privacy).		
Verlof opnemen				Kies voor je eigen gezondheid, overweeg en bespreek het opnemen van verlof.	

Persoonlijke beschermingsmiddelen:	Aangenaam	Warm	Zomers warm	Tropisch warm	Extreem warm
Afscherming tegen de zon	Zorg voor bedekking van de nek, de oren, het hoofd en gezicht. Verstrek een bandana of een brede hoed, pet of veiligheidshelm met nekflap.				
Zomerse werkkleding		Verstrek losvallende UV-werende werkkleding van een lichte kleur met lange mouwen en lange broekspijpen.			
Zonnebril	Verstrek een (veiligheids)zonnebril met UV-werende glazen als werknemers blootstaan aan zonnestraling tijdens het werk (directe zonnestraling en/of via reflectie vanuit de omgeving).				
Zonnebrandcrème	Verstrek zonnebrandcrème met minimaal factor 30 en UVA-filter. Verstrek lippenbalsum met UV-filter.				