



ONDERHOUD

NL

TOOLBOXMEETING

Persoonlijke
beschermingsmiddelen
(PBM)

Waarom dit belangrijk is!

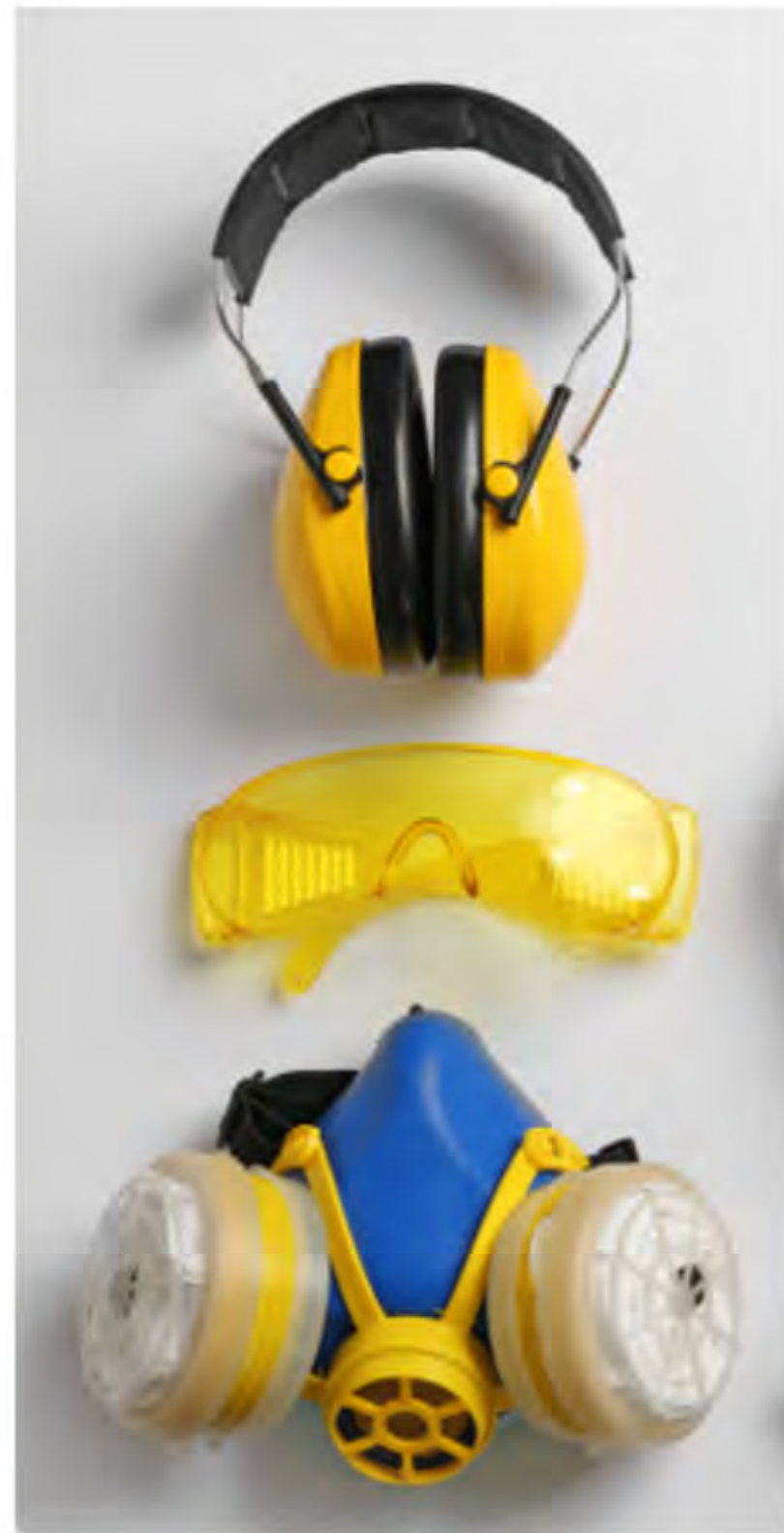
Iedereen kent het **belang** van goede persoonlijke beschermingsmiddelen (PBM). Maar PBM's werken alleen wanneer ze goed worden **toegepast**.

Herken jij de situaties waarin PBM's gebruikt moeten worden? En welke PBM's gebruik je dan?

PBM's moeten goed en tijdig **onderhouden** worden, anders werken ze niet en dragen ze onvoldoende bij aan je veiligheid. Besef dat PBM's je **laatste redmiddel** zijn om de gevolgen van risico's te beperken.

Onderwerpen in deze toolbox:

1. PBM's als laatste redmiddel.
2. Laatste Minuut Risico Analyse.
3. Verschillende types PBM's.
4. Gebruik en onderhoud PBM's.
5. Pictogrammen.
6. Tips & tricks.



Arbeidshygiënische strategie

Voordat je nadenkt over het gebruik van **PBM's** is het belangrijk om na te gaan of er een **veiligere werkomgeving** gerealiseerd kan worden. Bijvoorbeeld door **risico's** weg te nemen. **Voorkomen** is immers beter dan genezen. Dat wordt de **arbeidshygiënische strategie** genoemd.

We gaan je een beeld geven van welke stappen er genomen **moeten** worden om **een veilige werkomgeving** te realiseren. Besef dat PBM's je laatste redmiddel zijn.

We nemen als voorbeeld dat er schilderwerkzaamheden uitgevoerd moeten worden aan houten kozijnen. Hierbij heb je te maken met onder andere de volgende risico's:

- Gebruik van gevaarlijke stoffen
- Vrijkomen van houtstof bij schuren

1

Bronmaatregelen

Eerst dient getracht te worden de oorzaak van het probleem weg te nemen.

In dit geval kunnen dat de volgende maatregelen zijn:

1. Vervang verf op basis van oplosmiddelen door verf op waterbasis.

2

3

4

1

2

3

4

Collectieve maatregelen

Als bronmaatregelen niet kunnen, dan moet je kijken of collectieve maatregelen genomen kunnen worden.

Een voorbeeld hiervan is bronafzuiging (stofzuiger aansluiten op de schuurmachine) gebruiken bij schuurwerkzaamheden.

1

2

3

4

Individueel

Als voorgaande maatregelen niet voldoende zijn of niet lukken dan moet je kijken of je individuele maatregelen kan nemen.

Hieronder verstaan we:

- Afwisselen werkzaamheden (taakroulatie).
- Volgen van specifieke opleidingen om veilig en gezond te werken.
- Voorlichting en instructie hoe veilig en gezond gewerkt kan worden.

1

2

3

4

Persoonlijke beschermingsmiddelen

Als de maatregelen uit stap 1 tot en met 3 niet voldoende zijn: Gebruik dan persoonlijke beschermingsmiddelen.

Bij schuurwerkzaamheden zijn dit:

- Ademhalingsbescherming.
- Veiligheidshandschoenen.
- Veiligheidsbril.

Verderop in deze toolboxmeeting leggen we je uit welk type PBM te gebruiken.

Laatste Minuut Risico Analyse



1 **STOP**

Denk nog eens na over wat fout kan gaan en welke gevolgen het met zich meebrengt als je geen PBM's draagt. Het gaat om je eigen veiligheid.

2 **LET OP**

Zijn maatregelen genomen zodat veilig gewerkt kan worden? Denk eraan dat je de juiste PBM's draagt, dat deze tijdig onderhouden zijn en dat je weet hoe je ze moet gebruiken.

3 **ACTIE**

Wat kun jij nog meer doen voordat de werkzaamheden op de meest veilige manier uitgevoerd worden?

4 **GO**

De benodigde maatregelen zijn genomen, regels worden nageleefd en onnodige risico's worden vermeden. Je mag aan de slag!



Verschillende types PBM's

Verschillende types

Tijdens werkzaamheden maak je gebruik van verschillende **PBM's** zoals:

- veiligheidsschoenen;
- veiligheidshelm;
- veiligheidshandschoenen;
- ademhalingsbescherming;
- veiligheidsbril
- gehoorbescherming.

Van deze PBM's zijn veel **verschillende types** beschikbaar. Het is belangrijk om het **juiste type** PBM te gebruiken die de **juiste bescherming** geeft tijdens de werkzaamheden die uitgevoerd worden.

Hierna volgt een uitleg over hoe je de juiste keuze kan maken.

Laatste redmiddel

LMRA

Type PBM

Gebruik PBM

Pictogrammen

Tips & tricks

Type veiligheidshandschoenen

Handen zijn extra **kwetsbaar** bij het gebruik van bepaalde gereedschappen, in bepaalde omstandigheden en/of bij het werken met gevaarlijke stoffen.

Door de **juiste veiligheidshandschoenen** te gebruiken worden de handen beschermd tegen letsel en aandoeningen op lange termijn.



Laatste redmiddel

LMRA

Type PBM

Gebruik PBM

Pictogrammen

Tips & tricks



**Handschoen tegen
mechanische risic**

Type veiligheidshandschoenen

Er zijn verschillende types veiligheidshandschoenen beschikbaar die gebruikt kunnen worden bij de volgende werkzaamheden:

- Veiligheidshandschoen voor o.a. schilderwerkzaamheden of glaszetten.
- Veiligheidshandschoen voor werken met gevaarlijke stoffen bijvoorbeeld bij het gebruik van afbijtmiddel om oude verflagen te verwijderen.
- Veiligheidshandschoenen tegen koude.

Type veiligheidshandschoenen



**Handschoen tegen
mechanische risico's**



**Handschoen chemisch
bestendig**



**Handschoen
beschermende tegen ko...**

Handschoen tegen mechanische risico's

Deze veiligheidshandschoen beschermt je tegen mechanische risico's, zoals snijden, schaven en stoten. De veiligheidshandschoenen kunnen gebruikt worden bij de volgende werkzaamheden:

- **Schilderwerkzaamheden.**

Deze veiligheidshandschoen biedt bescherming tegen uitdrogen van de handen en eczeem.

- **Glaszetten of snijwerkzaamheden.**

Let op dat de veiligheidshandschoen een hogere snijweerstand heeft en maak indien nodig gebruik van polsbeschermers.

- **Mechanisch bewerken.**

Zoals oude verflagen (föhn, brander, krabber, schuren).

- **Reparaties houtwerk/beton.**



Handschoen chemisch bestendig

Deze veiligheidshandschoen is chemisch bestendig en kan gebruikt worden bij de volgende werkzaamheden:

- Werkzaamheden met afbijtmiddel bijvoorbeeld aceton.
- Werkzaamheden met schoonmaakmiddelen bijvoorbeeld ontvetters.
- Werken met chromaathoudende verf of epoxyhars.
- Werken met porschuim (isocyaan).



Handschoen beschermende tegen koude

Deze veiligheidshandschoen beschermt je handen tegen koude om "dode" of tintelende vingers te voorkomen.



Mechanische gereedschappen

Veiligheidshandschoenen

EN 388:2016



Symbolen



Op de veiligheidshandschoenen staan verschillende symbolen. Deze hebben allemaal een eigen betekenis.



Mechanische gevaren

Veiligheidshandschoen tegen mechanische gevaren.

EN 388:2016



Chemisch bestendig

Veiligheidshandschoen die bestendig is tegen chemische middelen zoals afbijtmiddelen of schoonmaakmiddelen.

EN 374



Bescherming tegen koude

Veiligheidshandschoen die bescherming geeft tegen koude.

EN 511



Thermische gevaren

Veiligheidshandschoen die beschermt tegen thermische gevaren, zoals hitte en/of vuur.



Betekenis cijfers

Op de veiligheidshandschoenen staan verschillende cijfers. Hieronder kun je lezen waar deze cijfers voor staan.



Laatste redmiddel

LMRA

Type PBM

Gebruik PBM

Pictogrammen

Tips & tricks

Koppel de werkzaamheden met de juiste veiligheidshandschoen:



Werken in de kou



Schilderwerkzaamheden



Afbijten van oude verflagen

Type ademhalingsbescherming

In veel werkomgevingen komen **schadelijke stoffen** of stofdeeltjes vrij. Ademhalingsbescherming zorgt ervoor dat de lucht die ingeademd wordt, geen schade aan je **gezondheid** aanricht.

De ene stof is schadelijker voor je gezondheid dan de andere stof, daarom zijn er **verschillende soorten** ademhalingsbescherming.

Maskers bieden de beste bescherming als je **gladgeschoren** bent en het masker goed aansluit op je gezicht.



Laatste redmiddel

LMRA

Type PBM

Gebruik PBM

Pictogrammen

Tips & tricks

1

2

3

We

Het type filter wordt aangeduid met de letter P en/of A

- Een P-filter is geschikt voor stofdeeltjes. Denk hierbij aan fijnstof, kwartsstof en houtstof. De cijfers 1,2 en 3 geven de hoogte van de filtereffectiviteit aan waarbij 3 het beste filtert.
- Een A-filter is geschikt voor gassen en dampen. Denk hierbij aan lijmen, epoxys, thinner. De cijfers 1,2 en 3 geven het beschermingsniveau tegen de capaciteit aan, waarbij 3 de hoogste volume verontreiniging aankan.

entraties, zoals

et in vorm worden

van gewoon hout

1

2

3

Wegwerpmasker

- Dit masker is geschikt voor het filteren van verschillende soorten stof in **lage concentraties**, zoals fijnstof, kwartsstof of houtstof.
- Het wegwerpmasker zit met elastieken om het hoofd vast. Het neusbeugeltje moet in vorm worden gebogen.
- Het wegwerpmasker wordt onder andere gebruikt tijdens schuurwerkzaamheden van gewoon hout en verflagen die geen zware metalen, zoals chroom 6, bevatten.
- Filter: P2-filter of P3-filter



1

2

3

Halfgelaatsmasker

- Dit masker is geschikt voor het filteren van verschillende soorten stof in **lage concentraties**, zoals fijnstof, kwartsstof of houtstof.
- Halfgelaatsmaskers sluiten beter aan op het gezicht dan wegwerpmaskers.
- Het halfgelaatsmasker wordt onder andere gebruikt tijdens schuurwerkzaamheden van hardhout en verflagen die zware metalen, zoals chroom 6, bevatten.
- Filter: P2-filter/P3-filter en/of met een A1- of A2-filter. A-filters worden gebruikt bij oplosmiddelhoudende verfsoorten.



1

2

3

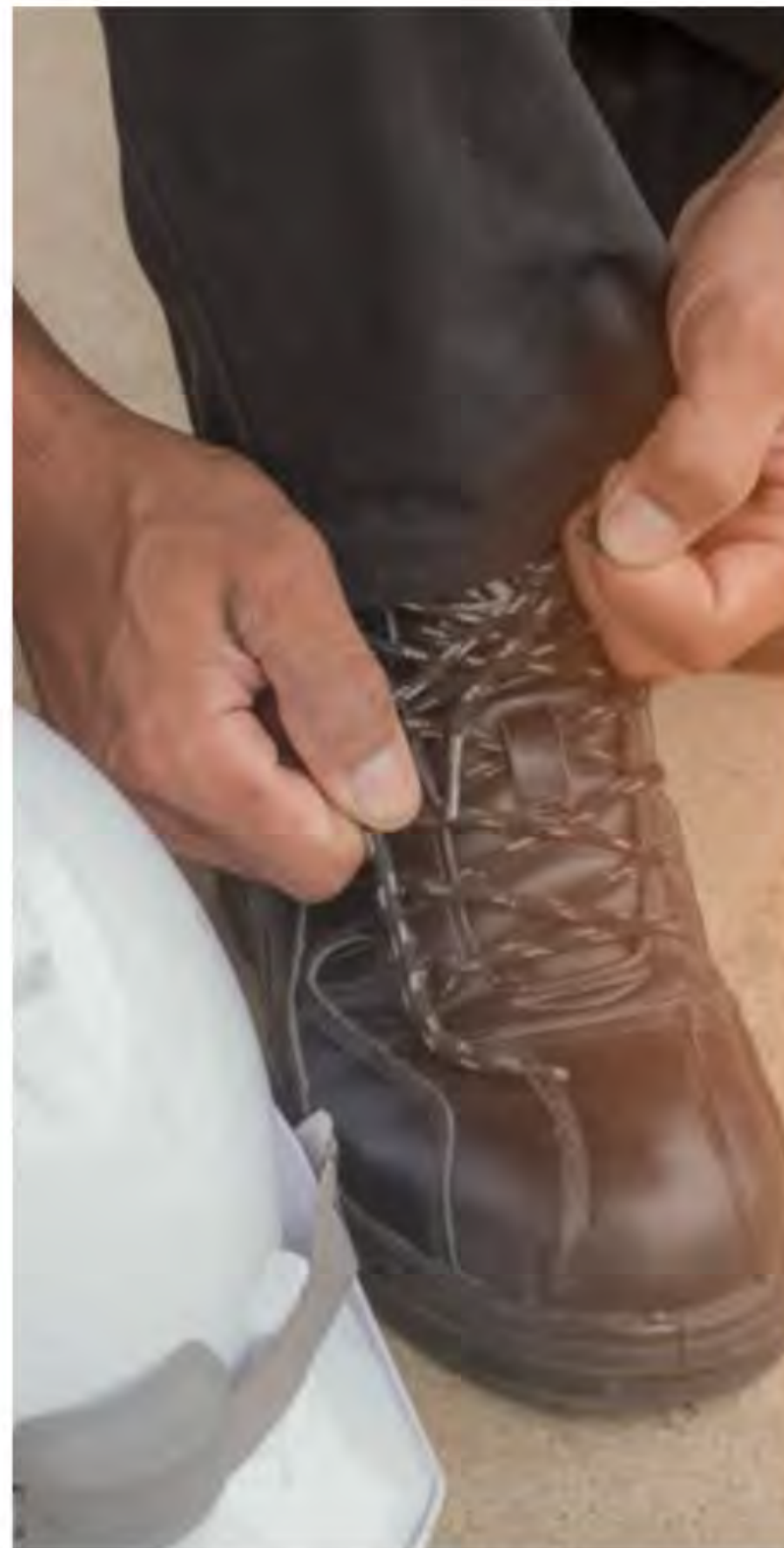
Volgelaatsmasker

- Dit masker beschermt zowel de luchtwegen als de ogen. Gebruik deze bij **hoge concentraties** schadelijke stoffen.
- Het masker moet volledig op het gezicht aangesloten zijn.
- Het volgelaatsmasker wordt onder andere gebruikt tijdens schuurwerkzaamheden van hardhout en verflagen die zware metalen, zoals chroom 6, bevatten.
- Filter: P3- of A3-filter. A-filters worden gebruikt bij oplosmiddelhoudende verfsoorten.



Type veiligheidsschoenen

In vele beroepen is het dragen van veiligheidsschoenen van enorm **belang**. Veiligheidsschoenen **beschermen** je voeten tegen verschillende gevaren. Maar tegen welke **gevaren** beschermen veiligheidsschoenen allemaal? Klik verder en kom erachter...



Laatste redmiddel

LMRA

Type PBM

Gebruik PBM

Pictogrammen

Tips & tricks

Type veiligheidsschoenen

Veiligheidsschoenen zijn onder te verdelen in vijf S-classificaties.

Naast de algemene eisen moeten de schoenen en laarzen geschikt zijn voor de omstandigheden waarin ze gebruikt worden.

1

S1 - Geschikt voor droge omstandigheden

S1 veiligheidsschoenen hebben een veiligheidsneus en zijn antistatisch.



2

3

4

5

6

1

2

3

4

5

6

S1P - Geschikt voor droge werkplekken waar scherpe voorwerpen op de grond liggen

Dit type veiligheidsschoen is naast de veiligheidsneus ook voorzien van een veiligheidszool.



1

2

3

4

5

6

S2 - Geschikt voor gebruik in vochtige ruimtes

Veiligheidsschoenen met een beschermende neus en gesloten hiel, antistatische eigenschappen, energie-absorbende hak en waterdichte schacht tot 60 minuten. Toepassing in natte werkomstandigheden.



1

2

3

4

5

6

S3 - Geschikt voor nagenoeg alle werkomstandigheden (meest voorkomend)

Deze veiligheidsschoenen zijn waterbestendig en voorzien van een veiligheidsneus en veiligheidszool.



1

2

3

4

5

6

S4 - Veiligheidslaarzen met composite of stalen veiligheidsneus

Deze laarzen zijn gemaakt van PU, rubber of kunststof materialen en zijn daardoor waterdicht.



1

2

3

4

5

6

S5 - Veiligheidslaarzen met composite of stalen veiligheidsneus

Deze klasse is hetzelfde als de S4 klasse. Echter heeft deze laars ook een tussenzool en antislip profiel.



Veiligheidshelm: types

Een veiligheidshelm **beschermt** je tegen vallende, omvallende of wegschietende voorwerpen, chemicaliën of het stoten van je hoofd.

Een helm dient goed vast op het hoofd te zitten en het binnenwerk moet goed zijn bevestigd. Daarnaast dient de maat te worden ingesteld op basis van de **omvang van het hoofd**.

Het grootste deel van de veiligheidshelmen zijn vervaardigd uit:

1. HDPE (High Density Polyethylene) of;
2. ABS (Acrylonitril Butadien Styreen).

De materialen waar de veiligheidshelmen van zijn gemaakt, zijn bepalend voor de technische levensduur van de helm.



Laatste redmiddel

LMPA

Type PBM

Gebruik PBM

Pictogrammen

Tips & tricks

Veiligheidshelm: levensduur

Naast het materiaal waar een veiligheidshelm van gemaakt is, zijn er ook andere factoren die een rol spelen bij de **levensduur** van de veiligheidshelm. Denk bijvoorbeeld aan:

- hoeveelheid zonlicht (UV-straling);
- contact met chemicaliën;
- gebruiksintensiteit;
- beschadigingen.

De maximale levensduur is afhankelijk van het type veiligheidshelm:

5 jaar voor een ABS-helm en **3 jaar** voor een HDPE-helm, na ingebruikname.

Voor het gemak kan ook de **productiedatum** worden aangehouden om te checken of je helm niet te oud is. Aan de onderkant van het klepje staat de productiedatum en het type van de helm.



Laatste redmiddel

LMRA

Type PBM

Gebruik PBM

Pictogrammen

Tips & tricks

Type gehoorbescherming

Gehoorbescherming is er in verschillende **soorten en maten**. Wanneer het omgevingsgeluid ervoor zorgt dat jij je stem moet verheffen om tegen een collega te praten, kan het **omgevingsgeluid** al schadelijk zijn.

Eenmaal **gehoorbeschadiging** opgelopen is dit niet meer te genezen. Je gehoor is **kwetsbaar** en verdient daarom de juiste bescherming.

Wanneer je schuurwerkzaamheden uitvoert kun je makkelijk worden blootgesteld aan 90 dB(A). In dit geval is een geluidsdemping van minimaal 5 dB(A) **noodzakelijk**.



Laatste redmiddel

LMRA

Type PBM

Gebruik PBM

Pictogrammen

Tips & tricks



Otoplastieken



Oorkappen



Wegwerp oordopjes

Otoplastieken

Op maat gemaakte oordoppen met geluidsfILTER. Deze filter kun je afstemmen op de werkzaamheden en het bijbehorende geluidsniveau die uitgevoerd worden.

Voordeel is dat je aanspreekbaar blijft.

Tips:

- houd de otoplastieken goed schoon.

De geluidsdemping van otoplastieken is instelbaar, afhankelijk van de instelling verminderen ze het geluidsniveau met 5 tot 30 dB(A).

Let op! De otoplastieken moeten periodiek gecontroleerd worden op een correcte werking.



Oorkappen

Oorkappen passen iedereen en gaan lang mee.

Tips:

- Zorg dat de kappen goed op de oren drukken en goed afsluiten.
- Wanneer de foam beschadigd is moet je de kappen inwisselen voor nieuwe.

Oorkappen verminderen het geluidsniveau met 15 á 25 dB(A)

Een nadeel is dat het omgevingsgeluid wordt gedempt, waardoor je mogelijke noodsignalen niet hoort.



Wegwerp oordopjes

Bedoeld voor eenmalig gebruik en bieden een goede geluidsdemping.

Tips:

- Op de verpakking staat vermeld hoeveel demping er gerealiseerd wordt.

Wegwerp oordopjes verminderen het geluidsniveau met 10 á 15 dB(A).

Een nadeel is dat het omgevingsgeluid wordt gedempt, waardoor je mogelijke noodsignalen niet hoort.





Gebruik en onderhoud PBM's

Gebruik en onderhoud PBM's

Let op! Als je de verkeerde PBM's gebruikt of de PBM's fout toepast zorg je schijnveiligheid voor jezelf. Je denkt dat je beschermd bent, maar in werkelijkheid loop je een groot risico.

Veiligheidshandsc

eiligheidshelm

Gehoorbescherming

Veiligheidshandschoen

Veiligheidshandschoenen moeten een goede pasvorm hebben om ze op de juiste manier te gebruiken.

Zorg dat je veiligheidshandschoenen schoon zijn en laat ze goed drogen na het werken in een natte omgeving, voordat je ze weer gebruikt.

Vervang veiligheidshandschoenen wanneer ze kapot zijn of bijvoorbeeld zijn aangetast door chemicaliën. Zijn ze sterk vervuild (gebied groter dan 20 eurocent), gooi de veiligheidshandschoen dan weg.



Ademhalings-bescherming

Laat ademhalingsbescherming niet in de buurt van chemicaliën liggen, maar berg deze netjes op in een speciaal afsluitbare box. Chemische dampen en stofdeeltjes gaan anders aan de binnenkant van de ademhalingsbescherming zitten.

Vervang tijdig de filters en zorg dat de bescherming goed aansluit op je gezicht.

Een baard kan goede aansluiting op je gezicht belemmeren.



Veiligheidsschoen

Gemiddeld kun je 1,5 jaar lopen op goede werkschoenen. Een aantal factoren spelen mee, zoals de weersomstandigheden en het onderhoud.

Maak je veiligheidsschoenen regelmatig schoon en laat ze goed drogen nadat ze in een natte of vochtige omgeving zijn gebruikt.



Veiligheidshelm

Na een val of stoot moet de veiligheidshelm vervangen worden, ook als er geen schade zichtbaar is.

Plak geen stickers (tenzij het een speciale helmsticker is) op je veiligheidshelm en vervang hem elke 3 (HDPE-helm) tot 5 jaar (ABS-helm) na ingebruikname. Ook de productiedatum kan voor het gemak gehanteerd worden. Deze vind je aan de onderkant van het klepje.



Gehoorbescherming

Stop geen vieze oordoppen in je oor. Hierdoor kunnen ontstekingen ontstaan.

Maak je gehoorbescherming regelmatig schoon en controleer deze op gebreken. Een barst of scheur in jouw gehoorkappen leidt tot minder geluidsdemping waardoor gehoorbeschadiging kan ontstaan.

Eenmaal gehoorbeschadiging opgelopen, kan dit nooit meer herstellen.





Bedankt
voor je tijd!