



Werken bij koud weer

Tijdens de winterperiode krijgen de werknemers op de werf te maken met overmatige koude, wind, regen, vorst en sneeuw. Werken in dergelijke omstandigheden brengt gezondheids- en veiligheidsrisico's met zich mee. Er moeten dan ook aangepaste preventiemaatregelen ingevoerd worden.



1 Risico's van koude

Risico's voor de gezondheid	Risico's op ongevallen
Onderkoeling	Glade ondergrond door regen, vorst en ijzel: <ul style="list-style-type: none"> ■ Uitglijden, vallen op de begane grond of van hoogte ■ Wegglijden van werfstoestellen, materiaal of uitrusting
Bevriezing	
Vrieswonden	Risico's van verwarmingstoestellen : <ul style="list-style-type: none"> ■ Brand ■ Brandwonden ■ CO-vergiftiging of zuurstoftekort
Vernauwing van de bloedvaten (syndroom van Raynaud)	
Musculo-skeletale aandoeningen	Risico's op brandwonden door contact met bevroren metalen oppervlakken
Afkoeling, verkoudheden (temperatuurverschillen) en griep, ...	Risico's op ongevallen door een gebrek aan zichtbaarheid : <ul style="list-style-type: none"> ■ minder licht in de winterperiode ■ de sneeuw kan obstakels verbergen
Pijn	Risico's op verlies van controle over een uitrusting door een gebrek aan handvaardigheid en gevoel : <ul style="list-style-type: none"> ■ Bewustzijnsverandering door de koude ■ Gebruik van handschoenen of kledij
	Verminderde aandacht door intense koude, sneeuw en regen
	Risico op een val in het koude water
	Risico op instorting van uitgegraven wanden door sterke regen of bij dooi

Wind en vochtigheid versterken het gevoel van koude en verergeren de gezondheidsrisico's.

Let op voor zweet bij grote inspanningen en hou natte kledij niet aan wanneer het zeer koud is.

2 Organisatie en planning van het werk

- Rekening houden met de weersvoorspellingen
- Het werk in de buitenlucht zo veel mogelijk beperken
- Waar mogelijk de werkzaamheden in de werkplaats of in een afgesloten, verwarmd lokaal uitvoeren
- Intensief werk beperken om de transpiratie te verminderen en de geschikte uitrusting voorzien voor heffen en tillen
- Zorgen voor taakrotatie
- Zorgen voor regelmatige pauzes in verwarmde lokalen
- De periodes van stilstand in de koude beperken (bv.: seingever)
- Afgezonderd werk beperken en groepswork stimuleren (als dat niet mogelijk is: beschikken over communicatiemiddelen)

Constructiv streeft steeds naar betrouwbaarheid van de gepubliceerde informatie, rekening houdend met de huidige stand van de regelgeving en de techniek. De organisatie kan echter niet aansprakelijk worden gesteld voor de gepubliceerde informatie. De raadgevingen in deze infofiche ontslaan de lezer niet van de verplichting om de geldende regelgeving na te leven. De reproductie van teksten en illustraties is toegestaan mits de uitdrukkelijke toestemming van Constructiv en duidelijke bronvermelding.

3 Aangepaste dranken en voeding

De cao van 10/03/2016 'Humanisering van de arbeid' voorziet ook in de **gratis verdeling van warme dranken** aan de arbeiders zodra de buitentemperatuur lager ligt dan 5°C . Verder moeten de refters uitgerust zijn met een **opwarmtoestel voor eten en drinken**.

De voedselinname moet voldoende zijn om een afdoende warmteproductie te waarborgen en uitdroging te beperken.

Alcoholische dranken zijn verboden op de arbeidsplaats.

4 Inrichting van de werf

- Beschikken over **sociale voorzieningen, overeenkomstig de cao van 10/03/2016**: de lokalen moeten meer bepaald verwarmd zijn tot 20°C (22°C voor de douches) en uitgerust zijn met individuele vestiaires waarin kledij gedroogd, opgehangen en opgeborgen kan worden
- Een aangepaste ventilatie installeren
- Zorgen voor bijkomende kunstmatige verlichting als oplossing voor het gebrek aan licht bij het begin en het einde van de werkdag
- Er wordt aanbevolen om de leidingen te isoleren tegen vorst
- **Correcte toegangen** voorzien om **uitglijden en natte voeten te vermijden** (bv.: grint strooien op een modderige ondergrond; zout, zand of as strooien bij vorst; houten draagvloeren, roosters, antislipstrips installeren; een signalisatie 'risico op uitglijden' plaatsen; regelmatig reinigen, ...)
- Beschikken over het **geschikte materiaal voor het behandelen en heffen**, zodat de fysieke inspanningen beperkt worden
- Beschikken over materiaal om sneeuw te ruimen

4.1 Veiligheid bij het gebruik van verwarmingstoestellen

- **De voorkeur geven aan elektrische verwarmingstoestellen**
- Regelmatig **onderhoud**, overeenkomstig de instructies
- Bij een **thermisch verwarmingssysteem**:
 - moet ook een aanvoer van frisse lucht gewaarborgd worden (opgelet: ventileer nooit met zuurstof)
 - **moeten de verbrandingsgassen afgevoerd worden** (schoorsteen of ander systeem)
 - **moet het lokaal** bij de eerste symptomen van een **koolstofmonoxidevergiftiging** (misselijkheid) of een **zuurstoftekort** (spraakproblemen, onsamenhangende uitleg, problemen met de coördinatie van de bewegingen, euforie), **geëvacueerd en verlucht worden**
- **Vuurpotten** alleen buitenshuis gebruiken
- Elk **ontvlambaar** voorwerp uit de buurt van de verwarmingstoestellen houden
- Een apparaat met open vlam nooit plaatsen in ruimtes waar brandbare stoffen worden opgeslagen/gebruikt/behandeld (bv.: oplosmiddelen, recipiënten onder druk, ...)
- **Kledij niet te dicht in de buurt van de verwarmingstoestellen** en sowieso nooit rechtstreeks op de toestellen **drogen**
- **Brandblusapparaten** aanwezig in de buurt

Constructiv streeft steeds naar betrouwbaarheid van de gepubliceerde informatie, rekening houdend met de huidige stand van de regelgeving en de techniek. De organisatie kan echter niet aansprakelijk worden gesteld voor de gepubliceerde informatie. De raadgevingen in deze infofiche ontslaan de lezer niet van de verplichting om de geldende regelgeving na te leven. De reproductie van teksten en illustraties is toegestaan mits de uitdrukkelijke toestemming van Constructiv en duidelijke bronvermelding.

5 Aangepaste kledij en PBM's

Naast de bescherming die de PBM's en werkkledij bieden tegen andere risico's, moeten ze ook bescherming bieden tegen intense koude. Om 100% efficiënt te zijn en effectief gedragen te worden, moeten ze aangepast zijn aan de lichaamsbouw van de werknemers en aan de activiteiten die uitgevoerd worden.



Werkkledij:

- **Isolerend, water- en winddicht, maar ademend, zodat vocht en transpiratie afgevoerd worden**
- **Regelbaar** en nauw aansluitend aan de polsen en enkels
- Overeenkomstig de norm **NBN EN 342**



Bescherming van de voeten:

- Overeenkomstig de norm **NBN EN ISO (20) 345 (Persoonlijke beschermingsmiddelen - Veiligheidsschoeisel)**, gevoerd, waterdicht en voorzien van dikke antislipzolen



Bescherming van de handen:

- Soepele en dunne handschoenen, zodat de **handigheid** in de vingers **goed behouden blijft**
- Overeenkomstig de norm **NBN EN 511**: de handschoenen moeten de werknemers niet alleen beschermen tegen bepaalde producten/middelen, maar ook aangepast zijn aan het werk in de koude.



Bescherming van het hoofd:

- Er wordt aangeraden om een **warme binnenvoering** en/of **oorwarmers toe te voegen aan de helm**.

Alle PBM's moeten opgeslagen worden op een plaats waar ze niet blootgesteld worden aan extreme temperaturen, want anders verslijten ze sneller.

Enkele bijkomende raadgevingen:

- Draag **meerdere lagen** kledij in plaats van één dik kledingstuk, om zo een **betere isolatie** te behouden en kledij te kunnen aan- of uittrekken in functie van de omstandigheden.
- Draag **in plaats van een gewone sjaal** een **rolkraag** of een **cirkelsjaal** die niet loskomt en die niet **gegrepen kan worden door een machine of een ander uitrustingsstuk**.
- Draag twee paar sokken, een licht en een dikker en verander van sokken zodra ze nat zijn.
- Er kunnen **handwarmers** ('hot packs', zakjes die vanzelf warm worden) in de handschoenen gebruikt worden.
- Laat kledij nooit te dicht bij een **verwarmingstoestel** drogen om brand te vermijden.

Constructiv streeft steeds naar betrouwbaarheid van de gepubliceerde informatie, rekening houdend met de huidige stand van de regelgeving en de techniek. De organisatie kan echter niet aansprakelijk worden gesteld voor de gepubliceerde informatie. De raadgevingen in deze infofiche ontslaan de lezer niet van de verplichting om de geldende regelgeving na te leven. De reproductie van teksten en illustraties is toegestaan mits de uitdrukkelijke toestemming van Constructiv en duidelijke bronvermelding.

6 Enkele tips en trucs

Bewegen om zich te verwarmen:

- Met de voeten tikken
- Zich in de handen wrijven
- De handen opwarmen onder de oksels

Om niet uit te glijden of te vallen:

- Kleine stapjes zetten op een gladde ondergrond
- Zich vasthouden bij verplaatsingen

6.1 Eerste hulp

- De persoon naar een **verwarmde ruimte** brengen en de hulpdiensten bellen op het nummer **112**
- Bij **onderkoeling**:
 - De natte kledij uittrekken en droge kledij of doeken op de persoon leggen
 - De persoon bedekken met een deken (bij een reddingsdeken, gouden kant langs buiten) en hem een warme drank geven
 - Als de persoon bewusteloos is, hem in stabiele zijligging leggen in afwachting van de hulpdiensten
- Bij **vrieswonden**:
 - De persoon naar een verwarmde plaats brengen
 - Nauw aansluitende kledij of schoenen, een horloge, enz. die de bloeddorstrooming belemmeren, zacht verwijderen
 - De bevroren zone progressief verwarmen met lichaamswarmte (de handen onder de oksels, de neus of oren met warme handen)
 - De persoon bedekken en een warme drank laten drinken
 - Geen wrijving uitoefenen op de bevroren delen of ze masseren
 - Niet opwarmen met droge warmte of stralingswarmte

Alarmsignalen voor onderkoeling

Koude, bleke huid
Rillingen, beven
Weinig energie, vermoeidheid, tekenen van zwakte
Concentratiestoornissen
Gebrekkige coördinatie van de bewegingen
Desoriëntatie, verwarring, stemmingswisselingen

Meer informatie

- [Navb dossier 131: Persoonlijke beschermingsmiddelen in de bouwsector](#)
- [Navb dossier 134: Werken bij koud of warm weer](#)
- [Preventiefiche Or003 - Organisatie van EHBO](#)

Constructiv streeft steeds naar betrouwbaarheid van de gepubliceerde informatie, rekening houdend met de huidige stand van de regelgeving en de techniek. De organisatie kan echter niet aansprakelijk worden gesteld voor de gepubliceerde informatie. De raadgevingen in deze infofiche ontslaan de lezer niet van de verplichting om de geldende regelgeving na te leven. De reproductie van teksten en illustraties is toegestaan mits de uitdrukkelijke toestemming van Constructiv en duidelijke bronvermelding.