

Oplossing status: Goedgekeurd door Inspectie SZW



Niet tillen of dragen is de beste manier om fysieke belasting te voorkomen. Gebruik zo veel mogelijk hulpmiddelen om glas en andere voorwerpen te verplaatsen. Indien tillen en/of dragen niet te vermijden is, dan gelden onderstaande richtlijnen:

Aanbevolen til- en draaggewichten

- Voor het tillen en het dragen van lasten is het aanbevolen gewicht niet meer dan 25 kg. per persoon.
- Lasten tussen de 25 kg. en de 50 kg. worden met minimaal 2 personen getild
- Bij lasten boven de 50 kg. worden altijd hulpmiddelen ingezet

Voorschriften organisatorisch / inrichting arbeidsplaatsen:

1. RICHT DE ARBEIDSPLAATS ZODANIG IN DAT VEELVULDIG EN ZWAAR TILLEN WORDT VOORKOMEN
2. STEL TILHULPMIDDELEN TER BESCHIKKING
3. STEL TRANSPORTMIDDELEN TER BESCHIKKING
4. GEEF VOORLICHTING, OPLEIDING EN INSTRUCTIE OP HET GEBIED VAN VEILIG TILLEN
5. GEEF DE BESCHIKKING OVER DE JUISTE PERSOONLIJKE BESCHERMINGSMIDDELEN EN HOUD TOEZICHT OP HET (JUISTE) GEBRUIK

Voorschriften individueel:

1. TILLEN DOE JE MET JE HOOFD
2. MAAK GEBRUIK VAN DE AANWEZIGE TILHULPMIDDELEN
3. VERMIJD LOPEN MET GLAS
4. HOUD HET GLAS DICHT TEGEN EN NAAST HET LICHAAM
5. TILTECHNIEK
6. HOUD DE RUG RECHT
7. BUIG DOOR DE BENEN
8. DRAAI MET DE VOETEN
9. DRAAG DE VOORGESCHREVEN PBM

Wet- en regelgeving:

Arbowet

Artikel 3: Arbobeleid

Artikel 5: Inventarisatie en evaluatie van risico's

Artikel 8: Voorlichting en onderricht

Artikel 11: Algemene verplichtingen van de werknemers

Arbobesluit

Hoofdstuk 3: Inrichting arbeidsplaatsen

Hoofdstuk 5: Fysieke belasting

Artikel 5.1. Definitie richtlijn

Artikel 5.2. Voorkomen gevaren

Artikel 5.3. Beperken gevaren en risico-inventarisatie en -evaluatie

Artikel 5.4. Ergonomische inrichting werkplekken

Artikel 5.5. Voorlichting

Artikel 5.6. Bijlagen richtlijn

Hoofdstuk 8: Persoonlijke beschermingsmiddelen en veiligheids- en gezondheidssignalering
