

WERKKAST KAART

Meldpunten

Centraal alarmnummer: 112
Nationaal Vergiftigingen Informatie Centrum: 030 274 88 88
Eerste hulp bij prikaccidenten: 088 002 55 77

Wat te doen bij

Brand:

Waarschuw bij een brand zo snel mogelijk de brandweer via het brandalarm, de receptie, portier of rechtstreeks via **alarmnummer 112**. Blijf in ieder geval kalm en geef duidelijk je naam en de locatie waar je je bevindt. Bestrijd een grote brand nooit zelf!
Gebruik tijdens een brand nooit de lift.

Ongeval:

Waarschuw bij ernstig letsel de eventueel aanwezige EHBO'er, bedrijfs-hulpverlener, of bel rechtstreeks **alarmnummer 112**. Gebruik voor eenvoudige wonden zoals een snee of schaafwond de verbanddoos. Zorg ervoor dat de verbanddoos na gebruik weer wordt aangevuld. Meld dit bij je leidinggevende. Vul na een ongeval altijd een ongevallen-registratieformulier in. Gebruik voor bijna-ongevallen een SOS-formulier.

Prikaccident:

Laat de wond goed doorbloeden, spoel goed schoon met water en ontsmet. Waarschuw je leidinggevende en bel de **Eerste Hulp Bij Prikaccidenten: 088 002 55 77**. Neem het voorwerp waar je je aan gesneden of geprikt hebt altijd mee.

Vluchtwegen

In veel gebouwen zijn op verschillende plaatsen nooddeuren. Neem eens de proef op de som en volg de aangebrachte richtingspijlen, zodat je weet waar je dan uitkomt.



Richting van de nooduitgang naar links



Richting van de nooduitgang recht door



Richting van de nooduitgang naar rechts



Nooduitgang



EHBO post



Brancard post



BHV post



Verzamelplaats



Brandblusser

Controleer regelmatig of de vluchtwegen niet versperd zijn. Geef eventuele obstakels en andere onveilige situaties altijd door aan je leidinggevende. Een vrije vluchtweg kan van levensbelang zijn!

Persoonlijke bescherming

Je bent verplicht gebruik te maken van werkkleding en de voorgeschreven (verplichte) persoonlijke beschermingsmiddelen.



Veiligheids-handschoenen



Werkschoenen



Stofmasker



Veiligheidsbril



Helm



Gehoor-bescherming

Gebruik - in ieder geval bij sanitairreiniging, handschoenen om excessief van infecties te voorkomen. In verband met latexallergie: gebruik nitril!



trek NITRIL handschoenen aan



was je handen altijd goed



gebruik de HC deurhanger



plaats waar-schuivingsborden

Plaats voldoende waarschuwingsborden voordat je begint met moppen en haal ze weg als de vloer droog is. Denk na waar je de borden plaatst.

Telefoonnummers

Alarmnummer hoofdkantoor _____
Alarmnummer locatie _____
Lokaal alarmnummer politie _____



Symbolen op etiketten

oud nieuw



Acute gezondheidseffecten:

Het gezondheidsgeval van deze producten is minder ernstig dan bij giftige en bijtende stoffen.



Ontvlambaar:

Product kan gemakkelijk vlam vatten als het in contact komt met een ontstekingsbron.



Giftig:

Product kan bij opname door mond, via huid of door inademing ernstig gevaar opleveren of dodelijk zijn.



Bijtend:

Product heeft een vernietigend effect op lichaamsweefsels als huid, ogen en slokdarm.



Milieugevaarlijk:

Producten die als ze in het milieu terecht komen, schadelijk zijn voor de organismen.

Chemicaliën

Wees voorzichtig met reinigingsmiddelen. Deze middelen kun je herkennen aan de bovenstaande symbolen op het etiket. Laat ze niet in contact komen met je huid, ogen of mond. Adem de dampen niet in en was je handen voordat je gaat eten, drinken of roken. Werken met producten voorzien van deze symbolen is alleen toegestaan voor medewerkers die hiervoor speciale instructie hebben gehad.

- Alle verpakkingen moeten zijn voorzien van een duidelijke inhoudsaanduiding en altijd worden afgesloten
- Ontbreekt het etiket, dan het product niet gebruiken en de leidinggevende waarschuwen
- Doseer volgens voorschrift
- In geval van veel gemorste schoonmaakmiddelen: neem maatregelen om verspreiding in het milieu te voorkomen.

- Meng nooit producten met elkaar!



Werkhouding

Een verkeerde werkhouding kan leiden tot lichamelijke klachten. Houd daarom rekening met je houding bij het uitvoeren van je werkzaamheden. Zorg ervoor dat je je rug altijd recht houdt. Leer jezelf een houding aan die prettig voelt en die je lichaam gezond houdt.



Voorkom klachten aan de rug, nek, polsen en ellebogen door een goede houding:

- doe stand werk in spreidstand (voeten uit elkaar, knieën licht gebogen)
- stel je steel in tot schouderhoogte
- zoek steun met je vrije hand, je staat steviger en kunt meer kracht zetten
- gebruik een telescoopsteel of trapje als je boven je hoofd werkt
- til vanuit je benen en niet vanuit je rug
- wissel je activiteiten af
- houd je rug zoveel mogelijk recht
- gebruik de microvezeldoeken klamvochtig, werk niet met sopjes en wring de doeken niet uit (de doek is dan te nat)
- ga bij lage werkzaamheden op één knie zitten

Ga nooit op tafels en stoelen staan, maar gebruik een telescoopsteel!
Lees voor gebruik van nieuwe materialen eerst de instructie door.