



INSTRUCTIE

Schoffelen

Instructie (volgende blz.) gegeven op: - -

Te:

Door:

Aanwezig:

| Naam | Paraaf |
|------|--------|
| | |
| | |
| | |
| | |
| | |
| | |
| | |
| | |
| | |
| | |

Besproken onderwerpen: (vink aan wat is besproken)

Voor aanvang van het werk:

- Zorg voor een scherpe schoffel.
- Gebruik een schoffel die past bij het werk. [Meer info](#).
- Een gebogen schoffelsteel vermindert de schokbelasting.



- Voorkom een verkeerde [werkhouding](#). Een goede werkhouding is rechtop en de onderarm en schoffelsteel in één lijn. Kies, om deze houding te bereiken, een steel met hilt, de juiste steellengte en de juiste (blad)hoek om te werken. Pas de (blad)hoek eventueel aan.
- Draag kleding die er voor zorgt dat het lichaam (bijvoorbeeld de rug, de schouders en de armen) niet te snel afkoelt.
- Maak afspraken over wat te doen met [zwerfvuil](#).
- Bespreek waar je grondnesten van o.a. wespen en eikenprocessierups kan verwachten en wat je moet doen.
- Maak afspraken over de persoonlijke beschermingsmiddelen:
 - veiligheidsschoeisel
 - soepel zittende werkhandschoenen, bij voorkeur van leer
 - schone, niet vale signaalkleding bij werken in de openbare ruimte.

Tijdens het werk:

- Houd de schoudergordel ontspannen en beweeg de schoffel met name door het lichaamsgewicht te verplaatsen.
- Zorg voor een rechte of neutrale stand van de pols tijdens het werken.
- Wissel de verschillende werkzaamheden zoveel mogelijk af met collega's of met andere werkzaamheden wanneer er alleen gewerkt wordt.
- Neem je rustpauze om vermoeidheid en uitputting te voorkomen.
- Schoffel voorzichtig bij een vermoeden van grondnesten van wespen, [eikenprocessierups](#), enz.
- Meld gevaarlijke situaties bij je leidinggevende.

Wat verder besproken is:

-
-
-