



# Bosmaaier (Lichamelijke belasting)

## Inhoudsopgave

- Wat is de gewenste situatie?
- Maatregelen
- Checklist
- Goed en fout
- Toelichting op de maatregelen
- Meer informatie



Goedgekeurd door Sociale Partners

De bosmaaier wordt vooral gebruikt om te maaien op plaatsen die voor grote machines niet of moeilijk bereikbaar zijn. De maaier kan worden voorzien van diverse uitrustingsstukken. Langdurig werken met deze machine is lichamelijk zwaar belastend. Voor veiligheid en de bosmaaier, ga naar [Bosmaaier \(veiligheid\)](#).



## Wat is de gewenste situatie?

- ✓ Werken met de bosmaaier leidt niet tot gezondheidsklachten.

## Maatregelen

- ➔ Voorkom of beperk het maaien met de bosmaaier door een andere maaitechniek te kiezen.
- ➔ Werk niet meer dan vier uur per dag of drie dagen per week met de bosmaaier. (Voor sommige machines kunnen andere maxima gelden, zie toelichting). Zorg voor taakrotatie.
- ➔ Werk met een veilige en goed onderhouden bosmaaier.
- ➔ Stem de bosmaaier af op het werk: zorg dat het vermogen en gewicht niet te zwaar zijn.
- ➔ Voorzie de bosmaaier van een maaigarnituur dat licht maait.
- ➔ Voorzie bosmaaiers van een comfortabel en goed af te stellen draagstel.
- ➔ Zorg voor passende persoonlijke beschermingsmiddelen.



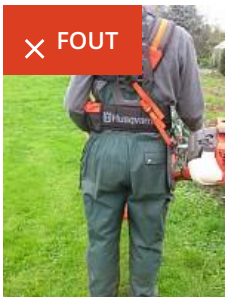
## Checklist

- Heb ik een werkinstructie gehad?
- Weet ik hoe ik mijn draagstel moet afstellen?
- Is de druk over beide schouders goed verdeeld?
- Is de bosmaaier in balans?
- Heb ik stevige schoenen met stroeve zool en eventueel regenkleding, die soepel zit?
- Heb ik handschoenen, bij voorkeur van leer?
- Eén keer nee? Bel je leidinggevende! (als je het zelf niet kunt oplossen)

### Goed en fout



Draagstel afgestemd op ruglengte.



Draagstel niet afgesteld op ruglengte.

### Toelichting op de maatregelen

#### Organisatie en voorbereiding



- Overweeg een alternatief voor de inzet van handgereedschap, bijvoorbeeld: een bermpalenmaaier, een radiografisch bestuurbare taludmaaier of een obstakelmaaier.



- Stel bij de aanschaf van een nieuwe bosmaaier hoge eisen aan:
  - ergonomie van het draagstel
  - gewicht van de bosmaaier
  - trillingsdemping. Kies voor een accu aangedreven model. Deze zijn trillingsarmer.
- Check vooraf het te maaien terrein veilig gemaaid kan worden.
- Zorg voor taakrotatie (neem na 1 uur een korte pauze).
- Beoordeel de trillingsbelasting van de machines en stel vast hoe lang er maximaal per dag mee gewerkt mag worden. (Voor berekening trillingsbelasting, kijk onder Meer informatie.) De aangegeven trillingsbelasting geldt voor normaal gebruik met scherpe messen.
- De norm van maximaal 4 uur per dag of maximaal 3 dagen per week (zoals genoemd in de maatregelen) geldt voor veel gebruikelijke machines. Met sommige nieuwe, trillingsarme machines, zoals accu aangedreven machines, kan langer gewerkt worden. Houd bij het vaststellen van maxima ook rekening met werkzaamheden met andere machines, die trillingen veroorzaken.
- Raadpleeg [Veilig werken langs de weg](#) bij werkzaamheden langs de openbare weg.

## Gereedschap, machines en apparaten

- Zorg voor goed onderhouden maaigarnituur en vervang deze tijdig.
- Controleer regelmatig de antivibratie-elementen en vervang deze tijdig.
- Gebruik maaigarnituur dat geschikt is voor het te maaien terrein: een draadmaaier, kunststof messen, een grassnijblad, slagmessen of een zaagblad.
- Zorg dat het garnituur uitgebalanceerd en trillingsarm is. Onbalans is slecht voor mens en machine!
- Laat de motor niet onnodig stationair draaien. Dit veroorzaakt veel trillingen.
- Stel de stuurboom of handgrepen in op de lichaamslengte van de persoon. Beide handen moeten zich even ver naast het



lichaam bevinden en de armen moeten een hoek van circa 130 graden maken.

- Breng de positie van de aanpikhaak op de heup op de juiste hoogte aan. Dit is afhankelijk van de gewenste maaihoogte. De horizontale afstelling is afhankelijk van het gebruikte maai- of zaaggarnituur. Bij het maaien met een draadmaaier kan de draadkop beter iets voorover staan.

## Opleiding en instructie

- Zorg voor medewerkers die opgeleid zijn en kennis hebben over het uit te voeren werk.
- Instrueer de medewerkers in begrijpelijke taal en aantoonbaar over de gevaren van het werk en de te nemen maatregelen.
- In de instructie aan de medewerkers moet minimaal het volgende (staat ook in de [bijlage die je kan printen](#)) aan de orde komen:
  - **Over lichamelijke belasting van het werk met een bosmaaier:**
    - Het afstellen van het draagstel. Gebruik een draagstel dat comfortabel zit en goed is ingesteld. De druk moet over beide schouders verdeeld zijn.
    - De balans van de bosmaaier.
    - Het niet te krampachtig vasthouden van de handvatten. Anders worden er te veel trillingen aan het lichaam doorgegeven en dat stagneert de doorbloeding (witte vingers).
    - De handen warm houden; draag handschoenen, bij voorkeur van leer.
    - Het voorkomen van te ver vanuit de rug te draaien, de maaibeweging mag niet groter zijn dan 1½ meter.
    - Afspraken over werk- en rusttijden.
    - Op tijd rustpauzes nemen is nodig om vermoeidheid en uitputting te voorkomen.
    - Wat te doen bij gladheid door regen, begroeiing en hellingen.
    - Mogelijke obstakels in het terrein, zoals boomstronken, boomwortels, kuilen en greppels.
    - Wat te doen bij aanwezigheid van (grond)nesten van wespen, eikenprocessierups, enz. en de daarbij behorende persoonlijke beschermingsmiddelen.
    - Het melden van gevaarlijke situaties bij de leidinggevende is verplicht.
    - Checklist voor de dagelijkse praktijk, zoals in de arbocatalogus (zie hiervoor) is omschreven.
  - **Over de veiligheid van het werk met een bosmaaier:**
    - De gevaren van het werken met een bosmaaier.
    - Hoe die gevaren beheerst worden.
    - Wat te doen als gevaren afwijken van normaal of afgesproken is.
    - De werkwijze bij het optreden van storingen.
    - CE gemarkeerde bosmaaier en met CE gemarkeerde uitrustingsstukken (maaikop, slagmes of zaagblad).
    - Gebruikshandleiding van de bosmaaier.
    - Wijze van controle van het apparaat
    - Wijze van onderhoud van de apparaat
    - Het houden van afstand tot collega's, omstanders, verkeer, objecten en bebouwing. Binnen een straal van 15 meter mogen zich geen andere personen bevinden
    - Als er zich personen binnen een straal van 15 meter bevinden, zijn aanvullende maatregelen nodig, zoals afscherming.
    - Loop bij het maaien van de randen van een grasveld altijd tegen de klok in. Dan komt het materiaal op het grasveld terecht en niet bij de weggebruiker. Dit zorgt ook voor kwalitatief beter maaiwerk.
    - Laat de bosmaaier niet onnodig stationair draaien, stop de machine.
    - Trilt de bosmaaier meer dan normaal: controleer het maaigarnituur.  
Storingen pas opheffen als de machine is uitgeschakeld, volledig stilstaat en is uitgedraaid.
    - Gebruik een gevaarlijke machine niet meer. Meld het aan de leidinggevende.
    - Bereikbaarheid bij storingen of calamiteiten en bij wie je die moet melden.
    - Wanneer persoonlijke beschermingsmiddelen gebruikt moeten worden.
    - Welke persoonlijke beschermingsmiddelen gebruikt moeten worden:
      - veiligheidsschoenen met goede grip op de ondergrond



- soepel zittende werkhandschoenen, bij voorkeur van leer
- een veiligheidsbril eventueel in combinatie met een gelaatscherm
- gehoorbescherming bij lawaaiige apparatuur (vanaf 80 dB(A) aanbevolen en vanaf 85 dB(A) verplicht) bij voorkeur otoplastieken (zie ook bijlage 1 van Geluid)
- schone signaalkleding bij werken in de openbare ruimte
- beenbescherming d.m.v. stevige werkkleding, een veiligheidsbroek of een bosmaaierbroek.
- Verder, indien van toepassing:
  - regenkleding, die soepel zit
  - stofmasker
  - of andere specifieke middelen in bijzondere situaties
- Wat te doen na afloop van het werk:
  - Maak de machine schoon en smeer door zoals afgesproken.
  - Controleer op schade, slijtage, scheuren in lassen of ontbrekende of loszittende onderdelen.
  - Informeer jouw leidinggevende over de defecten.
- Geef aanvullende instructies als het werk afwijkt van de standaardwerkzaamheden met de bosmaaier.
- Check of men de instructie begrepen heeft.

## Persoonlijke beschermingsmiddelen

- Zorg voor beschermingsmiddelen waar goed mee gewerkt kan worden en maak afspraken over verplicht gebruik van:
  - veiligheidsschoenen met goede grip op de ondergrond.
  - soepel zittende werkhandschoenen, bij voorkeur van leer.
  - veiligheidsbril eventueel in combinatie met gelaatsbescherming.
  - gehoorbescherming bij voorkeur otoplastieken.
  - signaalkleding als je gezien moet worden.
  - Beenbescherming door middel van stevige werkkleding, veiligheidsbroek of bosmaaierbroek.
- Zorg indien van toepassing voor:
  - extra beschermende middelen bij blootstelling aan biologische stoffen
  - regenkleding, die soepel zit
  - stofmasker
- Zitten persoonlijke beschermingsmiddelen niet comfortabel, zijn ze verouderd of defect: bespreek het met de leidinggevende.

## Meer informatie

- Stigas | Infokaart (pictogrammen én in meerdere talen) [Veilig en gezond werken met de bosmaaier](#)
- Bijlage: [Instructie en presentielijst – Werken met een bosmaaier](#)
- [Afstellen draagstel bosmaaier](#)
- [Afstellen draagstel filmpje](#)
- [Geluid in de groene sector](#)
- [Trillingen in de groene sector](#)
- Bereken je [trillingsbelasting](#)