



A101

Alleen werken

Dit arboblade is onderdeel van de arbocatalogus Tuinzaadbedrijven.

Dit arboblade is bedoeld voor werkgevers en ingehuurde derden om te voldoen aan de verplichtingen uit de arbowet. Medewerkers dienen het te gebruiken als checklist.

Het beschrijft de maatregelen die genomen moeten worden om werkzaamheden veilig uit te kunnen voeren.

Het is belangrijk om deze voorschriften op te volgen of maatregelen te nemen met een gelijk beschermingsniveau. De genoemde maatregelen zijn afgestemd op de wettelijke eisen. Ook komen de genoemde maatregelen overeen met de huidige stand van de techniek en sluiten ze aan bij de verplichtingen van werkgevers en werknemers om op een gezonde en veilige manier het werk te doen.

In dit arboblade is het minimumniveau voor de persoonlijke beschermingsmiddelen beschreven. Organisaties kunnen ervoor kiezen hier in positieve zin van af te wijken.

In dit blad wordt beschreven hoe zoveel mogelijk ongevallen en gezondheidsrisico's e.d. kunnen worden voorkomen.

Gezondheidsrisico's kunnen ontstaan door dat een werknemer in een hulpbehoevende situatie kan komen en zelf niet meer in staat is om hulp van anderen in te roepen of hulpverlening later instart.

Ongevallen kunnen optreden o.a. door dat werksituaties minder overzichtelijk zijn (bv. 's nachts).

Om het risico te verkleinen kunnen verschillende maatregelen worden getroffen o.a.: RI&E alleen werken uitvoeren en maatregelen nemen specifiek gericht op alleen werk, procedures voor registratie/melding opzetten, manbeveiligers aanschaffen, aansluiten bij alarmcentrale en/of minicollectief, voorlichting en instructie geven.

Definities

Alleen werkende:

Onder een alleen werkende wordt verstaan: een werknemer die alleen, en dus geïsoleerd, zijn werkzaamheden verricht.

Alleen werken:

Onder alleen werken wordt verstaan: het geïsoleerd verrichten van werkzaamheden (dus buiten de directe gehoorsafstand en/of het gezichtsveld van andere collega's of leidinggevenden).

Algemeen

✓ Maatregelen worden uitgevoerd volgens de arbeidshygiënische strategie: Hierin staat beschreven dat de volgende typen maatregelen moeten worden overwogen in deze volgorde:

- Aan de bron;
- In de overdrachtsweg tussen bron en ontvanger;
- Organisatorische maatregelen;
- Persoonlijke beschermingsmiddelen.

Pas wanneer het redelijkerwijs niet mogelijk is om maatregelen van niveau 1 te nemen mag niveau 2 worden overwogen, enzovoorts.

Het is dus duidelijk dat persoonlijke beschermingsmiddelen pas als laatste overwogen mogen worden.

Voorbeeld van alleen werk.



Het extra risico van alleen werken

- ✓ Iemand die alleen werkt, loopt over het algemeen dezelfde risico's als een werknemer die dezelfde werkzaamheden in het bijzijn van meerdere personen uitvoert.
- ✓ Voor de persoon die alleen werkt is er echter een extra risico. Dit ligt aan het feit dat de werknemer, bijvoorbeeld ten gevolge van een ongeval, in een hulpbehoevende situatie kan komen en zelf niet meer in staat is om hulp van anderen in te roepen.
- ✓ Daarbij kan een installatie/het arbeidsmiddel/machine e.d. in veel gevallen ongecontroleerd in bedrijf blijven.
- ✓ Het extra risico voor iemand die alleen werkt, is vaak niet afhankelijk van de oorzaken, maar van de mogelijke gevolgen van een ongeval. Als de medewerker onwel is geworden als gevolg van blootstelling aan gevaarlijke stoffen zijn de gevolgen van de blootstelling aanzienlijk groter dan noodzakelijk, omdat de hulpverlening te laat wordt begonnen.



Medewerkers-checklist

- ✓ Heeft u overleg gevoerd met uw leidinggevende over de alleen werkzaamheden en de gevaren en maatregelen?
- ✓ Weet u waar de vluchtwegen zijn, brandblusvoorzieningen, EHBO-middelen op de betreffende alleen werkplekken?
- ✓ Heeft u een instructie gekregen over de communicatievoorzieningen?
- ✓ Weet u hoe zich moet registreren en melden voor aanvang van de alleen werkzaamheden?
- ✓ Weet u hoe de manbeveiliging werkt?

Als u op één of meer van de bovenstaande vragen met "nee" hebt geantwoord, kijk dan in het overzicht met mogelijke maatregelen zodatu de eigen werksituatie kunt verbeteren.



Richtlijnen

- ✓ De Arbeidsomstandighedenwet en -regelgeving is volledig van toepassing op alleen werkende werknemers.
- ✓ In de Arbeidsomstandighedenwet zijn slechts voor een beperkt aantal situaties expliciete regels voor het alleen werken opgenomen, zoals:
 - Bij het werken in besloten ruimtes (waar onder andere gevaar bestaat voor verstikking, bedwelming, vergiftiging, brand of explosie);
 - Of voor het verrichten van duikwerkzaamheden;
 - Ook voor een bijzondere categorie van alleen werkenden, de 'thuiswerkers', zijn in de wet- en regelgeving nadere voorschriften opgenomen.

Wanneer doen zich vooral gevaren bij alleen werken

- ✓ Gevaren bij het alleen werken doen zich vooral voor bij het werken:
 - Op hoogte;
 - Aan of op de openbare weg, waarbij een adequate bescherming niet is gegarandeerd;
 - In besloten ruimtes;
 - Met elektriciteit (onder spanning);
 - In een onoverzichtelijke werksituatie;
 - Met gevaarlijke stoffen en materialen;
 - Met gevaarlijke arbeidsmiddelen;
 - Met materiaal onder grote druk.

Wanneer mag er niet alleen gewerkt worden

- ✗ *Alleen werken is niet toegestaan voor:*
 - Jongeren onder de achttien jaar geldt dat zij helemaal niet zonder toezicht mogen werken;
 - Personen met gezondheidsrisico's, zoals personen met epilepsie of personen die medicijnen gebruiken die het reactievermogen beïnvloeden (in geval van twijfel voorleggen aan de bedrijfsarts);
 - Onvoldoende opgeleide medewerkers/of medewerkers die pas in dienst zijn.
- ✗ *Alleen werken is niet toegestaan in de volgende gevallen:*
Zonder...:
 - Toestemming of medeweten van je leidinggevende;
 - En dat anderen weten waar je bent;
 - En dat je alle mogelijke gevaren van je werksituatie kent;
 - En regelmatige melding, eventueel telefonisch. Bijvoorbeeld elke 2 uur, volgens een vaste aanmeldprocedure;
 - En een goede ontsnappingsroute (beoordeel de route vóór dat de werkzaamheden worden uitgevoerd).
- ✗ *De volgende werkzaamheden mogen nooit alleen worden uitgevoerd:*
 - Werkzaamheden met grote hoeveelheden zeer reactieve, bijtende, zeer ontvlambare, explosieve of acuut toxische stoffen, sterke zuren en basen;
 - Werkzaamheden met open vuur in combinatie met gevaarlijke stoffen;
 - Werkzaamheden met risicovolle laboratoriumopstellingen (zoals destillatieopstellingen);
 - Werkplaatswerkzaamheden (lassen, snijden, zagen e.d.);
 - Werkzaamheden met lasers (klasse 3);
 - Werkzaamheden met verstikkende gassen (CO₂, N₂) in een slecht geventileerde ruimte;
 - Werkzaamheden met electriciteit (onder spanning);
 - Werkzaamheden in besloten ruimtes;
 - Werkzaamheden in vriesruimtes.

Stap 1: een RI&E alleen werken is de eerste stap in het beoordelen van de werkzaamheden en het gericht plannen en nemen van maatregelen.



Medewerkers-checklist

- ✓ Heeft u overleg gevoerd met uw leidinggevende over de alleen werkzaamheden en de gevaren en maatregelen?
- ✓ Weet u waar de vluchtwegen zijn, brandblusvoorzieningen, EHBO-middelen op de betreffende alleen werkplekken?
- ✓ Heeft u een instructie gekregen over de communicatievoorzieningen?
- ✓ Weet u hoe zich moet registreren en melden voor aanvang van de alleen werkzaamheden?
- ✓ Weet u hoe de manbeveiliging werkt?

Als u op één of meer van de bovenstaande vragen met "nee" hebt geantwoord, kijk dan in het overzicht met mogelijke maatregelen zodat u de eigen werksituatie kunt verbeteren.

RI&E

- ✓ Bij de wettelijk verplichte Risico-Inventarisatie & Evaluatie (RI&E) moet specifiek aandacht worden geschonken aan de risico's die alleen werkenden lopen bij het uitoefenen van hun beroep.
- ✓ Situaties waarin door werknemers alleen wordt gewerkt, moeten benoemd worden in een (RI&E).
- ✓ De werkgever moet in kaart brengen wie alleen werken, waar en wanneer.
- ✓ Maak indien nodig een gedetailleerde taakrisicoanalyse van specifieke werkzaamheden.
- ✓ Vaststellen wat er nodig is aan maatregelen en voorzieningen om de risico's van alleen werken te beperken.
- ✓ Het is van belang niet alleen naar voor de hand liggende functies te kijken, maar ook naar werknemers die in besloten ruimten werken. Of naar situaties waarin wordt gewerkt met gevaarlijke stoffen of perslucht.
- ✓ Er moeten doeltreffende maatregelen worden getroffen om deze risico's te elimineren, of maatregelen die de risico's in ieder geval zo veel mogelijk te beperken. De maatregelen dienen in beginsel aan de bron (= ontwerp en uitvoering/inrichting van de werksituatie) te worden getroffen. De voorzieningen dienen er op te zijn ingericht dat alle ongewilde gebeurtenissen, waarbij de veiligheid en de gezondheid van de werknemers in gevaar komt, zoveel mogelijk worden vermeden of de gevolgen daarvan zoveel mogelijk worden beperkt.

Maatregelen

Stap 2: deel de alleen werkzaamheden op basis van de RI&E in risiconiveaus in en neem de bijhorende maatregelen.

Niveau	Gevaarniveau	Maatregelen
1	Ongevaarlijk/kans op ongeval nihil. B.v.: <ul style="list-style-type: none"> • Administratief werk • Visuele controle/microscoop werk • Handmatig werk (zonder apparatuur/hulpmiddelen) 	Extra maatregelen zijn niet nodig
2	Beperkt gevaar aanwezig. B.v.: <ul style="list-style-type: none"> • Gebruik elektrische apparatuur • Onderhoudswerk 	Mogelijkheden zijn: <ul style="list-style-type: none"> • Het personeel moet zich (regelmatig) telefonisch melden bij een alarmcentrale; • Afspraken maken met het thuisfront/collega's wanneer ze in actie moeten komen met een instructie wat te doen; • Gebruikmaken van mobiele telefoon met kennis van het alarmnummer.
3	Direct gevaar aanwezig. B.v.: <ul style="list-style-type: none"> • Spuitwerkzaamheden voor/of na werktijd; • Gevaarlijke werktuigen; • Handeling met gevaarlijke stoffen. 	Het dragen van een persoonsbewakingssysteem (manbeveiliging) dat reageert als persoon in een horizontale stand belandt
4	Acuut bedreigend. B.v.: <ul style="list-style-type: none"> • Gebruik gevaarlijke apparatuur; • Gebruik extreem toxische stoffen, acuut bedwelmende stoffen, verstikkende gassen; • Werken in besloten ruimtes; • Werken in vriesruimtes. 	Alleen werken niet toegestaan



Bronaanpak

- ✓ Natuurlijk is het belangrijkst om gevaren bij de bron op te lossen:
 - Werkzaamheden zodanig organiseren dat alleen werken voorkomen wordt;
 - Overwogen kan worden om de werkzaamheden op afstand uit te voeren.

Organisatorische maatregelen

- ✓ *Toestemming leidinggevende*
Werken in risicosituaties mag uitsluitend plaatsvinden in opdracht van of met medeweten van de leidinggevende en in samenhang met preventieve maatregelen.
- ✓ *Registratie*
 - Binnen de organisatie behoort bekend te zijn waar, wanneer (bijvoorbeeld tijdens avond- en nachturen) en wie alleen werken. Het is nuttig om binnen een bedrijf een actuele aanwezigheidsregistratie bij te houden;
 - Dit kan zowel schriftelijk als automatisch (met een elektronische pas), of mondeling bij een nachtportier of beveiligingsmedewerker. De alleen werker meldt zich aan en af bij een contactpersoon.
- ✓ *Bedrijfs hulpverlening*
 - De alleen werkende behoort op de hoogte te zijn van de bedrijfs hulpverleningsprocedures en andere toepasselijke instructies en in staat zijn om bij een calamiteit snel adequate hulp in te kunnen roepen;
 - Er zijn voorzieningen getroffen zodat er direct en adequaat hulpverlenend door bijvoorbeeld de leidinggevende of een bedrijfs hulpverlener kan worden ingegrepen;
 - Er is voor directe toegang gezorgd, zowel voor externe als interne hulpverleners.
- ✓ *Melding incidenten*
 - De alleen werkende meldt alle gevaarlijke situaties en (bijna) incidenten die zich voordoen altijd aan zijn of haar leidinggevende.

Technische maatregelen

- ✓ Apparatuur moet zo veilig als mogelijk zijn.
- ✓ *Vluchtwegen*
 - De alleen werkende behoort onder alle omstandigheden via een zo kort mogelijke en afdoend verlichte en bewegwijzerde vluchtweg van de werkplek te kunnen vluchten, zonder dat hij/zij obstakels op zijn/haar weg vindt en zonder gebruikmaking van bijzondere hulpmiddelen;
 - Alle noodzakelijke sleutels en/of andere instrumenten bevinden zich onder direct (zichtbaar) handbereik van de alleen werkende;
 - De in- en uitgangen van de bedrijfsruimte kunnen zodanig worden afgesloten dat dit binnen het door de organisatie gehanteerde protocol valt en gemakkelijk van binnenuit kunnen worden geopend.
- ✓ *Alarm slaan*
 - De alleen werkende dient de mogelijkheid te hebben om duidelijk hoor- of zichtbaar alarm te slaan;
 - Het is van groot belang dat hij/zij, waar dat nodig is, de beschikking heeft over goed werkende communicatieapparatuur (een vaste en/of mobiele telefoon, een portofoon, etc.);
 - Ook zijn er technische maatregelen, zoals telefoons of apparaten met een man-down systeem. Dat soort apparatuur meldt zich bij een meldkamer wanneer de drager op de grond valt of een tijdje zich niet beweegt;
 - Bij sommige manbeveiligers is exact te achterhalen voor de alarmcentrale op welke verdieping, in welke ruimte op welke plaats een medewerker zich bevindt. Zowel binnen als buiten;
 - Alle middelen voor alarmering moeten uitgebreid getest worden in alle alleen werksituaties (voordat de apparatuur in gebruik wordt genomen).
- ✓ *Alarmcentrale: spin in het web*
 - Een belangrijke rol is weggelegd voor een goed werkende alarmcentrale. Zij zijn de spin in het web die er voor zorgen dat de hulpvraag, met alle belangrijke informatie, op de juiste manier bij de hulpverleners komt;
 - Melden aan het beveiligingsbedrijf wanneer een alleen werker naar een bedrijf gaat.





✓ **Minicollectief**

- Ook kunnen er gezamenlijke afspraken worden gemaakt met een beveiligingsbedrijf, bv. met naburige bedrijven (minicollectief).



✓ **Niet alleen voor alarm**

- Het is voor sommige medewerkers prettig om 's nachts een mobiele surveillance te bellen en deze te laten begeleiden. B.v. in geval van bijvoorbeeld: angst, niet alleen een trap of terrein durven op te gaan etc.;
- Hierover kunnen afspraken met de mobiele surveillance gemaakt worden. Voor contact kan de meldkamer van bv. de mobiele surveillance gebeld worden.

Periodiek medisch onderzoek

- ✓ Laat een PMO (1 maal per 4 jaren) op betrouwbare wijze uitvoeren onder verantwoordelijkheid van een bedrijfsarts.
- ✓ Tijdens de PMO kunnen specifieke aspecten m.b.t. alleen werk worden meegenomen. Bv. aanwezigheid van bepaalde ziektes die extra risico's met zich mee kunnen brengen bij alleen werken, zoals bv. epilepsie. Of gebruik van medicijnen die het reactievermogen beïnvloeden (in geval van twijfel voorleggen aan de bedrijfsarts).

Voorlichting

- ✓ Zorg ervoor dat medewerkers met alleen werk voorlichting en instructie krijgen over:
 - De gevaren en hoe daar mee om te gaan, zoals de procedures voor bedrijfshulpverlening;
 - De manbeveiliging.

Meer info/gebruikte basis documenten

- ✓ Arbeidsinspectie. Brochure 2006 *"Alleen werken in geïsoleerde omstandigheden. Extra bescherming is noodzaak"*.