



3

Arbo goed voor
vrijwilligersprijs



5

Veilig werken op molens



6

Rekening houden met
arbeidstijden

Ontruimingsplan met een kroontje 2

Arbeidsomstandigheden voor vrijwilligers 4

“De laatste boom moet je niet zagen” 7

Nuttige organisaties & links 8

In de bijlage

Arbochecklist voor organisaties

Voorkomen is beter dan genezen

Iedere werknemer heeft recht op zorg voor veiligheid, gezondheid en welzijn op het gebied van arbeid. Daar staat de Arboret garant voor. Wat lang niet bij iedereen bekend is, is het feit dat vrijwilligerswerk ook onder de Arboret valt. Formeel, omdat er sprake is van werken in een gezagsverhouding. Maar eigenlijk is het niet meer dan logisch. Waarom zouden vrijwilligers op dit gebied niet dezelfde bescherming genieten als iedere andere werknemer?

«Al onze vrijwilligers én de organisatie zijn al WA-verzekerd, en die gevaarlijke trap is al vervangen. Wij doen dus al genoeg aan arbo!» Dat had u gedacht. Een WA-verzekering ontslaat vrijwilligersorganisaties niet van de plicht om een goed arbobeleid te voeren, en een goed arbobeleid houdt niet op bij het repareren van een gammele trap. Wat te denken van werken met gevaarlijke stoffen zoals bij het uitvoeren van klusjes? Of het verrichten van zwaar tilwerk, zoals bij vrijwillige inzet bij het vervoer van lichamelijke gehandicapten?

De zorg voor goede arbeidsomstandigheden is een algemene verplichting. Ook voor vrijwilligers. Dat roept soms weerstanden op. «Ik wil mijn vrije tijd niet besteden aan al die regeltjes» of «we doen het al jaren op onze manier, en het is altijd goed gegaan», zijn bekende argu-



Foto: Bert Splenitz

menten. Wie dat zegt, zou het ook eens van een andere kant moeten bekijken. Een goed arbobeleid is niet alleen noodzakelijk, het verbetert ook enorm het imago van een vrijwilligersorganisatie. Vrijwilligers voelen zich serieus genomen als er goed op hun arbeidsomstandigheden gelet wordt. Dat werkt wél zo prettig. Toch weten nog te weinig organisaties hoe een goed arbobeleid eruit ziet. Sterker: een aantal heeft in het geheel nog geen aandacht hiervoor. Deze themakrant wil hun een handreiking bieden. Belangrijke aspecten van de Arboret, zoals de risico-inventarisatie en -evaluatie (RI&E) of de regels omtrent werktijden, worden uitgebreid

toegelicht. Ook worden er voorbeelden uit de praktijk gegeven. Om verder wegwijs te worden in deze thematiek, is een lijst met nuttige tips en verwijzingen naar relevante adressen en websites opgenomen.

RI&E centraal

Het belangrijkste instrument om te komen tot een goed arbobeleid is de RI&E. Het gaat hierbij om een onderzoek, ook wel arbocheck genoemd, dat de gevaren op het gebied van veiligheid, gezondheid en welzijn binnen de organisatie in kaart brengt. Het kan niet genoeg herhaald wor-

vervolg op pag. 2

Vrijstellingsregeling tot eind 2004

Grote bedrijven zijn verplicht tot toetsing van de RI&E door een arbodienst. De meeste vrijwilligersorganisaties vallen onder een vrijstellingsregeling.

Vrijwilligersorganisaties vallen, net als reguliere werkgevers, onder de werkingssfeer van de Arbeidsomstandighedenwet. Dus ook zij moeten een RI&E uitvoeren. Maar hoe weet je of de RI&E aan alle wettelijke eisen voldoet? Normaal moet hier een arbodienst voor ingeschakeld worden, die de RI&E toetst. Aan deze toetsing zijn kosten verbonden. Deze worden echter voor vrijwilligersorganisaties in veel gevallen een onevenredig hoge uitgave geacht.

Voor kleinere vrijwilligersorganisaties zouden de bedragen die bij inschakeling van een arbodienst gemoeid zijn, niet op kunnen brengen. Daarom heeft de overheid in 1998 toegezegd om organisaties die (vrijwel) uitsluitend met vrijwilligers werken vrij te stellen van de RI&E-toets door de arbodienst.

De vrijstelling, die in eerste instantie tot 1 januari 2002 liep, is verlengd tot 1 januari 2005.

Wat houdt de vrijstellingsregeling precies in? Organisaties die uitsluitend met vrijwilligers werken, hoeven geen arbodienst in te schakelen voor de toetsing van hun RI&E. Ook vrijwilligersorganisaties die betaalde krachten in dienst hebben, kunnen in aanmerking komen voor de vrijstelling, mits er niet meer dan 40 uur betaalde arbeid per week verricht wordt. Let op! Dit is geen gemiddelde: ook al wordt er binnen de organisatie gedurende slechts één week meer dan 40 uur betaalde arbeid verricht, dan vervalt de vrijstelling.

Er is een goede reden voor verlenging van de vrijstellingsregeling. Uit eerder onderzoek is gebleken dat veel vrijwilligersorganisaties, sinds 1999, aantoonbaar inspanning hebben geleverd om arbeidsomstandigheden meer aandacht te geven. Toch beschikken nog te weinig vrijwilligersorganisaties over een RI&E. Daarvoor is inspanning van organisaties nodig. De vrijstellingsregeling is bedoeld als een stimulans.

U kunt niet zonder RI&E

Vrijwilligerswerk maakt de samenleving een stuk leefbaarder. Dat is mijn stellige overtuiging als staatssecretaris van het ministerie van Sociale Zaken en Werkgelegenheid. Vrijwilligerswerk bevordert de maatschappelijke betrokkenheid en actief burgerschap; bovendien zorgt het voor sociale samenhang. Vrijwillige inzet loont. Met mij vinden ongeveer vier miljoen vrijwilligers in Nederland dat kennelijk ook.

Vrijwilligerswerk, net als iedere andere vorm van werk, vindt plaats onder bepaalde arbeidsomstandigheden (afgekort arbo). U als vrijwilliger staat dus ook bloot aan risico's van veiligheid en gezondheid als gevolg van uw activiteiten. Daarom zijn de Arboret en de Arbeidstijdenwet in principe ook op u van toepassing. Dat kan niet vaak genoeg onder de aandacht gebracht worden. Uit hoofde van mijn functie is het mij dan ook meer dan de moeite waard om een bijdrage te leveren aan de totstandkoming van deze prachtige informatiekrant over arbo en vrijwilligerswerk.

De voorbeelden in deze krant laten zien dat er altijd (in meerdere of mindere mate) risico's verbonden zijn aan het doen van activiteiten of werkzaamheden. De organisatie waar u meehelpt of meewerkt, is verplicht om een risico-inventarisatie en -evaluatie (RI&E) te doen. Met een RI&E worden arbeidsrisico's geïnventariseerd en oplossingen ervoor bedacht. Daarnaast is het belangrijk dat iedere vrijwilliger, hoe bescheiden zijn rol ook mag zijn, zich goed bewust is van arbo in de praktijk. U weet dan in iedere situatie hoe u hiermee moet omgaan.

Steeds weer blijkt dat organisaties die arbo hoog in het vaandel hebben, daarvoor veel waardering onder vrijwilligers oogsten. Veel vrijwilligersorganisaties hebben de weg naar een RI&E al succesvol bewandeld. Andere onderkennen de noodzaak ervan. Deze krant biedt een handreiking om serieus werk te maken van arbobeleid. En geloof me, ook u als vrijwilliger kunt niet zonder.



Mark Rutte,
staatssecretaris
Sociale Zaken en
Werkgelegenheid

Ontruimingsplan met een kroontje

Buurtvereniging Seghwaert op Dreef in Zoetermeer werd in 2003 om haar arbobeleid bekroond met de vrijwilligersprijs van de gemeente. De vereniging besteedde in haar arboplan veel aandacht aan het voorkomen van calamiteiten.

Alles ruikt nog naar nieuw in het pas opgeleverde verenigingsgebouw van de buurtvereniging Seghwaert op Dreef (SOD) in Zoetermeer, waar Jan Nieuwlaat (voorzitter) en Paul Beijlsmit (tweede secretaris) tekst en uitleg geven over het veiligheidsbeleid van de vereniging. Binnenkort wordt het verenigingsgebouw feestelijk geopend, en kunnen de leden er terecht om te briden, street-dancen, tekenen en (ouderen)bingoën, om maar enkele van de vele activiteiten van de buurtvereniging te noemen. SOD, zeven jaar geleden uit een fusie ontstaan, telt zo'n 1150 huishoudens in haar ledenbestand. Er zijn 130 vrijwilligers werkzaam. Arbo en veiligheid genieten al sinds vele jaren

de aandacht van SOD. Vooral sinds de rampzlijke gebeurtenissen in Enschede en Volendam is veiligheid een 'hot item' op bestuursvergaderingen. Nieuwlaat vertelt: «Er zijn regelmatig grote aantallen mensen in het gebouw aanwezig, soms meer dan honderd, en niet iedereen kent de weg. Dan moet je er in ieder geval voor zorgen dat de mensen die de weg wel weten, leidend kunnen optreden in het geval er zich iets voordoet.»

Maar dat is nog maar het begin. Het nieuwe verenigingsgebouw is zodanig ingericht, dat de kans op ongelukken met vuur tot een minimum beperkt zijn. Naast brandblussers, duidelijk aangegeven vluchtwegen en een blusdeken,

heeft de vereniging ervoor gekozen om in de kantine niet meer met gas, maar uitsluitend met elektriciteit te werken. Nieuwlaat: «Er komen hier veel oudere mensen, die ook als vrijwilliger in de pantry willen werken. Dan is elektriciteit wel zo veilig.»

Oefenen met de brandweer

De kroon op het veiligheidsbeleid bij SOD is het ontruimingsplan, een uitgebreid document dat in nauwe samenwerking met het Zoetermeerse brandweerkorps is opgesteld. Het ontruimingsplan omvat een beschrijving van het gebouw en bijbehorende installaties, de alarmeringsprocedure, en wat te doen bij het ontdekken van brand. Daarnaast worden de taken van de leidinggevenden, ontruimingsploeg en voorzitter omschreven, alsmede de wijze van ontruiming bij calamiteiten. De brandweer is in

bezit van een identiek ontruimingsplan, waardoor de taken van de brandweerlieden en de verantwoordelijken binnen SOD optimaal op elkaar afgestemd kunnen worden. Nieuwlaat: «Er is hier veelvuldig op geoefend, zowel op papier als met een daadwerkelijke ontruimingsoefening. De inzet van de brandweer bij het opstellen van het ontruimingsplan en het oefenen ervan was geweldig. En dat allemaal in de vrije tijd van de brandweerlieden!» Beide bestuursleden erkennen dat SOD misschien wel het strengste veiligheidsbeleid van alle vrijwilligersorganisaties in Zoetermeer heeft. «Maar de pret wordt er niet minder om», zeggen ze in koor. De ervaring leert juist dat de vrijwilligers het enorm waarderen als er veel aandacht aan hun veiligheid en arbeidsomstandigheden wordt gegeven. Bij SOD heeft het de betrokkenheid van de vrijwilligers bij de vereniging zeker vergroot.

Sleutel tot succes

Waar moeten vrijwilligersorganisaties volgens Nieuwlaat en Beijlsmit op letten bij het succesvol opzetten van een arbo- en veiligheidsbeleid? Beijlsmit: «Ten eerste is het belangrijk dat het bestuur er volledig achter staat. Daarnaast is het een goede zaak om vanaf het begin af te spreken wie de verantwoordelijkheid draagt van welk aspect van het arbobeleid. Als je dat niet doet, loop je het gevaar dat mensen op een kluitje blijven zitten en niemand zich verantwoordelijk voelt.»

De inspanningen rond het opstellen en implementeren van het ontruimingsplan van SOD bleven niet onopgemerkt in de gemeente en daarbuiten. De brandweer van Zoetermeer gebruikt het ontruimingsplan als 'good practice', de gemeente bekroonde de buurtvereniging met de vrijwilligersprijs 2003, en diverse vrijwilligersorganisaties benaderden SOD met het verzoek om informatie over hun aanpak van het arbo- en veiligheidsbeleid.

Het geldbedrag dat met de vrijwilligersprijs gemoeid was, heeft inmiddels een goede bestemming gekregen: de 500 euro werden besteed aan een tafellift. Dit, om te voorkomen dat vrijwilligers bij het verplaatsen van de vele tafels onnodig veel en te zwaar belast worden met het tillen van die tafels. De vrijwilligers hebben er dagelijks voordeel van.



Oefenen met de brandweer

Foto: Rob Jastrabeky

vervolg van pag. 1

den: vrijwilligersorganisaties hebben de plicht om een dergelijke RI&E uit te voeren. De arbocheck in deze krant, ontwikkeld door TNO Arbeid, is speciaal afgestemd op de praktijk van vrijwilligersorganisaties.

Met deze arbocheck in de hand kunnen vrijwilligersorganisaties meteen aan de slag. Daarbij moet wel vóóraf bekeken worden of er binnen de organisatie sprake is van unieke arbeidsomstandigheden. Daarbij moet bijvoorbeeld gedacht worden aan het werken met machines, het organiseren van grote festivals in de open lucht of het maken van kampvuren. In die gevallen kunnen specifieke RI&E's van toepassing zijn. Om daar meer zekerheid over te krijgen, is het verstandig om informatie in te winnen bij een arbodienst. Arbodiensten zijn private en onafhankelijke organisaties, die werkgevers en werknemers deskundige ondersteuning bieden bij het verbeteren van de arbeidsomstandigheden. Daarnaast kan men terecht bij koepelorganisaties. Scouting, Landschapsbeheer Neder-

land en de landelijke speeltuinvereniging NUSO, om er maar enkele te noemen, hebben uitgebreide informatie over specifieke RI&E's.

Verantwoordelijkheid

De Arboret stelt dat de werkgever verantwoordelijk is voor het ontwikkelen en implementeren van arbobeleid binnen de organisatie. Voor vrijwilligersorganisaties is dat het bestuur. Het is een goede zaak om één persoon aan te wijzen die hierin de leiding neemt. Bij voorkeur iemand die al kennis in huis heeft over het onderwerp. Geen kennis in huis? Geen nood! Creatieve oplossingen zijn ook welkom. Schakel bijvoorbeeld een student in. Die zoeken vaak naar stage-opdrachten, en waarom zouden ze niet kiezen voor het ontwikkelen van arbobeleid bij een vrijwilligersorganisatie?

Het is belangrijk om de eigen vrijwilligers in een zo vroeg mogelijk stadium te betrekken bij het ontwikkelen en implementeren van het arbobeleid van de organisatie. Dat leidt uiteindelijk

niet alleen tot meer draagvlak, maar wellicht ook tot de signalering van situaties die anders over het hoofd gezien zou kunnen worden.

Uitvoering

Wie begint met de arbocheck, loopt een vijftal vragen af. Wat zijn de gevaren? Hoe groot zijn deze gevaren? Wat zijn de mogelijke gevolgen als het fout gaat? Hebben wij voldoende voorzorgsmaatregelen getroffen? Zo nee, welke aanvullende maatregelen zijn er dan nodig?

Zijn deze vragen beantwoord, dan kan het plan van aanpak opgesteld worden. Dit plan is een verplicht onderdeel van de RI&E. Hierin wordt bepaald welke risico's het grootst zijn. Deze komen bovenaan de lijst met prioriteiten. Het plan van aanpak geeft aan hoe en wanneer het probleem verholpen wordt, wie daarvoor verantwoordelijk is en, eventueel, welke instanties daarbij ingeschakeld dienen te worden. Het is niet erg als niet alles in één keer opgelost kan worden. Haastwerk leidt niet altijd tot de beste resultaten.

Arbodienst en arbeidsinspectie

Veel vrijwilligersorganisaties komen in aanmerking voor vrijstelling van toetsing van de RI&E door een arbodienst (zie artikel op pagina 1). Wie niet voor deze vrijstelling in aanmerking komt, is verplicht om contact op te nemen met een arbodienst. Bij een arbodienst kunt u ook terecht met vragen rondom verschillende specialismen, zoals ergonomie, veiligheid en sociale hygiëne.

Ten slotte dient u rekening te houden met de arbeidsinspectie. Deze overheidsinstelling maakt deel uit van het ministerie van Sociale Zaken en Werkgelegenheid. De arbeidsinspectie controleert of werkgevers en werknemers - en dus ook vrijwilligersorganisaties - zich houden aan de Arboret. Wie geen schriftelijke RI&E bezit, of toch in overtreding is op het gebied van arbeidsomstandigheden, krijgt direct een boete. Zonde van het geld. Want voorkomen is beter dan genezen.

Zoetermeer steunt veilig vrijwilligerswerk

Lokaal vrijwilligerswerk kan rekenen op ondersteuning van gemeenten bij het ontwikkelen en implementeren van een goed arbobeleid. Dat gebeurt veelal in het kader van de Tijdelijke Stimuleringsregeling Vrijwilligerswerk (TSV). Zoetermeer is een voorbeeld daarvan. Deze gemeente en de lokale welzijnsinstelling Bovos werken samen om veiligheid en goede arbeidsomstandigheden bij vrijwilligersorganisaties op de agenda te krijgen. En met succes.

Gehandicaptenlifltes, ontruimingsplannen, sociale hygiëne en brandveiligheid als basis voor een vrijwilligersprijs? In Zoetermeer kan het je zomaar gebeuren! In december vorig jaar werd daar voor de dertiende keer op rij de jaarlijkse vrijwilligersprijs van de gemeente uitgereikt. Deze keer stond de prijs geheel in het teken van arbeidsomstandigheden. De jury selecteerde de kandidaten voor de onderscheiding vooral op de kwaliteit van het gevoerde arbobeleid. Zat de RI&E goed in elkaar? Waren er voldoende bedrijfshulpverleners? Hoe zat het met het plan van aanpak? Negen lokale vrijwilligersorganisaties dongen mee naar de prijs. In alle organisaties werd ruimschoots voldaan aan de criteria van de jury. Twee organisaties sprongen er bovenuit, met de kwalificatie 'perfect, bijna professioneel': buurtvereniging Seghwaert op Dreef (SOD) en de Stichting Activiteiten Verstandelijk Gehandicapten (STAK). Dat gaf ze recht op een gedeelde eerste plaats. De prijs, een geldbedrag van elk 500 euro, werd door de verenigingen besteed aan verdere verbetering van de arbeidsomstandigheden.

Verantwoordelijkheid

Paul van der Chijs, voorzitter van de STAK, is

trots op het winnen van de prijs. Een jarenlange inspanning van bestuur en vrijwilligers - die vaak zelf met suggesties ter verbetering van de arbeidsomstandigheden kwamen - is nu op feestelijke wijze bekroond. Een goed arbobeleid geeft een goed gevoel, zegt Van der Chijs. «Dat heeft alles te maken met de verantwoordelijkheidszin die leeft onder de vrijwilligers.» Jan Nieuwlaat, voorzitter van SOD, beaamt dat vrijwilligers het prettig werken vinden bij een organisatie die veel aandacht besteedt aan veiligheid en arbeidsomstandigheden. Bij SOD viel vooral het ontruimingsplan van het buurthuis van de vereniging op, dat een zeer professioneel karakter heeft (zie artikel 'Ontruimingsplan met een kroontje' op pag. 2).

Cursussen

Maar er is meer. SOD heeft samen met de Stichting Overlegplatform Zoetermeers Welzijnsbelang (SOZW) lang en vaak bij de gemeente en de lokale welzijnsorganisatie Bovos aangedrongen op meer ondersteuning van de vrijwilligers, zegt Nieuwlaat. En met succes. Vrijwilligersorganisaties in Zoetermeer worden nu actief benaderd door Bovos, die ze wijst op het belang van meer deskundigheid op het gebied van arbo. Paula Gilin, projectleider bij Bovos, vertelt wat dat onder andere inhoudt: «Wij hebben een aantal cursussen georganiseerd op het gebied van arbo, met middelen mogelijk gemaakt door de TSV. Die cursussen hadden betrekking op allerlei zaken, zoals een cursus verantwoord alcoholgebruik, sociale hygiëne, bedrijfshulpverlening, EHBO, en arbovoorlichting.» Het gaat om professionele, erkende cursussen met gecertificeerde diploma's. Inmiddels hebben zo'n 200 vrijwilligers aan de cursussen deelgenomen. Ook voor cursussen die van de deelnemers een grote tijdsin-



Foto: Fotos Ganc-Cambolat

vestering vroegen - met name de EHBO-cursus van 16 weken - bleek veel belangstelling. Door de uitreiking van diploma's samen te laten vallen met andere initiatieven, zoals het uitreiken van de vrijwilligersprijs, wordt de publieke belangstelling voor arbeidsomstandigheden onder vrijwilligers vergroot.

Gemeente en TSV

En de rol van de gemeente? Ferd Stoutjesdijk, beleidsmedewerker Welzijn van de gemeente Zoetermeer, legt uit dat arbeidsomstandigheden en veiligheid al langere tijd een belangrijk aandachtsveld van de gemeente zijn. Stoutjesdijk: «Bij ons ligt de prioriteit op wet- en regelgeving. Daar moet op een goede en verantwoorde manier mee worden omgegaan.» Dankzij de TSV is de gemeente in staat om daar een extra stimulans aan te geven. Een voorbeeld zijn de

door Bovos georganiseerde cursussen. Die werden gegeven voor de symbolische prijs van 10 euro per organisatie (onafhankelijk van het aantal deelnemers). Stoutjesdijk: «Op die manier willen wij de cursussen laagdrempelig houden.» Daarnaast richt de gemeente zich op het versterken van de ondersteunende structuur, zodat ook ná 2005 het hoge niveau van deskundigheid bij vrijwilligersorganisaties gewaarborgd blijft.

Tip: informeer bij uw gemeente of op de site van de Tijdelijke Stimuleringsregeling Vrijwilligerswerk www.tsvproject.nl welke mogelijkheden er zijn tot (financiële) ondersteuning van de ontwikkeling en implementatie van arbobeleid binnen uw organisatie.

Goed arbobeleid betekent systematisch werken aan de verbetering van de arbeidsomstandigheden in een organisatie.

Basisprincipes

Begin met een risico-inventarisatie en -evaluatie (RI&E). Breng hiermee de gevaren op het gebied van veiligheid, gezondheid en welzijn binnen de organisatie in kaart. Stel een plan van aanpak op, gebaseerd op de uitkomsten van de RI&E. Niet alle knelpunten kunnen ineens opgelost worden. Daarom moeten er prioriteiten gesteld worden: welke risico's vereisen onmiddellijke aandacht? Geef in het plan van aanpak ook aan welke maatregelen nodig zijn om deze risico's te verminderen en vermeld wanneer deze zullen worden uitgevoerd. Check de voortgang van het beleid. Bijvoorbeeld door arbeidsomstandigheden en het plan van aanpak minimaal twee keer per jaar op de agenda van bestuursvergaderingen te zetten. Bespreek daarnaast de uitvoering van het plan van aanpak ook met de (uitvoerende) vrijwilligers. Maak afspraken over de wijze waarop het beleid en de genomen maatregelen geëvalueerd moeten worden. Behoud een zekere mate van flexibiliteit. Na ongevallen, bijna-ongevallen of bij belangrijke veranderingen binnen de organisatie kan het nodig zijn om opnieuw een risico-inventarisatie uit te voeren of het plan van aanpak bij te stellen.

Stappenplan

Stap 1: plan maken en doelen stellen - Begin met het stellen van heldere doelen. Wilt u bijvoorbeeld alleen voldoen aan de wettelijke verplichtingen? Of wilt u dat de vrijwilligers onder zo goed mogelijke arbeidsomstandigheden werken?

Stap 2: informatie verzamelen - De vrijwilligers zelf kunnen u waardevolle informatie geven. Bij hun werkzaamheden merken zij wellicht al bepaalde risico's op.

Stap 3: keuze van checklist voor de RI&E - Bepaal welke checklist u voor de RI&E in uw organisatie het best kunt gebruiken (zie ook hiernaast).

Stap 4: inventarisatie - Het invullen van deze checklist geeft een overzicht van de plus- en minpunten op het gebied van arbeidsomstandigheden.

Stap 5: prioriteiten bepalen - Stel vast welke minpunten het grootste risico voor de gezondheid of veiligheid van de vrijwilligers vormen. Bepaal daarna met welke verbeteringen begonnen wordt.

Stap 6: toetsing van de RI&E - U bent nu zover dat u de RI&E kunt laten toetsen door een arbodienst. Overigens is deze toets alleen verplicht als u niet onder de vrijstellingsregeling valt.

Stap 7: aan de slag - Ten slotte gaat u aan de hand van de uitkomsten van stap 5 (en eventueel 6) daadwerkelijk de arbeidsomstandigheden verbeteren.

Praktische tips

Zorg voor een centraal aanspreekpunt binnen uw organisatie. Benoem daarom iemand (bijvoorbeeld een bestuurslid) tot arbocoördinator.

Ga na welke checklist voor uw organisatie de meest geschikte is. Voor verschillende sectoren zijn er aparte checklists ontwikkeld. Zo heeft TNO Arbeid een arbocheck voor vrijwilligersorganisaties en een arbocheck voor sportorganisaties ontwikkeld. Beide zijn te downloaden vanaf www.vrijwilligersplein.nl. Kijk voor een overzicht van andere checklists op www.rie.nl.

Maak tijdens het invullen van de checklist meteen concrete afspraken over wie waar actie op onderneemt en wanneer. Leg deze afspraken schriftelijk vast.

Vraag advies over arbozaken aan de brandweer en eventueel andere hulpverlenende instanties. Zo kan de brandweer u informeren over veiligheidsvoorschriften. Ook is ze vaak bereid om bijvoorbeeld een ontruimingsoefening te organiseren.

Goede arbeidsomstandigheden zijn niet alleen een zaak van het bestuur. Betrek hier ook de vrijwilligers bij. Stel bijvoorbeeld samen een toptien op van wat het eerst moet gebeuren. En bekijk samen regelmatig of het plan van aanpak nog actueel is. Zorg dat er binnen de organisatie voldoende bedrijfshulpverleners aanwezig zijn en dat iedereen weet wie dat zijn. Een bedrijfshulpverlener weet precies wat er in geval van een noodsituatie dient te gebeuren.

Arbeidsomstandigheden in het vrijwilligerswerk

Hoe arbo-actief zijn vrijwilligersorganisaties eigenlijk? De overheid wil weten in hoeverre het stimuleren van arbobeleid bij deze organisaties succes heeft. De huidige kennis is gebaseerd op een onderzoek dat in 2001 door TNO Arbeid is uitgevoerd. De uitkomst daarvan is dat het vrijwilligerswerk wat arbobeleid betreft op de goede weg is, maar nog niet zo ver is als het bedrijfsleven. Mede op basis van deze conclusie heeft het ministerie van Sociale Zaken en Werkgelegenheid bepaald dat de vrijstellingsregeling wordt verlengd tot 1 januari 2005.

Vrijwilligersorganisaties moeten meer aandacht besteden aan arbeidsomstandigheden. Dit wordt met uiteenlopende initiatieven gestimuleerd. Zo heeft het ministerie van Sociale Zaken en Werkgelegenheid (SZW) een vrijstellingsregeling in het leven geroepen, en is het mogelijk om via de Tijdelijke Stimuleringsregeling Vrijwilligerswerk (TSV) steun te krijgen voor projecten op het gebied van deskundigheidsbevordering (waaronder kennis van arbowetgeving) bij lokaal vrijwilligerswerk. Ook is er specifiek voorlichtingsmateriaal ontwikkeld. Dat bestaat uit drie brochures, gericht op de ondersteuning van vrijwilligersorganisaties, te weten 'Goede Arbeidsomstandigheden, ook voor vrijwilligers' en de twee arbochecks, 'Arbocheck vrijwilligerswerk' en de 'Arbocheck sportorganisaties'.

Resultaat

Heeft deze stimulans voldoende effect? TNO Arbeid heeft in 2001 een schriftelijke enquête uitgevoerd onder 411 personen van vrijwilligersorganisaties. Daarbij gaat het om personen die verantwoordelijk zijn voor het arbobeleid binnen de organisaties. Er is gekeken naar alle acht sectoren van het vrijwilligerswerk, maar de meeste antwoorden kwamen binnen uit de sectoren Cultuur, Sport, Vrije Tijd en Hulpverlening en Zorg. Ruim tachtig procent van de vrijwilligersorganisaties die deelnamen aan het onderzoek waren klein, en hadden in ieder geval minder dan tien betaalde medewerkers in dienst. De enquête richtte zich ook op middelgrote en grote vrijwilligersorganisaties. Ruim tweederde van de benaderde vrijwilligersorganisaties had minder dan vijftig vrijwilligers.

Arborisico's in het vrijwilligerswerk

Vrijwilligerswerk is niet zonder risico, zo bleek uit de enquête. Dat zijn in de eerste plaats gezondheidsrisico's, maar ook veiligheidsrisico's en welzijnsrisico's. Bijna drievijfde van de onderzochte organisaties geeft aan dat er gezondheidsrisico's voorkomen in het vrijwilligerswerk, en bijna de helft van hen geeft aan dat er sprake is van veiligheidsrisico's. Ten slotte antwoordt iets meer dan tweevijfde dat één of verschillende welzijnsrisico's bestaan. Verder werd ook gekeken in welke sectoren van het vrijwilligerswerk welke risico's het meeste voorkomen. Veiligheidsrisico's komen verhoudingsgewijs vaak voor in de cultuur, sport en de vrijetijdsbesteding (waaronder het werken in de natuur valt), gezondheidsrisico's bij politieke en/of ideële organisaties, en welzijnsrisico's bij godsdienstige of levensbeschouwelijke organisaties, en in de hulpverlening en zorg.

Soort risico's

Op basis van de enquête stelde TNO Arbeid ook een 'toptien' van de meest voorkomende risico's in het vrijwilligerswerk samen. Opvallend is dat het meestgenoemde risico op arbogebied

'schokkende of emotionele gebeurtenissen' is. Dit wordt vooral als een risico ervaren door vrijwilligers die werkzaam zijn in zorgverlenende functies (bijvoorbeeld daar waar wordt gewerkt met verslaafden). Werken met agressieve dieren en seksuele intimidatie werden ook als risico genoemd, maar komen slechts zeer zelden voor. Ze vallen buiten de 'toptien'.

Risico-inventarisatie en -evaluatie

Net als andere organisaties moeten ook vrijwilligersorganisaties maatregelen nemen om de arborisico's te beperken. TNO Arbeid vroeg aan de vrijwilligersorganisaties of zij een risico-inventarisatie en -evaluatie (RI&E) hadden en of zij daarbij gebruik hadden gemaakt van de speciaal voor vrijwilligersorganisaties ontwikkelde arbocheck. Ongeveer één vijfde had dat gedaan. Daarbij loopt het vrijwilligerswerk flink achter op andere bedrijven en instellingen. In die sector werkte ten tijde van het onderzoek al gemiddeld 58 procent met een RI&E. Waarom hadden veel vrijwilligersorganisaties nog geen RI&E? Vaak stond het gewoon niet in de planning (51 procent). Andere organisaties antwoordden dat volgens hen de arborisico's in het vrijwilligerswerk gering zijn (11 procent). Opvallend is dat het niet lijkt uit te maken of de vrijwilligersorganisatie groot of klein is. Ook het aantal vrijwilligers in een organisatie heeft geen invloed op het doen van een RI&E. Wel vond TNO Arbeid verschillen tussen sectoren. Een RI&E wordt verhoudingsgewijs vaker gemaakt in de hulpverlening of zorgsector. Eigenlijk logisch, want in deze sectoren komen verschillende soorten arborisico's voor. Aan de vrijwilligersorganisaties met een RI&E werd ook gevraagd of zij gebruik hadden gemaakt van een arbocheck. Iets meer dan de

Arborisico's in het vrijwilligerswerk

Soort arborisico	Aantal keren genoemd
Schokkende/emotionele gebeurtenissen	28
Tocht en slechte weersomstandigheden	20
Ongunstige houdingen	18
Werken op de openbare weg	15
Langdurig staan	14
Werken in besloten ruimten	14
Werken met schoonmaakmiddelen	14
Langdurig beeldschermwerk	13
Agressie en geweld	11
Tillen van zware voorwerpen (meer dan 25 kilo)	10

Het percentage geeft weer hoe vaak door de organisaties (411 in totaal) op de vraag met 'ja' is geantwoord.

helft van deze vrijwilligersorganisaties heeft bij het opstellen van de RI&E één van de arbochecks gebruikt. De arbochecks voorzien kennelijk in een behoefte.

Conclusies

Arbobeleid heeft geen hoge prioriteit binnen vrijwilligersorganisaties. Dat is de belangrijkste conclusie van het onderzoek van TNO Arbeid. Maar de meeste vrijwilligersorganisaties uit het onderzoek waren erg klein, zowel gemeten naar het aantal betaalde medewerkers als het aantal vrijwilligers. Hierdoor is er weinig menskracht om uitvoering te geven aan arbobeleid.

De meeste vrijwilligersorganisaties vinden goede arbeidsomstandigheden voor vrijwilligers overigens wel belangrijk. Zij voelen zich echter in beperkte mate in staat om voldoende aandacht te besteden aan dit onderwerp. Hierbij worden de volgende dilemma's genoemd:

- Vrijwilligersorganisaties en vrijwilligers richten zich vooral op hun primaire werkzaamheden, dat in de regel een maatschappelijk belang heeft. De eigen arbeidsomstandigheden worden hier ondergeschikt aan gemaakt.

- Arbobeleid kost geld, terwijl vrijwilligersorganisaties in de regel over beperkte financiële middelen kunnen beschikken. De financiers zien in de regel graag dat deze middelen zo efficiënt mogelijk worden besteed aan de doelen van de organisatie.

- De meeste vrijwilligers doen de werkzaamheden voor een beperkt aantal uren per week. Gemiddeld nog geen drie uur per week. Veel organisaties lijken van mening dat arbobeleid minder urgent is, vanwege de beperkte tijd dat vrijwilligers mogelijk zijn blootgesteld aan arborisico's.

- Het verloop onder vrijwilligers is vrij hoog, waardoor investeren in arbo voor vrijwilligersorganisaties minder aantrekkelijk lijkt.

Dit artikel is een bewerking van een tekst van George Evers, senioronderzoeker bij TNO Arbeid. Het genoemde onderzoek is uitgevoerd in opdracht van het ministerie van SZW.

G.E. Evers, M.G. de Feyter, B. Achten. *Arbeidsomstandigheden in het vrijwilligerswerk: stand van zaken twee jaren na de invoering van de vrijstellingsregeling*. Den Haag: Elsevier, 2001.



Arbochecklist

voor vrijwilligers

VEILIG EN GEZOND WERKEN

Ook vrijwilligers lopen risico's voor hun veiligheid en gezondheid bij hun 'werk'. Velen beseffen dat, anderen maar nauwelijks. De vrijwilligersorganisaties hebben echter wel de verantwoordelijkheid voor veiligheid en gezondheid van deze vrijwilligers. Om hen te helpen deze verantwoordelijkheid waar te kunnen maken is deze arbocheck ontwikkeld.

De wetgever heeft in de Arbowet bepaald dat alle organisaties een risico-inventarisatie en -evaluatie (RI&E) moeten opstellen als eerste stap naar goede arbeidsomstandigheden. De arbocheck voor vrijwilligers is zo'n risico-inventarisatie en -evaluatie en is speciaal ontwikkeld voor vrijwilligers in alle soorten organisaties.

In tegenstelling tot het bedrijfsleven hoeft u zich voor het maken van de RI&E niet te laten bijstaan door een arbodienst, daarvoor hebben vrijwilligersorganisaties, met minder dan 40 uur betaalde arbeid per week, tijdelijk (voorlopig tot 1 januari 2005) vrijstelling gekregen. De RI&E moet dus door alle vrijwilligersorganisaties worden gemaakt. De arbeidsinspectie kan dat ook controleren.

Door het aangeven van maatregelen en adviezen is de arbocheck een goede handreiking om aan de zorgplicht van organisaties voor hun vrijwilligers gestalte te geven. Het invullen van deze lijst is het begin van een verbetering van de arbeidsomstandigheden. De arbocheck geeft aan wat de eventuele risico's zijn en welke verbeteringen u kunt doorvoeren. Een belangrijke functie van de arbocheck is dat het u stimuleert tot nadenken over arbeidsomstandigheden. Niet alleen de organisatie is verantwoordelijk voor goede arbeidsomstandigheden. Ook de vrijwilligers zijn, volgens de Arbowet, verplicht om veilig en gezond te werken. Het is daarom van belang dat u de vrijwilligers zo veel mogelijk betreft bij de uitvoering van de arbocheck en dat u hen wijst op hun verantwoordelijkheden.

Overigens is de arbocheck niet allesomvattend, niet alle risico's die voor kunnen komen staan vermeld. Voor uw organisatie kunt u met behulp van de vele voorbeelden die staan vermeld het nodige zelf toevoegen, dat kan in hoofdstuk 4 'Overige risico's'. Uw koepelorganisatie kan u daar eventueel ook bij ondersteunen. Denk daarbij overigens ook aan risico's voor veiligheid of gezondheid die anderen dan uw vrijwilligers kunnen lopen door de werkzaamheden van uw vrijwilligers; ook daarvoor bent u verantwoordelijk.

Daarbij kunt u denken aan bezoekers, klanten en omstanders.

Na het invullen bepaalt u wat in uw organisatie de belangrijkste risico's voor de vrijwilligers zijn. De prioriteiten neemt u op in het plan van aanpak. Ook de voorzorgsmaatregelen die u gaat treffen om het risico weg te nemen of te verminderen, neemt u op in dit plan van aanpak. Als u er niet zeker van bent of u bepaalde onderdelen zelf kunt beoordelen, roep dan de hulp in van een deskundige, bijvoorbeeld een medewerker van een arbodienst.

Samengevat kunt u met deze arbocheck nagaan:

- Wat zijn de gevaren in uw organisatie voor vrijwilligers?
- Hoe groot zijn die gevaren en wie zou er schade aan de gezondheid kunnen oplopen en hoe?
- Hebt u voldoende voorzorgsmaatregelen getroffen, zodat het risico gering is?
- Welke prioriteiten stelt u in het plan van aanpak (waar gaat u het eerst iets aan doen)?

Hoe gebruikt u deze arbocheck?

Het is belangrijk dat u zich realiseert dat deze arbocheck voor vrijwilligers alleen ingaat op de risico's van deze specifieke groep. Voor bedrijfsactiviteiten, zoals bijvoorbeeld een uitbestede kantine, moet u gebruikmaken van een specifieke RI&E die daar op toegesneden is. Voor informatie hierover en ondersteuning bij de uitvoering hiervan kunt u terecht bij een arbodienst. De arbocheck kan het beste ingevuld worden door iemand die overzicht heeft over de activiteiten van de organisatie, of een deel daarvan. Vaak zal dat daarom een bestuurslid zijn. Met gezond verstand moet het in de meeste gevallen lukken om het geheel op een bevredigende manier af te ronden. Als daar onzekerheid over is, is het verstandig er ook iemand anders bij te betrekken. Bijvoorbeeld iemand die ook in zijn andere werk te maken heeft met veiligheid en gezondheid bij het werk. Dit kan bijvoorbeeld een medewerker van een arbodienst zijn of een arbocoördinator van een bedrijf.

- Vul de arbocheck stap voor stap in. Dat kunt u in één keer doen, maar dat hoeft niet.
- De hoofdstukken 1 en 2 gelden voor alle vrijwilligersorganisaties. Dat betekent niet dat alle vragen voor elke organisatie van toepassing zijn. Uit hoofdstuk 3 kunt u een keuze maken uit de diverse activiteiten die vermeld staan. Als een activiteit in het geheel niet door uw organisatie wordt verricht, kunt u een blok

in één keer afvinken in de bovenste regel. In hoofdstuk 4 kunt u specifieke risico's van uw organisatie vermelden, de arbocheck is opgesteld voor veel soorten organisaties, maar is uiteraard niet volledig.

- Betrek vrijwilligers bij het invullen van de arbocheck; zij weten veel en moeten bovendien straks de maatregelen (mee helpen) uitvoeren.

Per activiteit of risico kunt u vaststellen

- of het genoemde risico aanwezig is in uw organisatie;
- welke maatregelen u kunt ondernemen om het risico weg te nemen of te verminderen.

Bespreek de ingevulde lijst met betrokken vrijwilligers. Vraag hun ook of er nog aanvullingen moeten komen.

Leg in het plan van aanpak vast, welke maatregelen u gaat nemen en wanneer u de verbeteringen doorgevoerd wilt hebben. Niet alles hoeft in één keer te worden verbeterd. Het is belangrijk een begin te maken.

Na het uitvoeren van de risico-inventarisatie hebt u direct een goed overzicht van de arbeidsomstandigheden van uw vrijwilligers en de onderwerpen die nog aandacht verdienen om deze arbeidsomstandigheden te optimaliseren. Het plan van aanpak geeft u een goed inzicht in de maatregelen om de arbeidsomstandigheden te verbeteren. Overleg tenminste jaarlijks met uw vrijwilligers of het plan van aanpak nog actueel is en of de RI&E herhaald moet worden (bijvoorbeeld voor een bepaald deel van de organisatie).

Herhaal de risico-inventarisatie!

- Regelmatig, bijvoorbeeld eenmaal in de vier jaar, of eerder als de situatie daartoe aanleiding geeft.
- Bij belangrijke veranderingen in uw organisatie, bijvoorbeeld een verhuizing, een samengaan met een andere organisatie of de aanschaf van nieuwe producten of vervoermiddelen.
- Na ongevallen of bijna-ongevallen, om herhaling in te toekomst te voorkomen.

U voldoet hiermee aan de wettelijke verplichting tot het maken van een risico-inventarisatie en -evaluatie voor uw vrijwilligers.

DE ARBOCHECK

1. Organisatie van algemene arbozaken

1.1 Voorlichting

Zorg ervoor dat iemand in de organisatie beschikbaar is als vraagbaak voor arbozaken. Zorg ervoor dat nieuwe vrijwilligers voorlichting en instructie krijgen over: de risico's die ze lopen tijdens het vrijwilligerswerk, de maatregelen die de organisatie hiertegen heeft getroffen en de maatregelen die de vrijwilligers zelf kunnen treffen.

1.2 Werktijden

Zorg ervoor dat de werktijden van de vrijwilligers niet te lang zijn. Denk ook aan autorijden van en naar de werkplek en aan de tijd die ze besteden aan hun eventuele andere werk.

Ter vergelijking: de werktijden van (betaalde) werknemers zijn maximaal 9 uur per dag, bij incidenteel overwerk maximaal 11 uur per dag. Neem bij overschrijding maatregelen, zoals de inzet van extra vrijwilligers. De veiligheidsrisico's worden bij overschrijding te groot.

in orde
moet nog

1.3 Bijzondere groepen

Geef vrijwilligers indien nodig voorlichting over de achtergronden van de mensen die zij ontmoeten tijdens hun vrijwilligerswerk.

Andere gebruiken en gewoonten (ook traumatische ervaringen of onzekerheid over de toekomst) kunnen ervoor zorgen dat dingen verkeerd worden begrepen. Dit kan leiden tot onenigheid.

Houd rekening met nieuwe, onervaren vrijwilligers.

Zij kennen de risico's van het werk nog niet altijd. Maak eventueel een inwerkplan, waarin bijvoorbeeld het 'meelopen' met meer ervaren vrijwilligers is opgenomen.

Houd rekening met vrijwilligers die de Nederlandse taal nog niet goed of voldoende spreken of lezen.

Verkeerd begrijpen kan in sommige gevallen leiden tot gevaarlijk handelen. Geef daarom eventueel instructie over woorden of uitdrukkingen die specifiek zijn voor het betreffende vrijwilligerswerk.

Houd rekening met de leeftijd van vrijwilligers.

in orde
moet nog

2 Arbochecklist

Jongeren zijn onervaren en overzien niet altijd de gevolgen van bepaalde handelingen. Ouderen overzien deze gevolgen beter, maar hebben mogelijk meer lichamelijke beperkingen. Houd rekening met deze verschillen bij het verdelen van de taken.

Houd rekening met vrijwilligers met eventuele gezondheidsklachten of andere lichamelijke beperkingen.

Sommige vrijwilligers hebben lichamelijke of geestelijke beperkingen waardoor ze extra risico lopen, of bepaalde werkzaamheden niet kunnen uitvoeren. Houd hiermee rekening door in overleg met hen de werkzaamheden af te stemmen.

Houd rekening met extra risico's voor zwangere vrijwilligers.

Voor zwangeren is zwaar lichamelijk werk vaak bezwaarlijk, houd daar rekening mee. Ook wanneer het risico op agressie en geweld aanwezig is tijdens het vrijwilligerswerk, is het van belang maatregelen te treffen om zwangeren te beschermen.

1.4 Lichamelijke belasting

Moeten vrijwilligers vaak langdurig (meer dan twee uur achtereenvolgend) staan?

Zorg ervoor dat de vrijwilligers hun houding kunnen afwisselen tijdens standwerkzaamheden en dergelijke. Dit kan door bijvoorbeeld stoelen of krukken in de stand te plaatsen.

Moet er veel getild worden?

Zorg ervoor dat de vrijwilligers maximaal 25 kg tillen. Til zo nodig met z'n tweeën, gebruik til- en transporthulpmiddelen (koevoet, takel, karretje, steekwagen en dergelijke).

Een gewicht van 25 kg is de norm voor recht voor het lichaam tillen met gebruik van de been- spieren. Bij gedraaid tillen is de norm, afhankelijk van het draaien, veel lager (tot zelfs minder dan 10 kg).

Organiseer zo nodig cursussen om vrijwilligers te leren op een juiste wijze te tillen.

1.5 Ongewenst gedrag (agressie, geweld, discriminatie en seksuele intimidatie)

Geef voorlichting over gedrag dat niet geaccepteerd hoeft te worden.

Train de vrijwilligers om daar op de goede wijze mee om te gaan.

Veel organisaties hebben hier al gedragsregels voor vastgesteld, raadpleeg daarvoor uw koepelorganisatie.

Zorg dat vrijwilligers met klachten over ongewenst gedrag bij iemand terecht kunnen (vertrouwenspersoon).

1.6 Werken op hoogte (hoger dan 2,5 meter)

Ladders en trappen moeten geschikt zijn voor het werk, gebruik daarom bij voorkeur geen huishoudtrappen of -ladders, maar exemplaren die goedgekeurd zijn voor de industrie.

Maakt u gebruik van steigers bij het werken op hoogte?

Zorg ervoor dat ze door een erkende steigerbouwer zijn opgebouwd.

Instrueer vrijwilligers over de juiste werkwijze bij gebruik van ladders, trappen en steigers. Stel een onderhoudsplan op voor de ladders en steigers en voer dit uit.

in orde

moet nog

1.7 Vaccinatiebeleid

Zorg ervoor dat vrijwilligers die met risicogroepen moeten werken voldoende zijn voorgelicht en eventueel gevaccineerd. Biedt indien nodig vaccinatie aan. Leg in een protocol vast wat te doen bij een prikincident.

1.8 Uitbesteding van werk

Als er werk wordt uitbesteed, bijvoorbeeld aan een aannemer of cateraar, maak dan goede afspraken over de verantwoordelijkheid voor veiligheid en gezondheid. Het is handig om die afspraken schriftelijk vast te leggen, zodat er na een calamiteit niet over de aansprakelijkheid hoeft te worden getwist.

1.9 Ongevallenregistratie

Schrijf een plan (wie en hoe) voor melding, registratie en rapportage van ongevallen. U moet alle ongevallen registreren waarbij sprake is van ziekteverzuim (ook voor het normale werk). Wanneer het een ongeval betreft met ernstig lichamelijk letsel of de dood als gevolg, dan moet u het ongeval melden aan de arbeidsinspectie. Een ongeval is als 'ernstig' te beschouwen wanneer iemand binnen 24 uur na het ongeval naar het ziekenhuis wordt gebracht of wanneer iemand blijvende gezondheidsschade oploopt.

1.10 Voorbereid zijn op noodsituaties

Stel een plan op hoe te handelen bij calamiteiten (zoals brand of een ongeval). N.B. Wanneer de organisatie gebruik maakt van de accommodatie van bijvoorbeeld de gemeente, overleg dan met de eigenaar/beheerder over het calamiteitenplan.

Zorg ervoor dat alle vrijwilligers op de hoogte zijn van de inhoud van het plan.

Zorg voor voldoende EHBO-voorzieningen (volledige verbandtrommels) en plaats deze op een goed toegankelijke plaats.

Zorg voor voldoende brandblusapparatuur op verschillende plaatsen.

Raadpleeg daarvoor de plaatselijke brandweer.

Regel en controleer het onderhoud van brandblusapparaten en -middelen.

Door een abonnement bij de leverancier kan een goede jaarlijkse controle worden gewaarborgd.

Plaats op alle telefoons een sticker met het landelijke alarmnummer (1-1-2).

Zorg voor posters met eenvoudige, duidelijke instructies voor handelen bij ongevallen en brand.

1.11 Verzekeringen

Zorg ervoor dat voor de vrijwilligers een WA-verzekering wordt afgesloten.

Sluit, indien nodig, een aanvullende ongevallenverzekering af voor de vrijwilligers.

De 15 meest gestelde vragen over arbeidsomstandigheden

1 Waarover gaat de Arboret?

De Arboret regelt de algemene zorg voor veiligheid, gezondheid en welzijn, op het gebied van de arbeid. De Arboret heet voluit de Arbeidsomstandighedenwet. Het doel van de Arboret ligt voor de hand: het garanderen van een acceptabel niveau van veiligheid en gezondheid voor werknemers. Daarom verplicht de Arboret werkgevers om een arboreid te voeren.

2 De Arboret geldt toch alleen voor mensen die betaald werk verrichten?

Dit is een misverstand! De Arboret geldt voor iedere werkgever en werknemer in Nederland. Die begrippen moeten ruim worden gezien. Iedereen die een ander werk voor zich laat verrichten, is werkgever. En iedereen die werk vóór iemand doet, is werknemer. Altijd als er sprake is van werken in een gezagsverhouding, is de Arboret van toepassing.

Ook binnen het vrijwilligerswerk is sprake van gezagsverhoudingen. De in de Europese Unie gangbare definitie is namelijk dat vrijwilligerswerk "onbetaald, onverplicht, ten bate van anderen of de samenleving én in georganiseerd verband" plaatsvindt. Want ook vrijwilligers krijgen gewoonlijk aanwijzingen of instructies van een ander.

Daarom geldt de Arboret ook voor organisaties die met vrijwillige krachten werken.

Dat is ook niet meer dan logisch. Het zou zelfs vreemd zijn om vrijwilligers buiten beschouwing te laten als het gaat om hun veiligheid en gezondheid op het werk. Goede arbeidsomstandigheden zijn voor iederéén van groot belang. Ook in vrijwilligersorganisaties is men daarom verplicht een arboreid te voeren.

3 Mijn rug moet nog een tijdje mee

Worden zware middelen zoveel mogelijk vervoerd met een steekwagen?

Gerda (40): "Ik werk in de kantine van een voetbalvereniging. Heel gezellig altijd. Maar soms zwaarder dan je denkt. Laatst was het bier op. En een groot aantal volle kratten uit de opslagruimte halen, ik geef het je te doen zonder een steekwagentje. Want die stond natuurlijk net weer niet op zijn plek. Nou, mijn rug moet nog een tijdje mee, ik heb gelijk maar even alarm geslagen. Gelukkig voelden een paar aardige supporters zich direct aangesproken - maar ik had toch eigenlijk liever dat steekwagentje standaard in de buurt van de bar. Wel zo veilig, lijkt me."

3 Wat winnen wij er als vrijwilligersorganisatie bij als wij ons gedegen gaan bezighouden met het zorgen voor goede arbeidsomstandigheden?

Allereerst: zorgen voor goede arbeidsomstandigheden móét. Een speciale wet die de arbeidsomstandigheden regelt, is er natuurlijk niet voor niks.

Veilig en gezond werken is een belangrijk onderwerp. Goede arbeidsomstandigheden zorgen ervoor dat werknemers beter op hun werkplek functioneren. Dat helpt ziekteverzuim en arbeidsongeschiktheid voorkómen.

Maar een goed arboreid kan vrijwilligersorganisaties zelfs méér opleveren.

Arbeidsklimaat Organisaties die (uitsluitend of voor een groot deel) met vrijwilligers werken, vormen een bijzondere categorie. Het functioneren en vaak zelfs het voortbestaan van deze organi-

saties hangt af van het enthousiasme en de blijvende inzet van vrijwilligers. Werknemers dus. Maar dan wel werknemers die, zonder daarvoor loon uitbetaald te krijgen, meewerken aan het bereiken van de doelstellingen van de organisatie.

Het mag duidelijk zijn waarom de Arboret ook voor het vrijwilligerswerk een belangrijke wet is. Want vrijwilligers voelen zich serieus genomen als ze kunnen rekenen op interesse in en zorg voor hun arbeidsomstandigheden. Zo kunnen vrijwilligers beter op hun werkplek functioneren.

Een goed arboreid maakt de weg vrij voor een goed arbeidsklimaat met gemotiveerde vrijwilligers. En gemotiveerde vrijwilligers houd je waar je ze graag hebben wilt: binnen de deuren van de organisatie.

Imago Vrijwilligersorganisaties die hun meerwaarde voor de maatschappij blijvend willen bewijzen, kunnen zich geen slecht imago veroorloven, ook niet op het gebied van de arbeidsomstandigheden. De belangen van de vrijwilligersorganisatie en de vrijwilligers liggen, voor wat de Arboret betreft, dus in elkaars verlengde.

4 Welke (financiële) risico's lopen we als vrijwilligersorganisatie zonder arboreid?

Er is nog een reden waarom het thema 'arbeidsomstandigheden' ook in het vrijwilligerswerk belangrijk is. Vrijwilligersorganisaties zonder arboreid lopen financiële risico's die niet te onderschatten zijn.

Denk aan een ongeval dat binnen de organisatie plaatsvindt. Als uit het onderzoek van de arbeidsinspectie blijkt dat 'gevaarlijke arbeidsomstandigheden' daarvan de oorzaak zijn, kan zij een boete opleggen en/of procesverbaal opmaken.

2. Gebouwen, terreinen, hulpmiddelen

2.1 Gebouwen en terreinen (overslaan indien niet van toepassing)

Accommodatie - algemeen

Overleg regelmatig met de eigenaar/beheerder van gebouw(en) en/of terreinen over de veiligheid voor bezoekers.

Denk ook aan het onderhoud van gebouwen en terreinen, de voorzieningen voor calamiteiten (EHBO, brandblusapparatuur enzovoort), hygiëne en schoonmaak, verlichting op en rondom het terrein. Bij grote gebreken en direct waarneembare gevaren, de accommodatie niet gebruiken.

Wanneer de accommodatie eigendom van uw organisatie is, bent u uiteraard zelf verantwoordelijk voor deze aspecten.

Er is een onderhoudsplan.

Er is een procedure voor het melden van tekortkomingen of mankementen.

Alle vrijwilligers zijn op de hoogte van de meldingsprocedure van tekortkomingen.

Er zijn voldoende toiletten, sekse gescheiden en voorzien van handenwasgelegenheid.

Minimaal vereist is één toilet per 15 personen, voor mannen mag een deel vervangen worden door urinoirs als er dan tenminste één toilet per 25 mannen overblijft.

Er is een beveiligingsplan voor diefstal en vernieling.

Vluchtroutes

Houd de vluchtroutes vrij van obstakels.

Zorg voor duidelijke bordjes UIT, die blijven branden bij stroomuitval.

Zorg dat er buiten de algemene toegangsdeur tenminste een tweede (nood)uitgang is, die van binnenuit altijd open kan.

Op de begane grond kunnen hiervoor zonnig ook ramen worden gebruikt als ze tenminste kunnen worden geopend en er bijvoorbeeld een trapje beschikbaar is.

Houd deze nooduitgangen vrij, ook aan de buitenkant.

Plaats bijvoorbeeld paaltjes om te verhinderen dat er fietsen voor de nooduitgang worden gestald.

2.2 Materialen en vervoermiddelen (overslaan indien niet van toepassing)

Veilig gebruik

De vrijwilligers zijn geïnstrueerd over het veilig gebruik van apparatuur en materialen.

Mankementen

Er is een procedure voor het melden van tekortkomingen of mankementen.

Alle vrijwilligers zijn op de hoogte van de meldingsprocedure van tekortkomingen.

Veiligheid vervoermiddelen

Zorg dat vervoermiddelen van de organisatie een goed onderhoudschema hebben en voer dit uit.

Zorg voor voldoende veiligheidsvoorzieningen in vervoermiddelen van de organisatie.

in orde
moet nog

Overweeg de volgende voorzieningen:

- een goed instelbare stoel
- handsfreebediening van een eventueel aanwezige autotelefoon
- airco
- traliwerk tussen bagageruimte en zitplaats, als regelmatig lading meegenomen wordt
- aanwezigheid van een Anti Blokkeer Systeem (ABS), (bij aanschaf nieuwe auto's)
- brandblusser
- verbandtrommel
- een hulpmiddel voor het doorsnijden van veiligheidsgordels en inslaan van ruiten

3. Activiteiten

3.1 Bestuurs- en kantoorwerk

Beeldschermernomie

Zorg voor een goede stoel, een goede beeldschermtafel en een goede instelbare pc. In ieder geval is het volgende meubilair geschikt: stoel die voldoet aan NEN-norm 1812, een beeldschermtafel die voldoet aan NEN-norm 2449 en een pc die voldoet aan NEN-ISO-norm 9241-3. De leverancier kan u vertellen of het meubilair voldoet aan deze normen.

Plaats de pc zo ver mogelijk van het raam, haaks op de muur waarin het raam zit.

Het raam mag zich niet achter of voor de beeldschermwerker bevinden.

Pas, ter voorkoming van spiegeling, lichtarmaturen toe die zorgen dat de lampen geen zijdelings licht uitstralen (geen 'kale' TL-verlichting).

Zorg voor goede zonwering zodat mensen geen last hebben van teveel licht.

Zorg voor afwisselende werkzaamheden als medewerkers langer dan twee uur achtereen aan een beeldscherm werken. Als er geen ander werk is, dan moet een rustpauze genomen worden.

Kopiëren en printen

Plaats kopieermachines en printers niet vlak naast de beeldschermwerkplek, maar op enige afstand van de beeldschermwerkers.

Zo krijgen ze wat afwisseling in hun houding tijdens het werk. Plaats de apparatuur het liefst in een aparte ruimte in verband met lawaai en uitstoot van ozon.

Klimaat

Zorg bij vergaderingen en andere bijeenkomsten voor een ruimte met voldoende ventilatie en neem om het uur een korte pauze.

Onvoldoende ventilatie zorgt voor vermindering van het zuurstof- en verhoging van het koolzuurgaspercentage in de lucht. Daardoor worden mensen na verloop van tijd slaperig en krijgen velen hoofdpijn. Dat is niet gezond en vermindert bovendien de effectiviteit van de bijeenkomst.

Spreek af dat er tijdens vergaderingen niet gerookt wordt.

Gebruik bovengenoemde pauzes eventueel om te roken, maar wel in een andere ruimte!

in orde
moet nog

En daar hoeft het niet bij te blijven. Als er een ongeluk gebeurt en u heeft zich niet ingespannen voor goede arbeidsomstandigheden, dan is de kans groter dat u civielrechtelijk wordt aangeklaagd en de geleden schade moet vergoeden. Andersom: wanneer u kunt aantonen dat u op een gedegen manier werk heeft gemaakt van het zorgen voor goede arbeidsomstandigheden in uw organisatie, is de kans veel kleiner dat u als werkgever iets te verwijten valt.

WA-verzekerd? Misschien denkt u: mijn vrijwilligers en mijn vrijwilligersorganisatie zijn WA-verzekerd, dus dat is mooi geregeld. Dat valt te bezien. Het feit dat een WA-verzekering is geregeld, ontslaat u niet van de verplichting een arbobeleid te voeren. Het is belangrijk dat u zich realiseert dat uw zorgplicht als werkgever voorop staat. Dat betekent dat de organisatie moet zorgen voor goede arbeidsomstandigheden. Een WA-verzekering heeft in sommige gevallen - als het arbobeleid faalt - een 'achtervang'-functie.

Derden Als werkgever bent u ook verantwoordelijk voor het voorkomen van gevaar voor 'derden'. U bent, behalve voor uw vrijwilligers (bijvoorbeeld: voetbaltrainers), óók verantwoordelijk voor de gezondheid en veiligheid van personen die aan de activiteit van uw vrijwilligersorganisatie deelnemen (bijvoorbeeld: de voetballers die trainen).

Ik was helemaal draaierig

Worden er zo min mogelijk voor de gezondheid schadelijke stoffen gebruikt?

Kees (46): "Ik doe vaak onderhouds- en schilderwerk via een klussendienst. Pas nog hebben we een oud schooltje opnieuw in de verf gezet. Het zag er voordien niet uit, dus er is een hoop

afbijtspul aan te pas gekomen. Ja en wat doe je als het niet in een keer lukt, je gebruikt almaar agressiever spul. Aan het eind van de ochtend was ik helemaal draaierig en had ik last van mijn ogen. En toen ik dat maar eens zei, bleken mijn medeklusers zich ook niet helemaal lekker te voelen."

5 Wij werken niet met gammele ladders of gevaarlijke stoffen. Dus dan zit het toch wel goed bij ons?!

Dat is nog maar zeer de vraag. De arboregelgeving doet inderdaad uitspraken over gevaarlijke stoffen. Maar daar blijft het niet bij. De Arboret gaat bijvoorbeeld óók over zaken als zwaar tillen, onveilige machines, seksuele intimidatie en EHBO. De voorbeelden die in deze brochure zijn opgenomen, geven een divers beeld.

U kunt niet volstaan met denken dat het met de veiligheid in uw organisatie 'vast wel goed zit'. De Arboret neemt geen genoegen met ideeën en vaagheden. Integendeel: de verplichtingen van de Arboret leggen een zware verantwoordelijkheid bij degene die in de wet als 'werkgever' wordt gedefinieerd. Als u aan het hoofd staat van een vrijwilligersorganisatie - ongeacht of dit een landelijk, regionaal of lokaal georganiseerde instelling is - draagt u die verantwoordelijkheid.

Last van mijn nek en schouders

Zijn er een goede stoel, een goede beeldschermtafel en rustpauzes?

Seher (27): "Ik verzorg het typewerk voor een stichting die aan ontwikkelingswerk doet. Hartstikke leuk om te doen. Goed geregeld ook, extra zonwering aangebracht en mijn pc staat op

een goede plek. Maar sinds een maand heb ik wat last van mijn nek en mijn schouders. Mijn coördinator erover gesproken, maar die kende alleen het verschijnsel 'muisarm'. Maar ik heb er wat over gelezen en mijn klachten kunnen wel degelijk met mijn stoel en zithouding te maken hebben. Ik heb hem dus gevraagd hier eens over te praten met iemand die daar verstand van heeft. Want ik wil dit werk graag nog heel lang doen."

6 Wat wil de Arboret precies van ons?

De Arboret verplicht werkgevers om een arbobeleid te voeren. Ook voor vrijwilligersorganisaties geldt die verplichting. De werkgever is primair verantwoordelijk voor het arbobeleid van de organisatie. Maar de wet wil uitdrukkelijk dat werkgevers en werknemers zoveel mogelijk samen invulling geven aan dat beleid. Hoe succesvol het arbobeleid uiteindelijk is, hangt immers voor een zeer groot deel af van de betrokkenen zelf.

Planmatige aanpak Het onderzoeken en verbeteren van de arbeidsomstandigheden moet planmatig worden aangepakt, óók in het vrijwilligerswerk. Elke organisatie moet (laten) onderzoeken of het werk gevaar kan opleveren of schade kan veroorzaken aan de gezondheid van de werknemers. Dat klinkt serieus. En dat is het ook - er bestaat zelfs een specifieke term voor de planmatige aanpak die wordt vereist: risico-inventarisatie en -evaluatie (RI&E).

7 Wat houdt een risico-inventarisatie en -evaluatie in?

Een risico-inventarisatie en -evaluatie (kortweg: RI&E) is een

3.2 Beurzen, tentoonstellingen, evenementen enz. *(overslaan indien niet van toepassing)*

Klimaat

Voorkom tocht of hinderlijke koude wind.

Vooraf bij dit soort werk is er veel kans op tocht of hinderlijke koude wind. Bedenk als de plattegrond van de ruimte en de plaats bekend is hoe de stand zodanig kan worden ingericht dat de kans op tocht of koude luchtstromen minimaal is.

Verstrek eventueel passende kleding of geef daar goede instructies voor, dat geldt vooral voor stands in de buitenlucht.

3.3 Dierverzorging *(overslaan indien niet van toepassing)*

Hygiëne

Geef instructies over hygiënisch werken.

Organiseer regelmatig trainingen voor het omgaan met agressieve dieren.

Zorg voor voldoende persoonlijke beschermingsmiddelen, afgestemd op de diersoorten die de vrijwilligers verzorgen (bijvoorbeeld katten: leren handschoenen).

Wees voorbereid op besmettingen door beten van dieren enzovoort. Overweeg vaccinatie van vrijwilligers. Stel een procedure op voor het handelen bij beten.

Schoonmaakmiddelen

Zorg ervoor dat de vrijwilligers geïnformeerd zijn over de risico's van de schoonmaakmiddelen die ze gebruiken.

Schoonmaakmiddelen zijn vaak gevaarlijke stoffen. Het zijn bijvoorbeeld vaak bijtende stoffen, zoals chloorbleekloog en/of sterke zuren. U herkent ze aan de oranje pictogrammen op de verpakking. Vervang deze middelen zoveel mogelijk door niet of minder schadelijke. Zorg tevens voor een goede gebruiksinstructie van de middelen.

Zorg ervoor dat voldoende beschermingsmiddelen aanwezig zijn voor het werken met schoonmaakmiddelen, zoals geschikte handschoenen en eventueel een beschermende schort.

Sla de schoonmaakmiddelen op in een aparte, afgesloten kast.

3.4 Hulpverlening en rampenbestrijding *(overslaan indien niet van toepassing)*

Communicatie

Er is een regeling voor de samenwerking met andere hulpverleners.

Communicatieapparatuur wordt volgens plan onderhouden en getest.

Gevaarlijke stoffen

Geef vrijwilligers goede instructies over de benadering van plaatsen waar gevaarlijke stoffen kunnen voorkomen.

Bij calamiteiten zijn vaak transportmiddelen betrokken, soms bevatten die gevaarlijke stoffen, vaak ontstaan gevaarlijke stoffen ook bij brand. Het is daarom belangrijk dat vrijwilligers pas na toestemming van de brandweer aan het werk gaan.

in orde
moet nog

Stel persoonlijke beschermingsmiddelen ter beschikking als er gevaar bestaat voor (het ontstaan van) gevaarlijke stoffen.

Het is soms toch noodzakelijk dat vrijwilligers een gebied met kans op de aanwezigheid van gevaarlijke stoffen ingaan. Zorg er dan voor dat de juiste beschermingsmiddelen aanwezig zijn. Vraag de brandweer eventueel om informatie over de gewenste eigenschappen van beschermingsmiddelen. Geef de vrijwilligers de nodige instructie in het gebruik van beschermingsmiddelen.

Mentale belasting

Train hulpverleners in het omgaan met emotionele gebeurtenissen.

Zorg voor goede nazorg wanneer vrijwilligers betrokken zijn geweest bij een emotionele gebeurtenis.

Hygiëne

Geef instructies over hygiënisch werken.

Stel zo nodig weggooihandschoenen ter beschikking.

Werktijden

Zorg ervoor dat de werktijden van de vrijwilligers niet te lang zijn.

In noodsituaties zijn mensen geneigd alles opzij te zetten, ook hun eigen vermoeidheid, daardoor kunnen onveilige en ongezonde situaties ontstaan.

Alleen werken

Zorg ervoor dat vrijwilligers bij rampenbestrijding en hulpverlening bij ongevallen altijd met ten minste twee personen werken.

De risico's bij dergelijk werk zijn altijd aanwezig, hoe goed een hulpverlener ook op de eigen veiligheid let. Wanneer twee mensen aanwezig zijn is de mogelijkheid om hulp te verlenen of extra hulp in te schakelen, groter.

3.5 Kamperen, kampvuren e.d. *(overslaan indien niet van toepassing)*

Calamiteiten

Overweeg of het noodplan dat u voor de organisatie heeft opgesteld wel voorziet in de omstandigheden tijdens kamperen. Maak zo nodig een aangepast plan voor deze activiteiten.

Wanneer u in het veld bent, kunnen externe hulpverlenende instanties niet altijd snel ter plekke zijn. Dit betekent dat u zelf beter op dergelijke situaties voorbereid moet zijn.

Kampvuur

Maak regels voor het stoken van open vuren.

Voorbeelden zijn:

- alleen een kampvuur maken als er een volwassene bij is
- altijd water of blusmiddelen bij de hand houden
- vuur nooit alleen laten

in orde
moet nog

De 15 meest gestelde vragen over arbeidsomstandigheden (vervolg)

onderzoek dat de gevaren op het gebied van veiligheid, gezondheid en welzijn binnen de organisatie in kaart brengt. De RI&E bestaat uit twee delen: de risico-inventarisatie en het plan van aanpak.

Verantwoordelijk?

U bent, als werkgever, degene die zorg draagt voor de RI&E. Zoals gezegd: onder 'werkgever' wordt verstaan: degene die arbeid onder zijn of haar gezag laat uitvoeren. Voor plaatselijke of regionale afdelingen van (grote) vrijwilligersorganisaties betekent dit, dat degene die op plaatselijk of regionaal niveau de leiding heeft, ook verantwoordelijk is voor de RI&E van deze afdeling. Het hoofdkantoor van een vrijwilligersorganisatie moet óók zorgen voor een RI&E, maar dan alléén voor het personeel (inclusief eventuele vrijwilligers!) dat op het hoofdkantoor werkt.

Concrete resultaten De resultaten van de RI&E moeten zo concreet mogelijk zijn. Alleen concrete gegevens bieden namelijk de mogelijkheid om latere verbeteringen onomstotelijk vast te stellen. Het is dus niet voldoende om te constateren dat er (bijvoorbeeld) 'veel lawaai' is op de werkplek. In zo'n geval moeten er wellicht geluidsmetingen aan te pas komen. Resultaten moeten dus worden vergeleken met relevante normen, zoals wettelijke regels of ongeschreven maar toch algemeen geldende regels. Bij het uitvoeren van de RI&E gaat het om het stellen van de volgende vragen:

1. Wat zijn de gevaren?
2. Hoe groot zijn deze gevaren?
3. Wat zijn de mogelijke gevolgen als het fout gaat?
4. Hebben wij voldoende voorzorgsmaatregelen getroffen?
5. Zo nee, welke aanvullende maatregelen zijn er dan nodig?

Checklist voor de RI&E De RI&E moet op papier komen te staan. Gelukkig hoeft u wat dat betreft niet zelf het wiel uit te vinden. Er zijn verschillende checklists in omloop, aan de hand waarvan u uw organisatie eenvoudig kunt doorlichten op onveilige en ongezonde situaties.

Bij vraag 10 leest u welke checklists dit zijn en hoe u erachter komt van welke checklist u het beste gebruik kunt maken voor de RI&E in uw eigen organisatie.

Lelijke krab van een bange kat

Zijn er voldoende persoonlijke beschermingsmiddelen aanwezig?
Hans (34): "Een paar avonden in de week help ik hokken schoonmaken in het dierenasiel. Nou, sommige katjes kun je inderdaad beter niet zonder handschoenen aanpakken! Ik had gelijk de eerste avond al een lelijke krab van een bange kat te pakken. Ik kreeg een pleister, maar bedacht me ineens: moet hier eigenlijk niet standaard met handschoenen gewerkt worden? Kwamen er excuses, want ja, ik had gelijk. De dinsdag erop lag er een paar stevige handschoenen voor me klaar, gelukkig. Maar ja, die akeelige krab had ik niet hoeven hebben natuurlijk."

8 Welke rol speelt de arbodienst bij de RI&E?

Er zijn meerdere arbodiensten in Nederland. Een arbodienst is een onafhankelijke, dienstverlenende organisatie die werkgevers en werknemers deskundige ondersteuning biedt bij het verbeteren van de arbeidsomstandigheden in de organisatie. arbodiensten spelen een belangrijke rol bij de RI&E.

Als het gaat om de RI&E, heeft de arbodienst twee functies:

1. Ondersteuning bij het verrichten van de RI&E

Let op: vrijwilligersorganisaties zijn niet verplicht een arbodienst in te schakelen voor ondersteuning bij het maken van hun RI&E.

2. Toetsing van de RI&E

Let op: vrijwilligersorganisaties zijn in de regel vrijgesteld van de plicht een arbodienst in te schakelen voor het toetsen van hun RI&E! Of deze vrijstelling ook voor uw organisatie geldt, leest u bij vraag 9.

Ondersteuning bij de RI&E De mate waarin de arbodienst een organisatie moet ondersteunen bij het maken van een arbobeleid, is niet vastgelegd. De behoefte aan ondersteuning door een arbodienst kan immers sterk uiteenlopen. Dat heeft te maken met de arbeidsrisico's die op de werkplek aanwezig zijn.

U kunt dus zelf bepalen welke ondersteuning u van de arbodienst wilt. U kunt een arbodienst de RI&E in uw organisatie laten uitvoeren. Maar dat kost geld. U mag er daarom ook voor kiezen de RI&E zelf uit te voeren (zie vraag 10: er zijn verschillende checklists in omloop aan de hand waarvan u op een eenvoudige manier de risico's in uw organisatie kunt inventariseren).

Vrijwilligersorganisaties die de RI&E zelf uitvoeren, kunnen echter tegen problemen aanlopen waarmee ze geen raad weten. In dat geval zijn deze organisaties bij het zoeken naar een oplossing verplicht om deskundigheid in te schakelen. Die deskundigheid kan men bij een arbodienst 'halen' - daar heeft men veel expertise - maar dat hoeft niet per se. Organisaties mogen ook deskundigheid inhuren van andere organisaties als een technisch installatiebureau of een ergonomie-adviesdienst.

Toetsing van de RI&E Let op: voor het toetsen van een risico-inventarisatie en -evaluatie moeten werkgevers een arbodienst inschakelen.

5 Arbochecklist

- voordat het vuur verlaten wordt, eerst doven met water tot er geen rook meer afkomt en daarna afdekken met zand

Alcoholische dranken en drugs

Maak afspraken over het gebruik van alcohol en drugs door de vrijwilligers tijdens het kamperen.

Vrijwilligers hebben een verantwoordelijkheid voor de deelnemers tijdens het kamperen. Wanneer een deelnemer bijvoorbeeld onverwachts naar het ziekenhuis vervoerd moet worden, zullen één of meerdere vrijwilligers daartoe in staat moeten zijn.

Materialen en uitrusting

Zorg voor een deugdelijke uitrusting. Onderhoud de uitrusting regelmatig.

3.6 Natuur (werken in de)

(overslaan indien niet van toepassing)

Gereedschap/machines

Let er bij de aanschaf van nieuw gereedschap op dat deze is voorzien van een CE-keurmerk.

Stel een onderhoudsplan op voor het gereedschap en voer dit uit.

Geef voldoende opleiding of voorlichting aan vrijwilligers die met gevaarlijke machines moeten werken.

Zorg ervoor dat vrijwilligers die met gevaarlijke machines moeten werken altijd in de buurt van andere vrijwilligers zijn, zodat hulp geboden kan worden bij een eventueel ongeval.

Zorg voor aanwezigheid en gebruik van voldoende persoonlijke beschermingsmiddelen.

Machines met een benzinemotor maken zoveel lawaai dat gehoorbescherming verplicht is. Daarnaast zijn er bij bosmaaiers en motorkettingzagen verplichtingen ten aanzien van het dragen van veiligheidsschoenen, helmen, gezichtsbescherming en smoorbroeken.

Hygiëne en ziektes

Geef vrijwilligers instructie over het risico van tekenbeten, de juiste werkwijze voor het verwijderen van een teek, de symptomen van de ziekte van Lyme en dergelijke.

Zorg ervoor dat vrijwilligers weten wanneer ze een dokter moeten raadplegen na een tekenbeet.

Teken kunnen de ziekte van Lyme overbrengen.

Stel een tekenpincet beschikbaar aan medewerkers die veldwerkzaamheden uitvoeren.

3.7 Reizen, excursies, rondleidingen, collectes e.d. (overslaan indien niet van toepassing)

Calamiteiten

Overweeg of het noodplan dat u voor de organisatie heeft opgesteld wel voorziet in de omstandigheden tijdens reizen en excursies. Maak zo nodig een aangepast plan voor deze activiteiten.

in orde
moet nog

Wanneer u in het veld bent, kunnen externe hulpverlenende instanties niet altijd snel ter plekke zijn. Dit betekent dat u zelf beter op dergelijke situaties voorbereid moet zijn.

Alcoholische dranken en drugs

Maak afspraken over het gebruik van alcohol en drugs door de vrijwilligers tijdens het reizen.

Vrijwilligers hebben een verantwoordelijkheid voor de deelnemers tijdens de reis. Wanneer een deelnemer bijvoorbeeld onverwachts naar het ziekenhuis vervoerd moet worden, zullen één of meerdere vrijwilligers daartoe in staat moeten zijn.

Materialen en uitrusting

Zorg voor een deugdelijke uitrusting. Onderhoud de uitrusting regelmatig.

Huisbezoek

Maak afspraken met vrijwilligers en 'cliënten' over bezoek aan huis.

Wanneer de vrijwilligers mensen aan huis bezoeken, is de kans op onverwachte situaties aanwezig, met name wanneer zij voor het eerst bij onbekenden op bezoek gaan. Maak goede afspraken, bijvoorbeeld: zorg dat adresgegevens van de 'cliënt' bij de organisatie bekend zijn, niet alleen bij de vrijwilliger die op bezoek gaat. Maak afspraken over het vrijgeven van telefoon- en adresgegevens van de vrijwilligers aan 'derden'.

Agressie, seksuele intimidatie

Bereid vrijwilligers, die alleen op pad zijn, goed voor op risico's zoals beroving, seksuele intimidatie of agressie.

Collectanten en rondleiders zijn vaak alleen op pad in een niet altijd veilige omgeving; het is verstandig hen daarop voor te bereiden door bijvoorbeeld gezamenlijk tips te ontwikkelen om het toch zo veilig mogelijk te doen. Zie ook ongewenst gedrag (1.4).

3.8 Sport en spel (overslaan indien niet van toepassing)

Accommodatie

Overleg vooraf met de eigenaar/beheerder van de accommodatie over de veiligheid van de accommodatie (het gebouw, de zaal, het terrein, het zwembad) en de inrichting ervan.

Denk daarbij bijvoorbeeld aan voorzieningen voor calamiteiten (EHBO, brandblusapparatuur etc.), hygiëne en schoonmaak, verlichting op en rondom het terrein.

Verwonding door rondvliegende voorwerpen zoals harde ballen

Laat niet met harde ballen en andere voorwerpen die gevaar kunnen opleveren buiten de aangewezen plaatsen, sporten of spelen.

Houd omstanders op voldoende afstand.

Speeltoestellen buiten

Voldoe aan de veiligheidsrichtlijnen van speeltoestellen en laat deze jaarlijks keuren.

in orde
moet nog

Dit betekent dat een arbodienst kijkt of uw RI&E volledig is en u adviseert bij het vormgeven van de te treffen maatregelen. Sommige vrijwilligersorganisaties zijn vrijgesteld van de verplichte toetsing van de RI&E. Zie hiervoor vraag 9.

Welke arbodienst? Als werkgever bent u niet verplicht om alle deskundige hulp bij één enkele arbodienst in te kopen. Voor het uitvoeren en/of laten toetsen van de RI&E kunt u dus afzonderlijke offertes aanvragen. Check overigens bij uw koepelorganisatie of het landelijk bureau van uw organisatie of er al afspraken zijn met een arbodienst en zo ja, welke.

Voor een overzicht van arbodiensten kunt u terecht op internet en bij de Infotelefoon van het ministerie van Sociale Zaken en Werkgelegenheid (zie verder vraag 14).

■ Mijn benen doen zeer van het lange staan

Kunnen vrijwilligers hun houding afwisselen tijdens standwerkzaamheden?

Joke (53): "Ik werk voor Amnesty International. Bij evenementen staan we vaak met een stuk of drie vrijwilligers in een stand. Ik merkte dat me dat niet altijd even gemakkelijk afgaat. Aan het eind van zo'n dag doen mijn benen zeer van het lange staan en ben ik blij dat ik op mijn fiets kan stappen. Soms wisselen we elkaar wel eens even af; dan kan ik bijvoorbeeld even ergens gaan zitten. Sinds een tijdje gaan er standaard een paar stoelen mee. Heel simpel, maar het scheelt enorm! Dan wil ik nog wel eens een uurtje langer blijven werken. En thuis hoeft ik ook niet meer dat uurtje met de benen omhoog te gaan zitten."

9 Komt onze organisatie in aanmerking voor vrijstelling van toetsing van de RI&E door een arbodienst?

Voor alle duidelijkheid: iedere werkgever moet zorgen voor een risico-inventarisatie en -evaluatie! Geen enkele (vrijwilligers-)organisatie wordt dus, op welke manier dan ook, vrijgesteld van het opstellen van een RI&E. We zeiden het al: u kunt er als bestuurder van een vrijwilligersorganisatie voor kiezen om de RI&E zelf te doen; u kunt er ook voor kiezen om de RI&E door een arbodienst te laten uitvoeren. Hoe dan ook: u moet altijd een RI&E kunnen laten zien, bijvoorbeeld bij controle door de arbeidsinspectie.

Vrijstelling van de toetsing Het inschakelen van een arbodienst voor het toetsen van de RI&E kost geld. Geld, dat vaak niet in overvloed aanwezig is bij vrijwilligersorganisaties. Het ministerie van Sociale Zaken en Werkgelegenheid heeft begrip voor de situatie van vrijwilligersorganisaties.

Besloten is, dat bepaalde organisaties die met vrijwilligers werken, de komende twee jaar zijn vrijgesteld van de verplichte toetsing van de RI&E door een arbodienst.

Het gaat bij deze vrijstelling om:

- Vrijwilligersorganisaties die ten hoogste 40 uur per week betaalde arbeid laten verrichten. Zij zijn tot 1 januari 2002 vrijgesteld van de verplichte toetsing van de RI&E door een arbodienst.

Twee belangrijke opmerkingen over deze vrijstellingsregeling:

- De vrijstelling hoeft niet te worden aangevraagd; de organisatie bekijkt zelf of de vrijstellingsregeling van toepassing is of niet.
- De 'veertig uur', waarover in de vrijstellingsregeling wordt gesproken, is géén gemiddelde: er wordt per week gerekend.

Als er één week per jaar meer dan 40 uur betaalde arbeid wordt verricht, is de vrijstelling niet van toepassing.

Voorbeeld 1

De vrijstelling geldt bijvoorbeeld voor: een voetbalvereniging, die in totaal één betaalde trainer in dienst heeft voor 20 uur per week. Daarnaast werken er drie vrijwilligers, die ieder 6 uur per week kantinediensten draaien.

Voorbeeld 2

De vrijstelling geldt bijvoorbeeld voor: een vrijwilligersorganisatie in het landschapsbeheer, die uitsluitend met vrijwilligers werkt. Deze vrijwilligers verrichten gezamenlijk 100 uur per week arbeid.

Voorbeeld 3

De vrijstelling geldt bijvoorbeeld voor: een afdeling van het Rode Kruis, waar de vrijwilligers 60 uur per week arbeid verrichten. Verder heeft deze afdeling één betaalde coördinator in dienst, voor 10 uur per week. Ook werkt op deze afdeling een betaalde administratieve kracht voor 24 uur per week. (Optelsom: 34 uur per week betaalde arbeid, overige arbeid is vrijwilligerswerk.)

■ Ik liep daar met zo'n stoer veiligheidsvest

Hoe zit het met de veiligheid tijdens wedstrijden op de openbare weg?

Geert-Jan (53): "Mijn vrouw vond het een eng idee: die wielervedstrijd door de stad heen. Die geloofde vast dat ik, al postend aan de route, overreden zou worden, was het niet door een deelnemer dan wel door een verdwaalde auto. Maar ze heeft zelf kunnen zien dat het allemaal prima geregeld was. De wielerbond had echt overal aan gedacht. De boel was goed

6 Arbochecklist

Er gebeuren veel ongevallen met deze toestellen. De stichting Consument en Veiligheid (020-511 45 11) kan u desgewenst van alle informatie voorzien.

Spelen op hoogte

Neem voldoende veiligheidsmaatregelen als er hoger dan 2,5 meter wordt gespeeld.

3.9 Technische werkzaamheden

(overslaan indien niet van toepassing)

Gevaarlijke stoffen

Gebruik voor de gezondheid zo min mogelijk schadelijke stoffen.

Deze zijn te herkennen aan het oranje waarschuwingsetiket; zorg vooral dat voor gebruik de verpakkingsaanwijzingen zijn gelezen.

Berg gevaarlijke stoffen op een veilige afgesloten plaats op.

Zorg voor aanwezigheid en gebruik van voldoende persoonlijke beschermingsmiddelen. Bedoeld wordt oog-, hand- of gezichtsbescherming.

Neem voldoende maatregelen om de risico's van bijtende stoffen te beperken.

Bijvoorbeeld een oogspoelfles of een nooddouche.

Verven en lakken

Gebruik alleen oplosmiddelarme producten.

Verven en lakken behoren ook tot de gevaarlijke stoffen. Dit komt vooral door de oplosmiddelen die gebruikt worden. U kunt dat zien op het etiket aan de oranje waarschuwingssymbolen en de waarschuwingssinnen. Voorkom de inademing van oplosmiddelen door gebruik te maken van verven op waterbasis of lakken op acrylbasis. Is dat echt niet mogelijk, dan goede ventilatie (zo mogelijk buiten) en goede adembescherming. Bedenk ook dat oplosmiddelen bijna altijd brandbaar zijn en neem daar de goede voorzorgsmaatregelen bij (rookverbod, blusmiddelen).

Elektriciteit

Zorg ervoor dat elektrische apparatuur is voorzien van deugdelijke snoeren, stekkers, invoerpunten en dergelijke. Controleer dit regelmatig en vervang beschadigde apparatuur direct. Laat reparaties alleen door deskundigen uitvoeren.

Geluid

Zorg voor zoveel mogelijk geluidsarme apparatuur. Let hierop bij aanschaf van nieuwe apparatuur.

Gebruik lawaaiige apparatuur zo veel mogelijk in een aparte, afgesloten ruimte.

Zo hebben anderen minder last van het geluid.

Stel gehoorbescherming ter beschikking wanneer vrijwilligers met lawaaiige apparatuur werken.

Gehoorschade kan optreden wanneer mensen regelmatig worden blootgesteld aan een geluidsniveau van 80 dB(A) of meer. Hiervan is waarschijnlijk sprake wanneer u elkaar moeilijk kunt verstaan op een afstand van een meter.

in orde
moet nog

Gereedschap en apparatuur

Zorg ervoor dat de apparatuur voldoende beveiligd is tegen knellen en snijden en is afgeschermd tegen vonken, spatten, splinters enzovoort.

Er is een checklistje voor de aanschaf van nieuwe apparatuur.

Hierin staan zaken als:

- apparatuur is voorzien van een CE-keurmerk
- veiligheidsvoorzieningen
- geluidsniveau enzovoort.

Stel een onderhoudsplan op voor het gereedschap en voer dit uit.

Zorg ervoor dat elektrische gereedschappen en machines periodiek worden gekeurd door een deskundige (vraag de leverancier).

Gereedschapsonderhoud

Zorg ervoor dat de gereedschappen waarmee onderhoud wordt gepleegd van voldoende kwaliteit zijn en zelf ook goed worden onderhouden.

Slecht onderhouden gereedschap werkt moeilijker en is vaak gevaarlijker dan goed onderhouden gereedschap.

Laat onderhoud door voldoende geïnstrueerde vrijwilligers verrichten.

Om risico's te beperken is het noodzakelijk dat onderhoud wordt gedaan door mensen die verstand hebben van het werk dat ze moeten doen. Zorg zo nodig voor aanvullende opleiding of instructie.

3.10 Theater, bar, café enz. (werken in)

(overslaan indien niet van toepassing)

Geluid

Begrens het geluid van de muziek.

Teveel lawaai geeft aantoonbare gehoorschade, het is daarom raadzaam de geluidsinstallatie te begrenzen.

Lichamelijke belasting

Vervoer zware middelen (decorstukken, theaterlampen, lampen, kratten, biervaten en dergelijke) zo veel mogelijk met een (steek)wagen.

Zorg dat de opslagruimte voor decorstukken en andere materialen en apparatuur goed toegankelijk is.

Zorg dat de opslagruimte voor biervaten en andere drank goed toegankelijk is.

Plaats de keukenapparatuur (bijvoorbeeld een vaatwasmachine) hoger door middel van een plateau.

Creëer een voldoende breed looppad achter de bar.

Plaats veel gebruikte producten zo veel mogelijk op reikhoogte.

Veiligheid in de keuken of bar

Beschikt u over een biertap? In de ruimte waar de flessen koolzuurgas staan, mag eventueel weggelekt gas zich niet ophopen. Zorg daarom voor goede ventilatie in deze ruimte.

in orde
moet nog

De 15 meest gestelde vragen over arbeidsomstandigheden (vervolg)

afgezet, met borden, hekken en pylonen. En wat ze helemaal mooi vond: dat ik daar met zo'n stoer veiligheidsvest rondliep!"

10 Er zijn verschillende checklists voor het uitvoeren van een RI&E. Van welke checklist kan onze organisatie het beste gebruik maken?

Zoals gezegd: u hoeft het arbowiel gelukkig niet zelf uit te vinden voor uw organisatie. Er zijn hulpmiddelen in de vorm van checklists ontwikkeld (lijsten met aandachtspunten op het gebied van de arbeidsomstandigheden). Deze checklists zijn erg handig bij het maken van een RI&E: door het invullen van de checklist kunt u snel zien waar uw organisatie risico's loopt met betrekking tot arbeidsomstandigheden en wat u mogelijk kunt of moet verbeteren.

Er zijn verschillende checklists voor verschillende branches. U kunt het beste gebruikmaken van de checklist die het beste bij uw organisatie past. Uw arbodienst kan u daarover adviseren.

Arbocheck voor het vrijwilligerswerk Speciaal voor het vrijwilligerswerk heeft TNO Arbeid twee checklists ontwikkeld:

- een algemene checklist voor vrijwilligersorganisaties: de arbocheck voor vrijwilligerswerk en
- een checklist die specifiek gericht is op sportorganisaties: de arbocheck voor sportorganisaties.

N.B. In deze arbo&vrijwilligerskrant is de algemene checklist voor vrijwilligersorganisaties integraal overgenomen.

Deze checklists zijn samengesteld op basis van algemene activiteiten die bij vrijwilligers- en sportorganisaties kunnen voorkomen. Ze gaan uit van een groot aantal arbo-aandachtspunten. Bij

elk van de aandachtspunten in de arbocheck kunt u aankruisen of deze van toepassing zijn, of er al voorzieningen zijn getroffen om de risico's te vermijden, of dat u daar nog iets aan moet doen.

Deze twee checklists zijn in eerste instantie bedoeld voor de vrijwilligersorganisaties die van toetsing door een arbodienst zijn vrijgesteld (zie vraag 9). Deze organisaties kunnen dus zonder problemen gebruik maken van één van de arbochecks.

Als uw organisatie niet onder de vrijstellingsregeling valt (omdat u voor meer dan 40 uur per week betaalde arbeid laat verrichten), kunt u het beste vóór met uw arbodienst bespreken welke checklist u gebruikt voor uw RI&E: een checklist van de arbodienst of tóch de speciaal voor het vrijwilligerswerk ontwikkelde arbocheck.

Plan van aanpak Van welke checklist u ook gebruik gaat maken, uiteindelijk mondt het invullen ervan uit in het maken van een plan van aanpak. Uw plan van aanpak richt zich natuurlijk op de aandachtspunten waaraan u iets zult moeten doen. Na het invullen van een checklist doet u daarom het volgende:

1. U bepaalt wat in uw organisatie de belangrijkste risico's voor de vrijwilligers zijn.
2. Op basis daarvan maakt u een plan van aanpak.
 - Daarin maakt u allereerst een overzicht van de prioriteiten: wat zijn de belangrijkste risico's waaraan u iets moet doen? U kijkt daarbij naar het aantal mensen dat een risico loopt en naar de risico's waarbij echt grote schade aan de gezondheid of de veiligheid te verwachten is.
 - Voor de actiepunten die uit dit overzicht naar voren komen, beschrijft u de voorzorgsmaatregelen die u gaat treffen. Oftewel: wat gaat u doen om het risico weg te nemen of te verminderen?

Nieuwelings gaan niet zomaar de boom in

Gebruikt u geschikte ladders en instrueert u vrijwilligers over de juiste werkwijze?

Jeffrey (30): "Voor een organisatie die zich bezig houdt met natuurbehoud gaan we altijd met een stel vrijwilligers wilgen knotten. Ieder jaar melden zich wel een paar nieuwe enthousiastelingen om mee te helpen. Gelukkig is er voor goed materiaal gezorgd, zodat die onderneming in elk geval veilig verloopt. Daar komt bij dat iedere nieuweling niet zomaar de boom in mag. Eerst een paar keer kijken en vooral ook luisteren naar de meer ervaren vrijwilligers. Pas dan, onder toezicht oog en met instructies, zelf aan de slag."

11 Wat moet ik verder nog weten over de arbodienst?

Arbodiensten maken geen deel uit van de overheid. Een arbodienst is een private en onafhankelijke organisatie. Het biedt de werkgever en werknemers deskundige ondersteuning bij het verbeteren van de arbeidsomstandigheden. Daarbij worden bepaalde kwaliteitsnormen gehanteerd. Er zijn grote landelijke arbodiensten met vestigingen in het hele land en er zijn kleinere, regionaal werkende arbodiensten.

Arbodsomstandigheden De arbodienst heeft veel deskundigheden in huis op het gebied van de arbeidsomstandigheden. Bijvoorbeeld: bedrijfsartsen, veiligheidsdeskundigen, ergonomen en arbeids- en organisatiedeskundigen. De arbodienst ondersteunt u (eventueel) bij het opstellen van een RI&E, toetst de RI&E op volledigheid en betrouwbaarheid en adviseert over de te treffen maatregelen.

7 Arbochecklist

Het grootste risico van koolzuurgas is dat het bij ontsnapping de noodzakelijke zuurstof verdringt waardoor verstikkingsgevaar ontstaat.

Verwissel de koolzuurgasflessen zorgvuldig. Controleer de aansluitingen van de koolzuurgasflessen regelmatig.

Voorkom gladde keukenvloeren, door gemorste stoffen zo snel mogelijk op te ruimen.

Voorkom een gladde vloer, door het aanbrengen van een slipvaste vloer of door een bestaande vloer op te ruwen.

De vaatwasmachine kan tijdens het wasproces niet worden geopend (gevaar voor verbranding door heet water).

Keukenapparatuur is zodanig beveiligd dat er geen gevaar bestaat voor snijden of knellen.

Vrijwilligers zijn geïnstrueerd om veilig met de keukenapparatuur te kunnen werken.

Er is gezorgd voor een voorziening om gebroken glas veilig op te kunnen ruimen.

In de keuken zijn voldoende brandblusmiddelen aanwezig.

Denk aan een brandblusdeken bij het gasfornuis of hulpmiddelen om 'de vlam in de pan' te kunnen doven bij frituurapparatuur.

Hygiëne

Onderhoud de afzuigkap in de keuken regelmatig en vervang filters tijdig (minimaal één keer per maand).

Schoonmaakmiddelen

Zorg ervoor dat de vrijwilligers geïnformeerd zijn over de risico's van de schoonmaakmiddelen die ze gebruiken.

Schoonmaakmiddelen zijn vaak gevaarlijke stoffen. Het zijn bijvoorbeeld vaak bijtende stoffen, zoals chloorbleekloog of sterke zuren. Ook het reinigingsmiddel voor de vaatwasmachine is bijtend. U herkent ze aan de oranje pictogrammen op de verpakking. Vervang ze zo mogelijk door minder gevaarlijke stoffen. Zorg voor een goede gebruiksinstructie van de middelen. Geef ook instructie over het veilig opruimen van gemorste schoonmaakmiddelen.

Zorg ervoor dat voldoende beschermingsmiddelen aanwezig zijn voor het werken met schoonmaakmiddelen, zoals geschikte handschoenen en eventueel een beschermende schort.

Sla de schoonmaakmiddelen op in een aparte, afgesloten kast.

3.11 Verkeer

Activiteiten in het verkeer

Zorg dat bij activiteiten op de openbare weg, de weg voldoende wordt afgezet.

Stel hiervoor voldoende materialen ter beschikking (waarschuwingslint, pylonen, waarschuwingshenk, waarschuwingborden enzovoort).

Maak afspraken met de politie over activiteiten op de openbare weg en overleg over de juiste wijze van afzetten.

Stel veiligheidsvesten ter beschikking aan vrijwilligers die activiteiten uitvoeren op de openbare weg.

in orde

moet nog

Geef vrijwilligers instructie over veilig werken aan de weg (bijvoorbeeld de juiste wijze van het maken van wegafzettingen).

Kinderen op de fiets

Maak een instructie waarin vermeld staat hoe er met kinderen in een groep gereden moet worden.

Kinderen zijn speels en minder oplettend; zorg daarom altijd voor voldoende begeleiding. Zie er vooraf op toe dat de fietsen in goede staat zijn en eventuele bagage goed is bevestigd. Denk ook aan de verlichting als er kans bestaat dat er in het donker gereden moet worden.

Personenvervoer

Check tenminste eens per jaar of iedere bestuurder over een geldig rijbewijs beschikt.

Let bij gebruik van eigen vervoermiddelen van vrijwilligers op Apk-keuring en bewijs van verzekering (groene kaart).

Stimuleer dat vrijwilligers een codicil met medische persoonsgegevens bij zich dragen in de auto.

Laat nooit het maximum van negen personen per personenbus of personenauto overschrijden.

Zorg ervoor dat bestuurders van voertuigen voor aangepast personenvervoer bekend zijn met de risico's en de veiligheidsvoorzieningen.

3.12 Water (werken op of in)

(overslaan indien niet van toepassing)

Klimaat

Zorg ervoor dat vrijwilligers het water opgaan met voldoende beschermende kleding voor wisselende weersomstandigheden (zon, regen, kou).

Persoonlijke bescherming

Verstrek voldoende goedzittende zwemvesten, zorg dat er reddingsmiddelen (boei, touw, haak enzovoort) bij de hand zijn.

Hygiëne

Ter voorkoming van de ziekte van Weil (overgebracht door ratten), alleen zwemmen in schoon water.

Calamiteiten

Overweeg of het noodplan dat u voor de organisatie heeft opgesteld, wel voorziet in de omstandigheden tijdens activiteiten op het water. Maak zo nodig een aangepast plan voor deze activiteiten.

Wanneer u op het water bent, kunnen externe hulpverlenende instanties niet altijd snel ter plekke zijn. Dit betekent dat u zelf beter op dergelijke situaties voorbereid moet zijn.

in orde

moet nog

Zelf word ik er niet vrolijker van

Worden vrijwilligers getraind in het omgaan met emotionele gebeurtenissen?

Thea (61): "Mijn moeder is vorig jaar overleden, na een lang verblijf in een verpleeghuis. Sinds kort doe ik nu een paar middagen in de week vrijwilligerswerk in datzelfde verpleeghuis. Het gaat vooral om gezelschap: een spelletje, een korte wandeling of wat praten. Ik merk dat het me niet in de koude kleren gaat zitten, dit werk. Enkele bewoners die ik kende, zijn inmiddels gestorven. En verder is het voor de bewoners zo uitzichtloos allemaal. Vaak zijn ze vreselijk eenzaam. Nee, ik merk dat ik er soms thuis nog onder de indruk van ben. Begrijp me niet verkeerd: ik hoop echt dat ik die mensen wat kan helpen. Maar zelf word ik er dus soms niet vrolijker van."

12 Welke rol speelt de arbeidsinspectie bij de handhaving van de Arbowet?

De arbeidsinspectie maakt deel uit van het ministerie van Sociale Zaken en Werkgelegenheid. De arbeidsinspectie heeft een centraal kantoor in Den Haag en zes regionale kantoren die gevestigd zijn in Groningen, Amsterdam, Utrecht, Rotterdam, Arnhem en Roermond.

Controle De naam zegt het eigenlijk al: de arbeidsinspectie controleert of werkgevers en werknemers zich houden aan de Arbowet. Dit doet zij door het inspecteren van bedrijven of organisaties. Tijdens een dergelijke inspectie moet u als werkgever aan de inspecteur kunnen laten zien dat u over een schriftelijke RI&E beschikt. Is dat niet zo, dan krijgt u direct een boete. Ook als de inspecteur tijdens de inspectie andere overtredingen op het gebied

van de arbeidsomstandigheden vaststelt, krijgt u een boete. U bent als werkgever verplicht om ernstige ongevallen (waarbij ziekenhuisopname nodig is) te melden bij de arbeidsinspectie.

Een joviaal bedoelde klap op mijn billen

Kunnen vrijwilligers met klachten over seksuele intimidatie terecht bij een vertrouwenspersoon?

Frederieke (33): "Ik kom geregeld bij een ouder echtpaar thuis. Vooral voor háár eigenlijk: ze wil graag praten over haar handicap en de moeite die ze heeft om haar nieuwe leven te accepteren. Soms is ook haar man daarbij. Ik heb daar een paar plezierige ervaringen mee gehad: hij is heel aanrakerig en toen ik eens een kopje koffie ging zetten in de keuken, gaf hij me een zogenaamd joviaal bedoelde klap op mijn billen. Schrok me dood, maar ik heb hem vriendelijk gevraagd dit in het vervolg te laten. Toen hij vorige week in dat heus niet zo heel krappe keukentje een paar keer dicht tegen me aan schuurde in het voorbijlopen, had ik het behoorlijk gehad. Ik wil daar niet meer naar toe."

13 Hoe kom ik in het bezit van een checklist voor de RI&E?

Als uw organisatie niet in aanmerking komt voor vrijstelling van toetsing van de RI&E door een arbodienst, kunt u het beste contact opnemen met uw arbodienst. In overleg met de arbodienst kan dan bepaald worden welke checklist voor de RI&E in uw organisatie het meest geschikt is.

Als uw organisatie wél in aanmerking komt voor vrijstelling van toetsing of als uw arbodienst akkoord gaat met het gebruik van één van de twee checklists die speciaal voor het vrijwilligerswerk zijn ontwikkeld, dan kunt u deze downloaden via internet op: www.vrijwilligersplein.nl/publicaties (zoek op trefwoord arbo)

14 Waar kan ik terecht met specifieke vragen en onduidelijkheden over arbeidsomstandigheden?

Vrijwilligersorganisaties kunnen terecht bij een arbodienst met hun vragen over arbeidsomstandigheden.

Een lijst met adressen van arbodiensten is te vinden op webadres www.arbo.nl/systems/organisations/#arbodiensten.

Voor het aanvragen van een lijst met gecertificeerde arbodiensten kunt u ook terecht bij de Infotelefoon van het ministerie van Sociale Zaken en Werkgelegenheid: 0800 - 9051 (gratis).

Ik lig 's nachts in bed met nasuizende oren

Is het geluid van de muziek begrensd?

Bart (21): "Ik sta achter de bar in de jeugdsoos. Erg leuk werk om te doen en hard werken, want het is er meestal behoorlijk druk. Vooral op de dance-avonden - en daar gaat het er bovendien behoorlijk hard aan toe. Qua muziek dan hè. Omdat de bar min of meer midden in de zaal staat, krijg ik een hoop geluid te verstouwen, zeg maar. Ik ben wel wat gewend hoor, maar lig toch vaak 's nachts in bed met van die nasuizende oren. Ik vraag me wel eens af of dat op termijn nou eigenlijk schadelijk zou kunnen zijn?"

15 We willen een start maken met een goed arbeidsomstandighedenbeleid. Hoe beginnen we nu?

Deze vraag is in de wij-vorm geformuleerd. Dat is alvast een prima start; goede arbeidsomstandigheden komen alleen tot stand wanneer werkgevers en werknemers samenwerken.

Stap 1: informatie verzamelen

U als bestuurder van een vrijwilligersorganisatie bent uiteinde-

Maatwerk op de molen

Vrijwilligerswerk beslaat een breed veld van activiteiten. De arbeidsomstandigheden verschillen er onderling sterk. Molenaars kunnen erover meepraten. Er wordt gewerkt met oude technieken, die niet in een handomdraai aan de arbowetgeving aangepast kunnen worden. Dankzij veel overleg en een pro-actief beleid kwamen de vrijwillige molenaars toch tot bevredigende oplossingen.

Ooit stonden er meer dan 10.000 windmolens in heel Nederland, maar tegenwoordig blijft het aantal rond de duizend steken. Een klein leger enthousiaste vrijwillige molenaars zet zich in om dit tot de verbeelding sprekende staaltje van middeleeuwse techniek - de vroegste windmolen in Nederland dateren uit de 13e eeuw - voor het nageslacht te behouden. Wat arbeidsomstandigheden betreft, zijn deze vrijwilligers duidelijk beter af dan hun voorgangers uit vroeger eeuwen! Arbowetgeving was in de tijden van Geuzen, stadhouders en patriotten een onbekend begrip.

Middeleeuwse werktuigen

Arbowetgeving kan niet onverkort van toepassing zijn op molens, omdat deze werktuigen ontworpen zijn ver voordat deze wetgeving tot stand kwam, stelt het Gilde van Vrijwillige Molenaars (GVM). Gezondheid, veiligheid en welzijn van eigenaar, molenaar, vrijwilliger en bezoeker zijn van wezenlijk belang, maar het historische karakter van de molen mag geen geweld worden aangedaan. Maatwerk is dus nodig, en wat dat betreft kunnen andere specialistische vormen van vrijwilligerswerk - denk aan demonstraties van oude ambachten, het werken met historische voertuigen, rondleidingen in monumenten - nog veel van de molenaars opsteken.

Inmiddels besteden de vrijwillige molenaars op landelijke niveau professioneel aandacht aan arbo. Dat gaat zowel via de vereniging De Hollandsche Molen als het GVM, door middel van cursussen en deskundige begeleiding. Op lokaal niveau wordt ook flink aan de weg getimmerd. In Groningen zochten vrijwillige molenaars, verenigd in de Stichting de Groninger Molen (SGM), zélf contact met de arbeidsinspectie, om zeker te zijn van acceptabele oplossingen. Vrijwillig molenaar Leen Duym en Douwe van der Zee, bouwkundig medewerker bij SGM, waren beiden zeer nauw betrokken bij het ontwikkelen van arbobeleid voor molens in de provincie Groningen.

Eigen initiatief

Van der Zee: «Als je zelf het initiatief neemt, dan heb je het ook in de hand.» In Groningen werd daar door de arbeidsinspectie zeer positief op gereageerd. SGM verzorgde een korte introductie voor de arbeidsinspectie, zodat deze dienst het specifieke karakter van de werkzaamheden op windmolens beter kon beoordelen. Op basis van die bevindingen werd er, in goed onderling overleg, een aangepaste RI&E voor historische molens opgesteld. Deze werd uiteindelijk weer voorgelegd aan de arbodienst, en natuurlijk aan de vrijwillige molenaars zelf. Een mooi staaltje van pro-actief beleid.

Maar SGM ging verder. Twee leden, waaronder Duym, volgden een opleiding bij een arbodienst, die ze in staat stelde om zelfstandig de RI&E van historische windmolens uit te voeren. Duym: «Na het volgen van de opleiding zijn we alle zeventig molens van de provincie langsgegaan. Als we er zelf dan niet uitkwamen, konden we altijd op de Arbo-unie rekenen voor advies.» Op basis van de door de twee vrijwilligers aangeleverde RI&E's verrichtte de arbodienst een toetsing. Volgens Duym en Van der Zee heeft deze wijze van aanpak twee belangrijke voordelen: de kosten worden in de hand gehouden, en het gevaar dat er regeltjes van bovenaf opgelegd worden, wordt goeddeels bezworen.

Vrijstelling

Officieel kunnen vrijwillige molenaars een beroep doen op vrijstelling van toetsing van de RI&E door een arbodienst, mits ze voldoen aan de regel dat er niet meer dan 40 uur betaalde arbeid per week wordt verricht. Van der Zee erkent dat SGM, met haar nadruk op het wél uitvoeren van toetsing door de arbodienst, nogal streng in de leer is. «Wij zijn in 1999 van start gegaan in de overtuiging dat de vrijstelling niet meer dan een paar jaar zou gelden, en richtten onze inspanning tevens op de periode daarna», zegt hij. Het liep anders: de vrijstellingsregeling werd verlengd. Toch vindt Van der Zee dat een



Foto: Bert Spientz

toetsing door een arbodienst een extra garantie is voor het welzijn, de gezondheid en de veiligheid op de molen.

Duym: «Inmiddels heeft de helft van de door ons bezochte molens een certificaat, aan de andere helft moet nog het een en ander gebeuren.» Bij herkeuring moet blijken of de arbomaatregelen bij de rest van de molens is doorgevoerd.

Stichting de Groninger Molen staat een streng arbobeleid voor. Volgens de stichting heeft de aanpak succes: veel wordt in eigen hand gehouden, wat de acceptatie bij moleneigenaars en vrijwillige molenaars vergroot; daarnaast is de samenwerking met arbodienst en arbeidsinspectie optimaal.

Risico-inventarisatie en -evaluatie

De risico-inventarisatie en -evaluatie (RI&E) is de basiswaarde voor veilig en verantwoord werken binnen vrijwilligersorganisaties. Dit instrument stelt u in staat om op gedegen en volledige wijze een overzicht te krijgen van de risico's op het gebied van veiligheid, gezondheid en welzijn binnen uw organisatie. De RI&E bestaat uit twee delen: de risico-inventarisatie en het plan van aanpak (zie hieronder).

Een risico-inventarisatie kan het best uitgevoerd worden met behulp van een checklist. Er zijn checklists beschikbaar die speciaal voor het vrijwilligerswerk zijn ontwikkeld door TNO Arbeid, één algemene en één specifiek gericht op sportorganisaties. Voor bijzondere werkzaamheden (denk aan werken in de natuur, vrijwillige inzet bij gehandicapten e.d.) zijn vaak aparte checklists verkrijgbaar. Informeer ernaar bij uw koepelorganisatie.

Plan van aanpak

Een succesvol arbobeleid kan niet zonder een planmatige aanpak. Sterker nog: dat is wettelijk verplicht. Het plan van aanpak

is integraal onderdeel van de RI&E. Het gaat om een stappenplan dat uit drie onderdelen bestaat: risico's, prioriteiten en actiepunten. Dat betekent in de praktijk: vaststelling van de belangrijkste onveilige en ongezonde situaties in uw organisatie, bepaling van de prioriteiten en opstellen van een overzicht met (nog) te treffen voorzorgsmaatregelen. Bij het opstellen van een plan van aanpak is het vaststellen van prioriteiten vaak het lastigste punt. Neem hierbij altijd als uitgangspunt het aantal mensen dat een risico loopt en let op de aard van de risico's: is er een kans op echt grote schade aan de gezondheid of veiligheid?

Arbeidstijdenwet en arbeidstijdenbesluit

Het arbobeleid voor vrijwilligersorganisaties omvat eveneens de naleving van de regelgeving omtrent werk- en rusttijden van de vrijwilligers. Dit betekent dat er een werkrooster moet zijn dat zodanig ingericht, bekendgemaakt en geëvalueerd is, dat de risico's voor veiligheid en gezondheid van vrijwilligers zoveel mogelijk worden beperkt. Vanzelfsprekend moet er hierbij rekening gehouden worden met de persoonlijke omstandigheden én de leeftijd van de vrijwilliger.

Standaard gelden de volgende regels: een werkdag duurt maxi-

Arbo in het kort

maal 9 uur en een werkweek maximaal 45 uur; er moeten voldoende pauzes zijn. Voor kinderen en jeugdigen gelden aangepaste werk- en rusttijden.

Bedrijfs hulperverlening

Bij vrijwilligersorganisaties moet in geval van nood doeltreffend hulp geboden kunnen worden. De aangewezen persoon in deze situaties is de bedrijfs hulperverlener. Volgens de arbowetgeving dient er in een clubgebouw of accommodatie per vijftig vrijwilligers of bezoekers minimaal één bedrijfs hulperverlener aanwezig te zijn. De bedrijfs hulperverlener wordt door het bestuur aangewezen en richt zich onder andere op het verlenen van eerste hulp bij ongevallen, het beperken en bestrijden van brand, het in noodsituaties alarmeren en evacueren van alle aanwezigen, en het alarmeren van en samenwerken met professionele hulperverleners. Het bedrijfs hulperverlenerprofiel verschilt per type activiteit. Informatie is op te vragen bij het ministerie van Sociale Zaken en Werkgelegenheid.

Arbeidstijden, zekere tijden

De arbeidstijdenwet is van toepassing op iedereen die onder gezag arbeid verricht. Niet alleen werknemers met een arbeidscontract, maar ook stagiaires, uitzendkrachten en vrijwilligers vallen eronder.

De organisatie en de medewerkers zijn in eerste instantie zelf verantwoordelijk voor de arbeidsomstandigheden binnen de instelling. De organisatie is verplicht daarvoor een beleid te voeren. Verplichte instrumenten daarvoor zijn de risico-inventarisatie en -evaluatie en het plan van aanpak. Daarin moet de organisatie op grond van de Arbeidstijdenwet nadrukkelijk aandacht besteden aan de arbeidstijden en de risico's die deze mogelijk inhouwen en de manier waarop die risico's beperkt worden.

Voor vrijwilligersorganisaties zijn een aantal punten van belang: de leeftijd van de vrijwilliger (zie schema), de maximale aaneengesloten duur van de werkzaamheden, de pauzes, andere taken van de vrijwilliger en de registratie van de werktijden.

Maximale duur

Standaard geldt qua werktijden een werkdag van maximaal 9 uur en een werkweek van 45 uur. Over een periode van 13 weken mag maximaal 520 uur worden gewerkt. De reistijden naar het werk worden niet meegerekend. In elke 24 uur moet er een periode van minimaal 11 uur rust zitten. Dit mag één keer in de zeven dagen bekort worden tot 8 uur. Per week geldt een onafgebroken rust van 36 uur. Wanneer

iemand 9 dagen achter elkaar werkt, is de aaneengesloten rustperiode 60 uur. Onder rusttijd verstaat de wet de tijd waarin geen arbeid, oftewel werkzaamheden onder gezag, wordt verricht. Ook vrijwilligerswerk valt hieronder.

Andere taken

Veel vrijwilligers verrichten hun werkzaamheden naast andere taken en (betaalde) werkzaamheden. Omdat de Arbeidstijdenwet ook bedoeld is om risico's voor de veiligheid, gezondheid en welzijn voor medewerkers en anderen te beperken, dienen organisaties rekening te houden met de aard van alle werkzaamheden van de vrijwilligers. De risico's kunnen namelijk enorm verschillen. Zo zijn de risico's groter wanneer bijvoorbeeld een persoon na

een drukke achturige werkdag een vrijwillige busdienst draait, dan wanneer hij pupillen traint. Ook wanneer vrijwilligerswerk qua aard overeenkomt met de hoofdwerkzaamheden van de vrijwilliger moeten organisaties extra alert zijn. Een mooi voorbeeld hiervan is wanneer machinisten van de NS in hun vrije tijd een stoomtrein besturen. Voor de arbeidsinspectie zijn deze werkzaamheden hetzelfde en maakt het niet uit dat het éne betaald is en het andere als hobby gedaan wordt.

Registratie

Wettelijk gezien moeten werkgevers de arbeidstijden van hun medewerkers registreren. In het vrijwilligerswerk kan daarvoor eventueel een dienstrooster gebruikt worden. Het is daarom verstandig dit te bewaren. Als er geen roosters worden bijgehouden, is het aan te raden om in de arbocheck op te nemen hoe de registratie van werktijden bijgehouden zal worden.

Jongeren: recht op rust

Jongeren zijn enthousiaste vrijwilligers. In al hun geestdrift en dadendrang willen ook zij zich inzetten voor de maatschappij. Op zich is dit niet verkeerd. Maar het vereist wel extra aandacht van de vrijwilligersorganisaties.

Vrijwilligersorganisaties moeten alert zijn op de consequenties die deelname van jongeren aan vrijwilligerswerk heeft, met name wat de arbeidstijden betreft van kinderen. Jongeren onder de 18 jaar mogen geen gevaarlijk werk doen. Kinderen onder de 12 jaar mogen in principe helemaal niet werken. Hiervoor zijn naast de organisatie ook de ouders verantwoordelijk.

13- en 14-jarigen

Kinderen vanaf 13 jaar mogen buiten schooltijd lichte, niet-industriële hulparbeid verrichten. Hieraan zijn wel een aantal voorwaarden verbonden met betrekking tot de duur van de arbeid en verplichte rusttijden. In schoolweken mogen 13- en 14-jarigen buiten schooltijd tussen 8.00 uur en 19.00 uur incidenteel, maximaal 2 uur per schooldag klusjes in en rond het huis doen. Dus nooit na 19.00 uur 's avonds of voor 8.00 uur 's ochtends ('s avonds oppassen is niet toegestaan). Voorbeelden van werkzaamheden zijn: overdag oppassen, auto's wassen, helpen bij het rondbrengen van folders en huis-aan-huisbladen, helpen op een kinderboerderij. Op zaterdag en andere vrije dagen

mogen ze maximaal 6 uur werken. Ook andere soorten van niet-industriële hulparbeid van lichte aard zijn dan toegestaan. In totaal mogen deze kinderen niet langer dan 12 uur per week werken. In vakantietijd mag er tussen 7.00 uur en 19.00 uur maximaal 7 uur per dag en 35 uur per week gewerkt worden. Op zondag mogen ze niet werken. Per jaar mag er gedurende maximaal 4 vakantieweken gewerkt worden, waarvan 3 weken achtereen. Voor kunstkinderen gelden bijzondere bepalingen. Kunstkinderen zijn kinderen die meewerken aan een uitvoering of optreden bijvoorbeeld op tv, in een musical, modeshow, fotorapportage of in het theater. Repetitieve voor de uitvoering tellen ook mee als arbeidstijd.

15-jarigen

Vanaf 15 jaar mogen kinderen niet-industriële arbeid van lichte aard verrichten. In schoolweken mogen 15-jarigen tussen 7.00 uur en 19.00 uur buiten schooltijd maximaal 2 uur per dag werken. Op zaterdag of zondag mag dat 8 uur zijn, mits het totaal aantal uren per week niet boven de 12 komt. Wanneer deze jongeren op

zondag werken, mag dat alleen als de zaterdag ervoor niet is gewerkt. Er mag niet meer dan 9 zondagen per 13 weken gewerkt worden.

In vakantietijd is het maximum per dag op 8 uur en per week op 40 uur vastgesteld. Per jaar mogen er maximaal 6 vakantieweken worden gewerkt, waarvan 4 achtereen.

16- en 17-jarigen

Jongeren van 16-17 jaar mogen 9 uur per dag

werken tussen 6.00 uur en 22.00 uur of tussen 7.00 uur en 23.00 uur. De schooltijd telt echter mee als werkuren. Dus wanneer een jongere 6 uur op school zit, mag hij of zij nog 3 uur ander werk doen. Per week mogen deze jongeren 45 uur werken met een maximum van 160 uur in 4 weken. Wederom: inclusief schooltijd. Per dag moeten ze minimaal 12 uur kunnen rusten of ontspannen. Voor het werken op zondag gelden dezelfde regels als voor de groep 15-jarigen.



Foto: Bert Spiertz

Kinder- en jeugdarbeid: alles op een rijtje

Kinderen en jongeren mogen niet zonder meer werken.

In onderstaand schema zijn de belangrijkste regels uit de Arbeidstijdenwet en het Arbeidsomstandighedenbesluit samengevat.

Leeftijd		Maximale werktijden	Minimale dagelijkse rust	Maximum aantal werkdagen per week	Maximum aantal gewerkte vakantieweken per jaar	zondagsarbeid
13-14 jaar	schooldag	2 uur/dag en 12 uur/week	14 uur tussen 19.00 en 8.00 uur	5		nee
	niet-schooldag	6 uur	14 uur tussen 19.00 en 7.00 uur	5		nee
	vakantie	7 uur/dag en 35 uur/week	14 uur tussen 19.00 en 7.00 uur	5	4 weken waarvan max. 3 aansluitend	nee
15 jaar	schooldag	2 uur/dag en 12 uur/week	12 uur tussen 19.00 en 7.00 uur	5		4 vrije zondagen in 13 weken en zaterdag voorafgaand vrij
	niet-schooldag	8 uur	12 uur tussen 19.00 en 7.00 uur	5		4 vrije zondagen in 13 weken en zaterdag voorafgaand vrij
	vakantie	8 uur/dag en 40 uur/week	12 uur tussen 19.00 en 7.00 uur	5	6 weken waarvan max. 4 aansluitend	4 vrije zondagen in 13 weken en zaterdag voorafgaand vrij
16-17 jaar		9 uur per dienst en 45 uur/week (maximaal 160 uur in 4 weken)	12 uur tussen 22.00 en 6.00 uur of tussen 23.00 en 7.00 uur.	Per week éénmaal 36 uur aaneengesloten rust	n.v.t.	4 vrije zondagen in 13 weken en zaterdag voorafgaand vrij

De laatste boom moet je niet zagen

Werken in de vrije natuur is gezond voor geest en lichaam. Maar hoe veilig is het? Ook wilgenknoten en poelen opschonen vragen om goede arbeidsomstandigheden.

Wat is er Hollands er dan een rij knotwilgen in de polder? De knoestige stammen met hun vele uitlopers zijn bijna net zo typerend voor het Hollandse landschap als de rietkragen, het zwartbontvee en de windmolens. Toch staan maar weinig mensen erbij stil dat zonder onderhoud de wilg al snel zijn karakteristieke vorm verliest. Dankzij de wilgenknotters - vrijwilligers in de meeste gevallen - kan er ieder jaar volop genoten worden van deze unieke boom. De vrijwilligers zélf genieten op hun beurt van het werken in de vrije natuur. Maar doen ze dat werk ook op een verantwoorde manier?

Wilgenknoten

«Veilig werken komt bij ons op de eerste plaats», zegt Bert Verveer, arbocoördinator van de knotgroep Krimpenerwaard. En dat mag ook wel, want bij het wilgenknoten zit een ongeluk al gauw in een klein hoekje. De takken die verwijderd moeten worden kunnen soms ongeluk-

kig neerkomen, de dunne takuiteinden kunnen een oog raken en er wordt soms ook met een motorzaag gewerkt. Daarom wordt er op toegezien dat in de wilgenknotgroep - gemiddeld zo'n vijftien man sterk - iedereen werkt met persoonlijke beschermingsmiddelen zoals een helm, gezichts- en oorbeschermers en handschoenen.

Verveer: «Persoonlijke bescherming is het eerste aandachtspunt van een goed arbobeleid. Daarnaast moet je ervoor zorgen dat het gereedschap aan de wettelijke eisen voldoet en goed onderhouden wordt, en dat de werkzaamheden goed georganiseerd worden.» Dat laatste houdt in dat de deelnemers aan een wilgenknotdag niet kriskras door elkaar lopen. Ook moet er rekening worden gehouden met de individuele capaciteiten van de deelnemers. «Je laat oudere deelnemers geen zware klussen doen», aldus Verveer. Mocht er onverhoopt toch iets misgaan, dan is er altijd tenminste één bedrijfs-hulpverlener aanwezig. Twee leden van de knotgroep hebben een cursus veilig werken gevolgd.

Steun door koepel

Verveer is al zo'n tien jaar actief als vrijwillige wilgenknotter in het gebied tussen Hollandse



Foto: Landschapsbeheer Nederland

IJssel, Vlist en Lek. Sinds twee jaar heeft de knotgroep Krimpenerwaard een volledig arboplan, waaraan veel steun is verleend door Landschapsbeheer Zuid-Holland. Via deze stichting kon de wilgenknotgroep aan informatie over arbo komen, was er feedback bij het uitvoeren van de risico-inventarisatie en -evaluatie en financiële ondersteuning bij de aanschaf van persoonlijke beschermingsmiddelen.

Landschapsbeheer Zuid-Holland is één van de twaalf provinciale zelfstandige organisaties van het samenwerkingsverband Landschapsbeheer Nederland. Dit samenwerkingsverband wordt ondersteund vanuit een landelijk bureau. Dit bureau speelt een belangrijke rol in de ondersteuning bij het ontwikkelen en implementeren van een goed arbobeleid bij de aangesloten vrijwilligersorganisaties. Helga Wientjes, project-leider vrijwilligerswerk bij Landschapsbeheer Nederland: «Het gaat om zo'n 20.000 vrijwilligers, actief op allerlei gebied, van weidevogelbeheer tot het snoeien van hoogstamfruitbomen.» Wientjes benadrukt nog eens hoe belangrijk een goed arbobeleid is. Ze geeft een

voorbeeld uit de praktijk: «Aan het eind van de dag ben je vaak moe en wordt de kans op een ongeluk groter. Eigenlijk zou je aan de laatste boom niet moeten zagen.»

EHBO-cursus

Veilig werken was altijd al belangrijk bij Landschapsbeheer in de provincie. Sinds 2000 wordt daar vanuit het landelijk bureau gestructureerd vorm aan gegeven. Wientjes: «We geven een handboek uit zodat de vrijwilligersgroepen een eigen RI&E kunnen opzetten. Ook hebben we zakgidsjes voor de vrijwilligers en momenteel zijn we bezig om samen met het Oranje Kruis een speciale EHBO-cursus op te zetten. De provinciale organisaties ondersteunen de groepen daarnaast ook door middel van persoonlijke contacten.» En wat te doen als de vrijwilligers niet zo positief reageren en liever zo min mogelijk regeltjes willen in hun vrije tijd? Volgens Wientjes komt ook dat soort reacties voor, maar «meestal is door een goed contact tussen provinciale medewerkers en lokale groepen heel goed uit te leggen hoe belangrijk en nuttig een goed arbobeleid is.»



Foto: Landschapsbeheer Nederland

Wist u dat?

Eén op de twee mensen die dagelijks werken met beeldschermen hebben klachten over vermoeidheid en nervositeit. Dit soort werk leidt vaak tot vermoeidheid van de ogen, hoofdpijn, huidirritaties en spierklachten. De bekendste klacht is wel RSI (muisarm). Deze klachten kunnen ook bij vrijwilligers voorkomen, omdat het computergebruik bij vrijwilligersorganisaties steeds vanzelfsprekender geworden is.

Tip: Zorg voor ontspiegelde beeldschermen, hellende toetsenborden, een ruim werkblad, een stabiele en in hoogte verstelbare werkstoel en een goed verlichte werkomgeving.

Een rugaandoening is makkelijker opgelopen dan kwijtgeraakt. Rugaandoeningen kunnen ontstaan bij langdurig in één bepaalde houding zitten of staan of door verkeerd of te lang tillen. Vaak gaat het om een combinatie van houding en beweging. Sta eens stil bij het feit dat zelfs bij het tillen van lichte voorwerpen

meestal ook het gewicht van het bovenlichaam verplaatst moet worden! Fysieke overbelasting is mogelijk bij veel activiteiten, bijvoorbeeld kantinewerkzaamheden, personenvervoer en zelfs standwerk op een braderie of festival.

Tip: Til nooit meer dan 25 kilo. Buk en til niet onnodig. Maak waar mogelijk gebruik van steekwagentjes en liftjes. Wissel langdurig staand werk af met zittend werk, of maak een ommetje. En vooral: neem de signalen van uw lichaam serieus.

Soms kan het wel 15 jaar duren voordat de gevolgen van het werken met gevaarlijke stoffen zichtbaar worden in gezondheidsproblemen. Asbest is zo'n gevaarlijke stof, evenals oplosmiddelen in lijm en verf. Gevaarlijke stoffen worden eerder geassocieerd met het bedrijfsleven dan met vrijwilligerswerk, maar denk eens aan vrijwilligers die veel werken met reinigingsmiddelen of verf. Bovendien lopen sommige groepen, zoals mensen met astma, extra risico's.



Foto: Bert Splietz

Tip: Kennis van zaken is uw beste wapen in de strijd tegen de risico's van gevaarlijke stoffen. Heeft u een vermoeden van het gebruik van deze stoffen binnen uw organisatie, maak dan een inventarisatie en zorg ervoor dat de vrijwilligers goed voorgelicht zijn over de risico's en adequate bescherming krijgen.

Nuttige organisaties & links

Op zoek naar extra informatie? Hier kunt u onder meer terecht.

Arbo Platform Nederland

www.rie.nl en www.arbo.nl

Arbodiensten

Een lijst van gecertificeerde arbodiensten (intern/extern) vindt u via de volgende link: www.arbo.nl/systems/organisations/#arbodiensten

FNV bondgenoten

FNV bondgenoten heeft een speciale site met veel informatie over arbozaken: www.arbobondgenoten.nl

Ook geeft deze organisatie de complete tekst van de Arbowet: home.fnv.nl/02werkgeld/arbo/wetgeving/arbowedweter/index.htm

Kennisnetwerk arbeids-relevante aandoeningen

www.medwerk.nl

Ministerie van Sociale Zaken en Werkgelegenheid

www.minszw.nl

Nederlands Instituut voor Bedrijfshulpverlening (NIBHV)

www.nibhv.nl

Overheid

De complete tekst van de arbowedgeving is onder andere te vinden op: wetten.sdu.nl en www.overheid.nl

TNO Arbeid

www.arbeid.tno.nl

Universiteit van Tilburg

De Universiteit van Tilburg geeft handige tips over beeldschermwerk: www.uvt.nl/personeel/arbo/beeld.html

Vrijwilligers Informatie Telefoon

0900-8998600 (€ 0,20 per minuut)

Vrijwilligersplein

De site van vrijwillig Nederland www.vrijwilligersplein.nl



Surfers doen het op het platform

Dreigend informatiekort? Verslaafd aan surfen? Op de site van het Arbo Platform Nederland is véél, héél veel te vinden.

Arbo en humor? Het lijkt een onmogelijke combinatie, maar op www.arbo.nl - de site van het Arbo Platform Nederland - kan het. Onder de link 'arbooriginals' is op deze site een grap over gouden handdrukken te vinden: 'Een graaiarm, dé beroepsziekte onder topmanagers!' Kantoorhumor natuurlijk, maar ook welkome afwisseling op de vaak loodzware materie van regels rondom arbeidsomstandigheden.

Arbobeleid mag dan taaie stof zijn, de site van het Arbo Platform Nederland brengt orde in de chaos. Op overzichtelijke wijze en zo volledig mogelijk. Zo is er een arbozoekmachine, die op elk denkbaar onderwerp nuttige verwijzingen geeft naar relevante websites, een nieuwsru-

briek, 'good practices', aandacht voor onderzoek, wetgeving en publicaties en is er de mogelijkheid om uw mening te geven op een discussieforum. Wie hier nog niet genoeg aan heeft, kan via de site 'doorlinken' naar het wereldwijde netwerk en bijvoorbeeld informatie opvragen over arbobeleid in een van onze buurlanden. Vollediger kan het dus haast niet. Wie maakt de site? Het Arbo Platform Nederland is een door het ministerie van Sociale Zaken en Werkgelegenheid ingestelde netwerkorganisatie die zich richt op afstemming, overleg en informatievoorziening op het terrein van arbeidsomstandigheden. De organisatie stimuleert en activeert werkgevers, werknemers en arboprofessionals om beschikbare kennis uit te wisselen en toe te passen, zo leren we op de website. Maar daar blijft het niet bij. Ook vrijwilligersorganisaties kunnen hun voordeel doen met een bezoek aan de site. Ze vinden er altijd iets van belang.

Informatietelefoon

Het informatiecentrum van CIVIQ krijgt regelmatig vragen over de Arbowed en de consequenties ervan voor vrijwilligersorganisaties. Hieronder volgt een selectie van de meest gestelde vragen en antwoorden.

Geldt de Arbowed ook voor vrijwilligersorganisaties?

Zodra er sprake is van werken in een gezagsverhouding is de Arbowed van toepassing. Bij vrijwilligerswerk is er doorgaans sprake van gezagsverhoudingen. Ook vrijwilligers krijgen veelal immers aanwijzingen en instructies.

Moet ik als vrijwilligersorganisatie ook een risico-inventarisatie en -evaluatie (RI&E) uitvoeren?

Ja, dit is voor alle organisaties verplicht. De Arbowed maakt geen onderscheid naar grootte of type organisatie. De RI&E bestaat uit twee delen: de risico-inventarisatie en het plan van aanpak. Bij controle door de arbeidsinspectie moet u altijd een RI&E kunnen laten zien.

Moet ik een arbodienst inschakelen? Bijvoorbeeld om de RI&E te maken en deze vervolgens te laten toetsen?

De RI&E kunt u door een arbodienst laten uitvoeren. Maar dit hoeft niet. U kunt het ook zelf doen. Er zijn verschillende hulpmiddelen in de vorm van checklists ontwikkeld. Zo heeft TNO Arbeid speciaal voor het vrijwilligerswerk een 'Arbocheck voor vrijwilligerswerk' ontwikkeld. Vrijwilligersorganisaties die voor ten hoogste 40 uur per week betaalde arbeid laten verrichten hoeven de RI&E voorlopig nog niet door de arbodienst te laten toetsen. Deze vrijstelling geldt tot 1 januari 2005. De 40 uur is daarbij een absolute grens. Gaat u er één keer per jaar overheen, dan geldt de vrijstelling niet voor uw organisatie.

Waar kan ik de 'Arbocheck voor vrijwilligersorganisaties' vinden?

Deze arbocheck kunt u vanaf verschillende sites downloaden, bijvoorbeeld vanaf www.arbo.nl (thema vrijwilligers) en www.vrijwilligersplein.nl (publicaties, categorie algemeen). Andere voorbeelden van checklists vindt u op www.rie.nl.

Moet ik er als vrijwilligersorganisatie altijd voor zorgen dat er voldoende bedrijfshulpverleners aanwezig zijn? En hoe zit het als we een open dag voor buitenstaanders organiseren?

Ja, elke organisatie heeft wat dit betreft een zorgplicht en deze plicht geldt ook ten aanzien van deelnemers of bezoekers van evenementen. De Arbowed hanteert als norm één bedrijfshulpverlener per 50 werknemers/vrijwilligers/bezoekers. Bij meer dan 1000 bezoekers geldt de 1%-regeling. Bij een evenement met 2000 bezoekers moeten er dan minimaal 20 bedrijfshulpverleners aanwezig zijn.

Wat zijn de taken van een bedrijfshulpverlener?

Bedrijfshulpverleners zijn de voorposten van de professionele hulpverleners. Ze moeten precies weten hoe in noodsituaties te handelen, zodat ze na een ongeval of bij het uitbreken van brand snel en effectief actie kunnen ondernemen. De voornaamste taken zijn daarbij:

- Het verlenen van eerste hulp bij ongevallen
- Het beperken en bestrijden van brand en het voorkomen en beperken van ongevallen
- Het alarmeren en evacueren van alle aanwezigen in het gebouw
- Het waarschuwen van brandweer en andere hulpverleningsorganisaties

Aan welke eisen moeten deze bedrijfshulpverleners voldoen?

Het ministerie van Sociale Zaken en Werkgelegenheid heeft de uitgewerkte opleidingseisen van bedrijfshulpverleners vastgelegd in de brochure Brandbeveiligingsconcept Bedrijfshulpverlening. Deze brochure kunt u downloaden vanaf www.minszw.nl (onder veilig werken/bedrijfshulpverlening).

We huren voor onze activiteiten een ruimte van de gemeente. Wie is er wat arbozaken betreft nu verantwoordelijk, de gemeente of wij als organisatie?

De beheerder van het gebouw is verantwoordelijk voor de aanwezigheid en het functioneren van nooddeuren, brandspuiten, EHBO-trommel etc. De vrijwilligersorganisatie is verantwoordelijk voor de veiligheid van de deelnemers. In de praktijk betekent dit dat organisatie en beheerder dienen te overleggen over de aanwezigheid van benodigde materialen, het ont-rummingsplan etc.

Arbo & vrijwilligerskrant

Deze krant is tot stand gekomen met ondersteuning van de ministeries van Volksgezondheid, Welzijn en Sport, en Sociale Zaken en Werkgelegenheid.

Uitgave & productie

CIVIQ, Postbus 12080, 3501 AB Utrecht, tel. 030 750 90 00, e-mail: info@civiq.nl

Samenstelling & redactie

Henriëtte Bakker, Mark Franken, António Corona Marques, Ronald Hetem, Simon Kuin (eindredactie)

Illustraties & foto's

Fatos Genc-Cambolat, Rob Jastrzebski, Landschapsbeheer Nederland, Remco Polman (strip) en Bert Spiertz

Vormgeving

Hans van Bruksvoort
Vormaten Ontwerpers bv, Cothen

Druk

Dijkman Offset bv, Diemen

Deze krant is met uiterste zorgvuldigheid samengesteld. De uitgever aanvaardt echter geen enkele aansprakelijkheid voor onvolkomenheden in de tekst en/of eventuele schade die hieruit zou kunnen voortvloeien. Noch de uitgever noch enige andere persoon die in zijn naam handelt, is bovendien verantwoordelijk voor de wijze waarop de voorgaande informatie wordt gebruikt.

© CIVIQ, Utrecht, maart 2004

colofon