

WERKEN BIJ HITTE



Bij een hittegolf of hoge hittekracht kan werken gevaarlijk worden. Hitte raakt jouw lichaam, concentratie- en reactievermogen. Dat brengt extra risico's met zich mee, vooral voor chauffeurs en werknemers onderweg of buiten.

WAT ZIJN DE RISICO'S BIJ HITTE?

- Uitdroging, hoofdpijn en misselijkheid
 - Duizeligheid, hittekramp of zelfs flauwvallen
 - Hitte-uitputting en verwardheid
 - Vermindering van je concentratie en tragere reacties
- Dit alles leidt tot een grotere kans op verkeers- en arbeidsongevallen.

WELKE MAATREGELEN VERLAGEN HET RISICO?

- Routes en werktijden aanpassen;
- Extra pauzes inplannen
- Koele pauzeplekken regelen
- Voldoende drinken beschikbaar maken
- Voertuigen of werkplekken koelen
- De werkdruk en fysieke belasting beperken

WAT MOET JOUW WERKGEVER DOEN?

Jouw werkgever is volgens de Arbowet verplicht om voor een veilige en gezonde werkplek, waarbij ze risico's zo veel mogelijk moeten voorkomen en beperken. Dit moeten zij doen in een Risico-Inventarisatie en Evaluatie (RI&E). In een RI&E worden de risico's op het gebied van gezondheid en veiligheid binnen een bedrijf in kaart gebracht, én **de maatregelen om deze risico's te beperken**. Een RI&E is verplicht in Nederland. De **ondernemingsraad (OR)** heeft hier een **hele belangrijke taak in**: zij zijn ervoor verantwoordelijk dat het bedrijf een actuele RI&E heeft.

WAT KUN JE ZELF DOEN?

1. Vraag bij jouw OR naar de RI&E en of er een hitteprotocol is. Is die er niet? Spoor ze dan aan om er zo snel mogelijk werk van te maken!
2. Download de KNMI-app. Deze toont de hittekracht en geeft je een beter beeld van de risico's op dat moment.
3. Meld aan ons wat jouw werkgever (niet) doet via de QR-code:



Zorg goed voor jezelf en neem je verantwoordelijkheid. **Stop direct en meld dit bij je leidinggevende wanneer je:**

- Je onwel voelt
- Niet meer veilig kunt rijden of werken
- Afkoelen of pauze nemen onmogelijk is
- De situatie gevaar oplevert voor jou, jouw collega's of het overige verkeer

WORKING IN THE HEAT



During a heatwave or high heat levels your work can become dangerous. Heat impacts your body, concentration and reactions. That means there are extra risks, especially for drivers and workers who work outside or are travelling.

WHAT ARE THE RISKS IN THE HEAT?

- Dehydration, headaches and nausea
 - Dizziness, heat cramps or even fainting
 - Heat exhaustion and confusion
 - Reduced concentration and slower reactions
- All of these lead to a larger risk of traffic- and work-related incidents.

WHICH MEASURES REDUCE THE RISKS?

- Changing routes and work times
- Planning extra breaks
- Cool rest areas
- Enough water available
- Cooling of vehicles or workplaces
- Reduce the workload and physical strain

WHAT SHOULD YOUR EMPLOYER DO?

Your employer is required by law to ensure you have a safe and healthy work environment, in which the risks need to be reduced as much as possible. They have to do this through an Risk-Inventory and Analysis (RI&E). In an RI&E you investigate the risks regarding safety and health within a company, and you **detail the measures to reduce those risks**. An RI&E is mandatory by Dutch law. The **Works Council (OR)** plays an **important role in this**: they are responsible for ensuring the company has an up to date RI&E.

WHAT CAN YOU DO YOURSELF?

1. Ask your Works Council about the RI&E and if they have a heat protocol. Do they not have one? Tell them to create one as soon as possible!
2. Download the KNMI-app. This shows the heat level and gives you a better overview of the risks involved.
3. Report to us what your employer does (not) do regarding the heat through the QR code below.



Take care of yourself and act responsibly.

Stop at once and report to your manager when:

- You feel unwell
- You cannot drive or work safely
- Cooling down or taking breaks is impossible
- The situation endangers you, your colleagues, or other traffic