

Hitteprotocol		
Opsteller: Preventiemedewerker	Status: vastgesteld	Goedgekeurd MT d.d. 18-10-2022

1. Inleiding

Aanhoudende hitte kan leiden tot serieuze gezondheidsklachten. Vooral ouderen en mensen met een chronische aandoening zoals diabetes of overgewicht, zijn kwetsbaar bij een hittegolf. Ook tijdens het werk kunnen medewerkers gezondheidsklachten krijgen door oververhitting of te weinig vochtinname. Als werkgever is Tiem wettelijk verplicht om passende maatregelen te treffen wanneer de omgevingstemperatuur van de medewerkers kan leiden tot gezondheidsschade. In dit hitteprotocol staat beschreven welke maatregelen Tiem kent wanneer er sprake is van aanhoudende hitte tijdens de werksituatie.

2. Doel

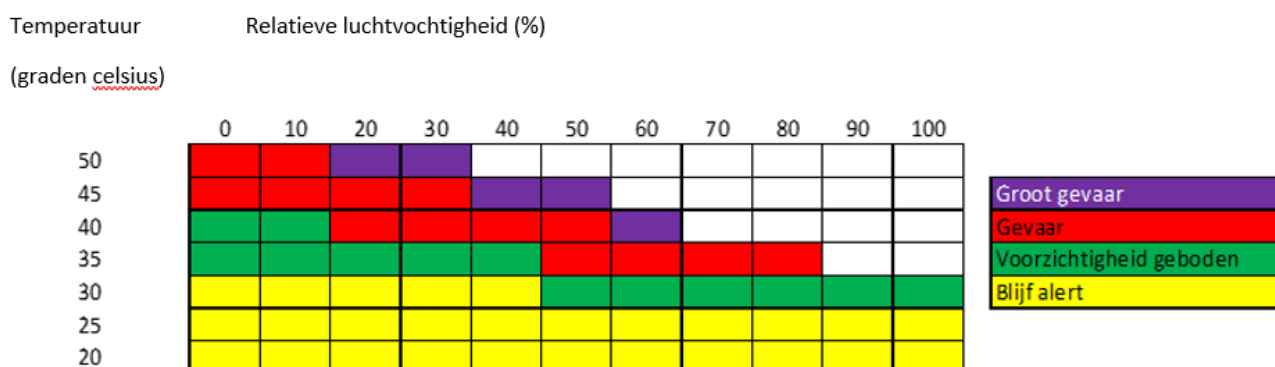
Het voorkomen van gezondheidsschade bij medewerkers tijdens aanhoudende hitte op het werk.

3. Toepassingsgebied

Dit beleid is van toepassing op alle medewerkers van Tiem met inbegrip van stagiaires, uitzend- en oproepkrachten die in dienst of ingeleend zijn op het moment dat er sprake is van aanhoudende hitte.

4. Wet en regelgeving

In de wet- en regelgeving staan geen duidelijke normen beschreven over de temperatuur op een werkplek. Wel geeft de overheid richtlijnen om te voorkomen dat er sprake is van een ongezonde werkomgeving. Zo wordt er bij een temperatuur van 26°C gesproken over extra lichamelijke belasting en behoort men na te denken over het nemen van maatregelen. Bij fysiek belastende werkzaamheden neemt het risico op oververhitting nog eens extra toe. Hoe groot dit risico is staat in onderstaande tabel van het KNMI.



(Let op! In bovenstaande tabel is geen rekening gehouden met kwetsbare groepen zoals ouderen, chronisch zieken of mensen met overgewicht)

Hitteprotocol		
Opsteller: Preventiemedewerker	Status: vastgesteld	Goedgekeurd MT d.d. 18-10-2022

5. Verantwoordelijkheden

Afdeling/Functionaris(sen)	Omschrijving
Bestuurder	– Is eindverantwoordelijk voor een veilige en gezonde werkomgeving.
Manager(s)	– Stelt vast wanneer en in welke mate er maatregelen genomen moeten worden om gezondheidsschade bij medewerkers te voorkomen. – Stelt eventuele middelen beschikbaar
Preventiemedewerker	– Adviseert de leidinggevenden van de organisatie over het nemen van passende maatregelen. – Stelt vast wanneer er sprake is van een ongezond werkklimaat.
Teamleiders	– Stelt vast i.o. leidinggevende in welke mate maatregelen noodzakelijk zijn. – Stemt af met verantwoordelijke manager over te nemen maatregelen.
Leidinggevenden Tiem	– Is verantwoordelijk voor een gezond werkklimaat op de afdeling. – Meldt tijdig bij diens leidinggevende wanneer er sprake is van een gezondheidsrisico of een te hoge omgevingstemperatuur. – Doet een uitvraag bij inleners ten aanzien van klimatologische omstandigheden werknemers en kandidaten Tiem. – Voert vastgestelde maatregelen tijdig uit.
HR en/of bedrijfsarts	– Hebben een adviserende rol bij kwetsbare medewerkers.

6. Werkwijze

Omdat de klimatologische omstandigheden op de werkplek bij Tiem niet overal het zelfde zijn is er sprake van maatwerk, afhankelijk van de werkomstandigheden van dat moment. Het vaststellen of en wanneer er sprake is van extra belastende omstandigheden, is altijd in samenspraak tussen leidinggevenden en teamleiding. In overleg met de manager wordt vervolgens bepaald wanneer welke maatregelen noodzakelijk zijn.

Voor kwetsbare medewerkers kunnen afwijkende maatregelen gelden. Dit gaat in overleg met HR en/of de bedrijfsarts.

De preventiemedewerker heeft een adviserende rol. Wanneer er sprake is van een direct of acuut gevaar voor de gezondheid, kan de preventiemedewerker over gaan tot het stilleggen van de werkzaamheden of tijdelijk sluiten van een afdeling of werkplek. Het stilleggen van werkzaamheden of sluiten van een afdeling gaat altijd in overleg met de bestuurder.

Bij detachering of anderzijds uitlening van medewerkers of kandidaten waarbij Tiem niet direct verantwoordelijk is voor de arbeidsomstandigheden op de werkplek, doet de verantwoordelijke AWO bij

Hitteprotocol		
Opsteller: Preventiemedewerker	Status: vastgesteld	Goedgekeurd MT d.d. 18-10-2022

aanhoudende hitte uitvraag bij de inlener. Geïnformeerd wordt welke maatregelen er zijn genomen ten aanzien van de klimatologische omstandigheden op de werkplek. Waar nodig kan advies worden gevraagd aan de preventiemedewerker van Tiem. Wanneer er sprake is van het nemen van onvoldoende beschermende maatregelen door de inlener, zal de AWO-er de verantwoordelijke manager hierover informeren. De verantwoordelijke manager besluit uiteindelijk of de plaatsing van medewerker nog in stand kan blijven.

7. Maatregelen

Preventieve maatregelen kunnen afhankelijk van de situatie op de werkplek bestaan uit één of meerdere van de volgende voorgestelde maatregelen:

Algemeen/collectief

- Zoveel mogelijk gesloten houden van ramen en buitendeuren;
- Neerlaten van zonwering ook buiten kantoortijden (mits het weer dit toelaat);
- Zet deuren en ramen open zolang de temperatuur buiten lager is dan binnen;
- Informeer leidinggevenden en BHV over signalen van oververhitting (zie bijlage infographic RIVM);
- Laat medewerkers eerder beginnen met werken of bied verschoven werktijden aan;
- Zorg voor taakrotatie bij fysiek werk;
- Stel fysiek zware taken uit of verplaats deze naar het koelste gedeelte van de dag;
- Schakel onnodige warmtebronnen zoals verlichting of machines zo veel als mogelijk uit;
- Zorg voor luchtcirculatie door bijvoorbeeld plaatsen van ventilator of mobiele airco;
- Zorg voor schaduw door plaatsen van parasol of tarp;
- Communiceer infographic RIVM Hitteplan met medewerkers;
- Stel een tropenrooster in.

Individueel

- Aanbieden van extra drinken zoals koud water of bouillon;
- Aanbieden van een ijsje;
- Extra aandacht voor medewerkers die medicatie gebruiken;
- Extra aandacht voor oudere of kwetsbare medewerkers met bijvoorbeeld diabetes;
- Aanbieden van extra pauzes (liefst in een ruimte die koel is);
- Adviseer of sta toe waar mogelijk dat medewerkers luchtige kleding mogen dragen;
- Zorg waar mogelijk voor persoonlijke beschermingsmiddelen zoals: pet, koelvest, hitteshort etc.



Rijksinstituut voor Volksgezondheid
en Milieu
Ministerie van Volksgezondheid,
Welzijn en Sport

Nationaal hitteplan

Voorkom gezondheidsproblemen door warm weer

Weet wat u moet doen als het warm wordt!



Drink voldoende

Drink water, thee of koffie. Ook als u geen dorst heeft, want ouderen hebben minder dorstgevoel. Matig het gebruik van alcohol.

Tip: zorg dat u altijd een flesje water bij de hand hebt, zeker als u naar buiten gaat of met de auto op pad gaat.



Houd uzelf koel

Blijf in de schaduw en beperk lichamelijke inspanning in de middag (tussen 12:00 en 18:00 uur).

Tip: maak gebruik van de koelere ochtend en avond voor uw boodschappen of wandeling. Neem een verkoelend (voeten)bad of een douche.



Houd uw woning koel

Houd de zon en warmte zoveel mogelijk buiten uw woning, bijvoorbeeld met zonwering, ventilator of airconditioning.

Tip: zorg voor extra koele frisse lucht door het openen van ramen en/of deuren op tijdstippen dat het buiten is afgekoeld



Zorg voor elkaar

Let bij warm weer extra op mensen in uw omgeving die misschien uw hulp kunnen gebruiken.

Tip: Ga een keer extra langs of bel ze op en vraag wat u kunt doen.



Medicijnen en hitte

Sommige medicijnen kunnen bij hitte tot gezondheidsproblemen leiden doordat de water- en zouthuishouding in het lichaam verstoord wordt. Dit kan leiden tot uitdroging, te weinig zweten en onwel worden.

Overleg met uw apotheek of huisarts als u vragen heeft over het gebruik van uw medicijnen tijdens hitte.



Actuele weersinformatie

Actuele temperaturen, weersverwachtingen en weerswaarschuwingen in uw regio kunt u vinden op de website van het KNMI via www.knmi.nl



Meer informatie

Kijk voor meer informatie op www.rivm.nl/hitte of neem contact op met de GGD in uw regio. Contactgegevens kunt u vinden via www.ggdghor.nl



Rijksinstituut voor Volksgezondheid
en Milieu
Ministerie van Volksgezondheid,
Welzijn en Sport

Hitte en gezondheid

Herken de klachten, weet wat je moet doen

Oververhitting

Hoe herken je het?

- Vermoeidheid
- Concentratieverlies overdag
- Hoofdpijn
- Duizeligheid
- Spierpijn
- Opgezwollen enkels (oedeem)
- Jeukende blaasjes



Wat doe je:

Drink voldoende water, thee of koffie, ook als je geen dorst hebt. Doe rustig aan. Een voetenbad kan helpen tegen oververhitting en opgezwollen enkels. *Neem contact op met de huisarts als de klachten erger worden.*

Hitte-uitputting

Hoe herken je het?

- Flauwvallen
- Kramp
- Snelle hartslag
- Hevig zweten
- Een bleke huid



Wat doe je:

Stop met wat je aan het doen bent en zoek een koele plek. Drink voldoende water of sportdrank in kleine slokjes. Koel je lichaam: neem een koude douche of met natte doeken. *Als de klachten niet minder worden, waarschuw dan een arts.*

Hitteberoerte

Hoe herken je het?

- | | |
|---|----------------------|
| • Verhoogde lichaams-temperatuur van meer dan 39 graden | • Rode Huid |
| • Hoge hartslag | • Meestal geen zweet |
| • Misselijkheid | • Stuiptrekkingen |
| | • Bewustzijnsverlies |



Een hitteberoerte is levensbedreigend!
Bel 112 en volg de aanwijzingen van de hulpdiensten.

020 612 0202



Vragen over gezondheid en medicijnen?
Neem dan contact op met uw huisarts of apotheek.



Meer informatie
Kijk op www.rivm.nl/hitte of neem contact op met de GGD in uw regio: www.ggdghor.nl