

BIJLAGE 14: HITTE- EN KOUDEREGELING

Artikel 1 – Inleiding

Als het te warm of te koud wordt op het werk, hebben medewerkers recht op een aantal beschermende maatregelen overeenkomstig de bepalingen in de Codex over het welzijn op het werk.

Artikel 2 – Warmteregeling

Overmatige warmte van klimatologische oorsprong wordt gemeten met een vochtige globethermometer. Zo'n thermometer houdt ook rekening met andere gegevens dan enkel de warmte, zoals bijvoorbeeld de vochtigheidsgraad. Omdat er niet steeds metingen kunnen uitgevoerd worden met een globethermometer, wordt volgende regeling toegepast: **warmtemaatregelen gaan in voege wanneer er een temperatuur van 25 graden of meer wordt voorspeld gedurende 5 dagen.**

Te lang werken in een te hoge hitte kan volgende gevolgen hebben:

- hoofdpijn, ongemak en misselijkheid;
- overmatige transpiratie;
- duizeligheid;
- braakneigingen;
- uitdroging;
- concentratieverlies;
- reactieverlies.

De volgende ziektebeelden kunnen het gevolg zijn van bovenmatige blootstelling aan hitte:

- **Brandwonden** door overmatige blootstelling aan direct zonlicht.
- Een **hitteslag** doordat het warmteregulerende systeem in de hersenen uitvalt en een levensbedreigende medische noodsituatie optreedt wanneer de lichaamstemperatuur 41°C overschrijdt. De huid afkoelen door er water op te laten verdampen kan de lichaamstemperatuur snel doen dalen. De symptomen van een hitteslag zijn onder meer duizeligheid, een gevoel van zwakte, braken, verwardheid en gezichtsstoornissen. Ook bewusteloosheid en stuiptrekkingen kunnen optreden. Bij zwaar werk bij warm en vochtig weer moeten arbeiders rekening houden met bepaalde risicofactoren die een hitteslag kunnen veroorzaken.
- **Hitte-uitputting** kan ontstaan bij medewerkers die langdurig zware arbeid verrichten in zeer warme omstandigheden en die onvoldoende zout en water opnemen. De symptomen ervan zijn intense dorst, een gevoel van zwakte, moeheid, hoofdpijn, verwardheid, een verhoogd hartritme en een natte huid.
- **Huidaandoeningen** (jeuk, irritaties, infecties, ...) kunnen optreden als gevolg van werken bij hitte en werken met bepaalde producten (zoals cement).
- **Dehydratatie** komt voor wanneer het vochtverlies door transpiratie onvoldoende wordt aangevuld. Dit fenomeen komt veelvuldig voor doordat medewerkers het onvoldoende herkennen en wel drinken, maar minder vocht opnemen dan ze verliezen.
- Bij aanhoudend warm weer treden er ook vaak verhoogde ozonconcentraties op. Een ozonpiek kan leiden tot **kortademigheid of abnormaal ademen**, oogirritatie, keelirritatie en hoofdpijn. Wees ook aandachtig voor plotse temperatuurschommelingen bij het naar binnen of naar buiten gaan van gekoelde plaatsen.

Volgende maatregelen worden genomen:

- Aan de werknemers die buiten werken wordt aanbevolen een hoofddeksel te dragen;
- De taken worden zo gepland, dat deze op de koelste momenten kunnen worden uitgevoerd, of eventueel kunnen worden uitgesteld.
- Er worden gratis aangepaste niet-alcoholische frisse dranken ter beschikking van de medewerkers gesteld uitgedeeld aan zij die in de buitenlucht tewerkgesteld zijn.
- Op momenten van extreme warmte wordt er flexibeler omgesprongen met verlofopname
- Er wordt aanbevolen om zonnecrème te gebruiken en deze wordt ook ter beschikking gesteld op de technische dienst.
- Binnenruimtes worden zoveel mogelijk verduisterd om stralingswarmte te beperken. Daarnaast dienen de ruimten geventileerd te worden tijdens koelere momenten.

Aangepaste uurroosters kunnen worden geactiveerd bij beslissing van de algemeen directeur voor medewerkers van de dienst infrastructuur beheer.

De algemeen directeur delegeert de beslissing over de aanvang en het einde van de toepassing van deze regeling aan de preventiedienst. Vanuit de preventiedienst wordt de nodige communicatie opgenomen naar de betrokken diensten.

Artikel 3 – Kouderegeling

Er worden maatregelen genomen wanneer er een maximumtemperatuur bereikt wordt die lager is dan 5°C.

Bij werken in koude buitenomgeving moet men vooral zorgen dat de lichaamstemperatuur niet daalt maar dat er ook extra aandacht is voor handen, hoofd en voeten:

- De werkmethode wordt aangepast of duur aan de blootstelling van koude wordt beperkt
- Er worden warme dranken aangeboden.
- Er wordt vermeden te lang stil (niet meer dan 1 uur) te staan.

Aangepaste uurroosters kunnen worden geactiveerd bij beslissing van de algemeen directeur.

De algemeen directeur delegeert de beslissing over de aanvang en het einde van de toepassing van deze regeling aan de preventiedienst.