



■ Glazenwassen



Zo werk je prettiger!



Vooraf

Glazenwassen. Een prachtvak. Je hebt veel vrijheid én bent de hele dag buiten. Niet voor niets dat de duizenden glazenwassers die in Nederland ramen en gevels van huizen en kantoren wassen, trots zijn op hun vak.

Maar glazenwassen is ook een zwaar vak. Draaien, bukken, boenen, sjouwen. En dit alles vaak ook nog eens in een hoog tempo. Daar is op zich niets mis mee, als het maar op een gezonde manier gebeurt.

Gelukkig zijn in het arboconvenant afspraken gemaakt om het werk voor glazenwassers minder zwaar te maken. Welke dat zijn, lees je in dit boekje. Met als extra achterin een paar *prettig-werken-tips*.

Welke methode?

Balanceren op de smalle sporten van een ladder. Ver moeten reiken om overal goed bij te kunnen. De uitgeschoven ladder naar het volgende raam sjuwen. Glazenwassen vanaf een ladder is zwaar. En soms ook gevaarlijk.

Aangeraden wordt:

- om, voor je aan het werk gaat bij een pand, eerst goed uit te zoeken welke manier van glazenwassen het veiligst is én het prettigst werkt. Een voorziening aan het gebouw (gevelinstallatie) is eigenlijk altijd het beste. Maar dat is helaas niet altijd mogelijk. Ga dan na wat daarna de beste (= veiligste en gezondste) methode is: een hoogwerker, telescopisch was-systeem of toch de ladder.





Wassen zonder zeem

Een wasborstel aan een uitschuifbare steel. Water dat door de steel omhoog gepompt wordt. Speciaal water dat streeploos opdroogt. Het telescopisch wassysteem is in opkomst. Voordeel: je kunt niet vallen. Nadeel: het is zwaar voor je nek en schouders.

Afgesproken is:

- dat je met het telescopisch wassysteem geen ramen wast boven 13,5 m. De steel wordt dan te lang en dus te zwaar.
- dat je bij ramen tussen de 7,5 en 13,5 m hoog niet meer dan 100 m² per gebouw wast. En als ze lager zitten dan 7,5 m, niet meer dan 200 m².
- dat je er niet meer dan 200 m² per dag mee wast.
- dat de ondergrond stevig is en je voldoende bewegingsruimte hebt vanaf de gevel.
- dat de precieze eisen voor het werken met het telescopisch wassysteem te vinden zijn op www.zowerkijprettiger.nl.





Overleg

Te weinig tijd om te pauzeren? Hetzelfde moeten doen, maar dan wel in minder tijd. Niet precies weten wát je moet doen, of hoe. Daar moet je niet mee blijven rondlopen.

Afgesproken is:

- dat jij en je collega's regelmatig werkoverleg hebben met je leidinggevende. Minimaal twee keer per jaar bij een klein team en vier keer per jaar bij een team met meer dan zes medewerkers. In een werkoverleg kun je van alles bespreken. De werkdruk bijvoorbeeld.
- dat jij en je collega's voortaan vast kunnen stellen wat precies de werkdruk verhoogt. Daarvoor is het *Meetinstrument Werkdruk* ontwikkeld. Dit is binnenkort te vinden op www.zowerkjeprettiger.nl.





Leidinggeven

Overleggen. Problemen oplossen. Goed luisteren. Vragen stellen. Leidinggevendenden hebben een grote verantwoordelijkheid. Zij moeten zorgen voor tevreden klanten, een goed resultaat én voor tevreden medewerkers.

Afgesproken is:

- dat alle leidinggevendenden in de schoonmaak- en glazenwassersbranche de cursus *Coachend Leidinggeven* volgen. Daarin leren ze hoe zij medewerkers het beste kunnen begeleiden, helpen en aandacht geven. Zodat zij hun taak nog beter kunnen uitvoeren.
- dat alle leidinggevendenden voortaan een functioneringsgesprek krijgen. Werkdruk is hierin een belangrijk onderwerp.



Prettig-werken-tips

- Als je tilt, ga door je knieën en houd je rug recht.
- Probeer te voorkomen dat je draait en bukt tegelijk.
- Probeer zoveel mogelijk rechtop te werken.
- Probeer te voorkomen dat je telkens te ver moet reiken.
- Neem af en toe even pauze. Al is het maar kort, je zult merken dat het scheelt.
- Wissel je werk én je houding regelmatig af. Dat is beter voor je lichaam én scheelt stress.
- Maak tijd voor werkoverleg.
- Maak werkdruk bespreekbaar.
- Voer altijd eerst een RI&E uit: een goede voorbereiding is het halve werk.

Er zijn nog meer arbozakboekjes gemaakt. Een algemene, bestemd voor iedereen die werkt in de schoonmaak- en glazenwassersbranche. Een speciaal boekje over 'werkdruk' en een boekje over 'lichamelijke belasting', vooral bedoeld voor de schoonmaakbranche.

Kijk voor meer informatie op www.zowerkjeprettiger.nl of bel de RAS, telefoon (013) 594 48 44.

Fotografie:
Tineke Dijkstra

Concept en realisatie:
DST Experience Communicatie, Baarn

Colofon

Deze uitgave maakt deel uit van **Zo werk je prettiger!**, de voorlichtingscampagne over het Arboconvenant Schoonmaak- en Glazenwassersbranche. De campagne wordt gecoördineerd door de Raad voor Arbeidsverhoudingen Schoonmaak- en Glazenwassersbranche (RAS) en is een initiatief van het ministerie van Sociale Zaken en Werkgelegenheid, Ondernemersorganisatie Schoonmaak- & Bedrijfsdiensten (OSB), FNV Bondgenoten en CNV BedrijvenBond.

© RAS, Tilburg, mei 2005

Aan deze uitgave kunnen geen rechten worden ontleend.

