

RISK*TRAINER*

voor de SCH00NHEIDSSPECIALIST

- handleiding -



Copyright © 2016 BESKO

Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden
verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand, of
openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch,
mechanisch, door fotokopieën, opnamen of op enige andere manier, zonder
voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

BESKO

Belpairestraat 6 - 2600 Berchem
03/280 80 70 - info@besko.be - www.besko.be

Redactie

Anne Bertrand in samenwerking met Sofie Leyten en John Boeckx

Lay-out

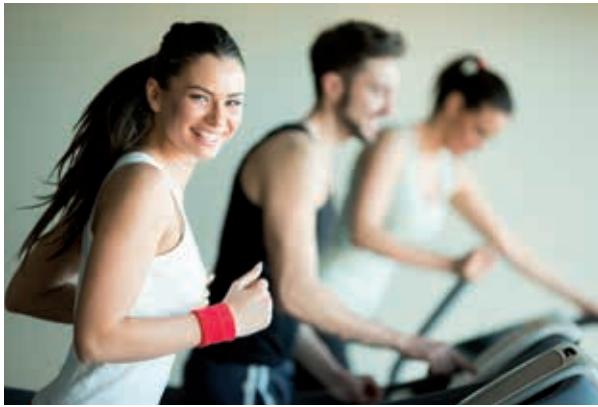
Mangrove Productions

De termen medewerker(s), werkgever(s), stagiair(s),
schoonheidsspecialist(en), preventieadviseur(s)...
verwijzen naar personen van beide geslachten.

A close-up photograph of a woman with dark hair pulled back, lying down with her eyes closed. Two hands are gently cupping her face from the sides, with fingers resting on her cheeks and chin. The background is a soft, out-of-focus white.

RISK*TRAINER*

voor de SCHOONHEIDSSPECIALIST





INLEIDING	6
DE DOMEINEN VAN DE WELZIJNSWET	10
1. ARBEIDSVEILIGHEID	11
2. BESCHERMING VAN DE GEZONDHEID	16
3. HYGIËNE.....	30
4. ERGONOMIE.....	39
5. PSYCHOSOCIAAL WELZIJN.....	46
6. MILIEU	54
7. VERFRAAIING VAN DE ARBEIDSPLAATSEN	63
BESLUIT	66
FICHES/BRONNEN/NUTTIGE SITES.....	67
DANK	69



INLEIDING

WETTELIJKE VERPLICHTINGEN

De welzijnswet van 4 augustus 1996 is de basiswet voor alle bepalingen betreffende de bescherming van veiligheid en gezondheid van de medewerkers bij de uitvoering van hun werk. De uitvoeringsbesluiten van de welzijnswet zijn gebundeld in de Codex. De voorschriften stellen voornamelijk doelstellingen vast en bevatten geen opsomming van middelen. Deze welzijnsreglementering laat meer vrijheid en keuzemogelijkheden toe: via de risicobeoordeling (risicoanalyse) gaat een bedrijf op zoek naar specifieke risico's, kiest en voert zelf de nodige maatregelen uit. Uiteraard worden hier ook grenzen afgebakend.

Het koninklijk besluit van 27 maart 1998 betreffende het beleid inzake het welzijn van de werknemers bij de uitvoering van hun werk, omvat de omzetting naar Belgisch recht van de Europese kaderrichtlijn 89/391/CEE met betrekking tot de uitvoering van de maatregelen inzake veiligheid, gezondheid en welzijn op het werk. Elke onderneming - dus ook een schoonheidsinstituut - is onderworpen aan een reeks wettelijke bepalingen voor preventie en bescherming op het werk zoals:

- de opmaak van een risicoanalyse. Dit is belangrijk voor de bescherming van de medewerker/stagiair. Deze analyse bepaalt of er een medisch onderzoek op advies van de preventieadviseur vereist is. De situatie ligt anders in elk instituut en de aard van de dienst(en) zal bepalen of er al dan niet een medisch onderzoek vereist is
- de aansluiting bij een Externe Dienst voor Preventie en Bescherming op het werk (EDPBW). Deze diensten zijn er om de bedrijven te helpen bij het uitwerken van een door de wetgeving opgelegd welzijnsbeleid
- de oprichting van een Interne Dienst voor Preventie en Bescherming op het werk (IDPBW). In een bedrijf met minder dan 20 medewerkers kan de 'preventieadviseur' een medewerker zijn die verbonden is met een arbeidsovereenkomst of kan de werkgever zelf de functie van preventieadviseur vervullen
- het implementeren en uitwerken van een dynamisch risicobeheer
- de medewerkers inspraak geven voor onderwerpen die betrekking hebben tot het welzijn op het werk. Aangezien de sector vooral kleine ondernemingen telt, zullen een Comité voor Preventie en Bescherming op het Werk (CPBW) en een vakbondsdelegatie niet van toepassing zijn. In dit geval kunnen de medewerkers rechtstreeks worden geraadpleegd en adviezen geven





**PREVENTIE
VERSTERKT OP
LANGE TERMIJN
DE POSITIE
VAN HET
SCHOONHEIDS-
INSTITUUT**

EEN TAAK VOOR IEDEREEN

De overheid legt bepaalde verplichtingen op die zeker nuttig zijn voor het bedrijf. Investeren in preventie en welzijn komt het instituut op lange termijn zeker ten goede en dit op verschillende niveaus zoals de concurrentiepositie, klantentevredenheid, kostenbeheersing en de kwaliteit van de werkomgeving.

Preventie

Preventie is het voorkomen van risico's door vooraf in te grijpen, beslissingen te nemen en maatregelen te treffen. In de praktijk betekent dit eerder het verminderen van risico's omdat helemaal voorkomen niet altijd mogelijk is.

Preventie

- vermijdt ongevallen, ziektes en verzuim binnen de werking van het bedrijf, waardoor de werkgever minder risico loopt om klanten te verliezen en uiteindelijk niet meer mee te spelen op de arbeidsmarkt
- heeft een positieve invloed op het imago van het instituut en de werksfeer. Dit zal de klanten zeker niet ontgaan
- leidt ook tot kostenbesparing bij ongevallen, lagere verzekeringspremies, minder personeelsverloop en ziekteverzuim
- is noodzakelijk vanuit menselijk oogpunt

In het instituut zijn de werkgever, de medewerker, de stagiair, de interne en externe preventieadviseur betrokken bij preventie. Ze hebben elk hun verantwoordelijkheid. Elke beroepscategorie beschikt over eigen informatie die kan worden beschouwd als één stukje van de werkelijke arbeidssituatie.

Door te communiceren en elkaars standpunten uit te wisselen, wordt informatie verzameld die een totaalbeeld van deze situatie schept. Op basis van dit beeld kunnen acties worden ondernomen om de risico's binnen het instituut te verminderen.

Onder het motto 'Medewerkers zijn je interne klanten' investeert Roos sinds jaren in preventie. Met volle overtuiging waakt ze over de gezondheid en de veiligheid van de schoonheidsspecialisten in dienst. Haar inzet loont: er is sinds de opening van het instituut geen enkel ontslag geweest.

Preventiemaatregelen

Preventiemaatregelen worden verwerkt in een globaal preventieplan en een jaarlijks actieplan. Het is belangrijk om aan de hand van aangepaste preventieve maatregelen medewerkers en klanten te beschermen tegen mogelijke risico's en problemen te helpen voorkomen.

ARBEIDS- REGLEMENT

Het opstellen van een arbeidsreglement (huishoudelijk reglement) zorgt voor duidelijke, schriftelijke afspraken binnen het schoonheidsinstituut en het kan bovendien worden gebruikt om de nieuwe medewerker/stagiair snel wegwijs te maken. Het arbeidsreglement wordt het best opgesteld in samenspraak met de medewerkers. Het reglement moet effectief worden toegepast en alle medewerkers moeten zich aan de gemaakte afspraken houden. De medewerker is hier trouwens wettelijk toe verplicht.

Diverse thema's worden in het reglement opgenomen:

- . uurrooster: werk- en rusttijden (pauzes)
- . gemiddelde wekelijkse arbeidsduur
- . verlofregeling
- . wetgeving inzake psychosociaal welzijn
- . aanduiding van de verantwoordelijke(n) op het vlak van gezondheid en veiligheid
- . EHBO-verantwoordelijke en plaats van de EHBO-kit
- . gedragscode: gewenste houding en attitude van de medewerker naar de klant, collega's en leidinggevende toe
- . de bepalingen betreffende non-discriminatie
- . maatregelen inzake gezondheid, veiligheid en hygiëne op het werk zoals:
 - de ergonomische aspecten: werken in een goede werkhouding, goede instelling van stoel, massagetafel enz.
 - wat te doen in geval van brand en noodsituaties, diefstal of overval, arbeidsongeval, ziekte en gezondheidsklachten, zwangerschap (moederschapsbescherming)
 - de externe dienst voor preventie en bescherming op het werk en het gezondheidstoezicht
 - omgaan met ongewenste omgangsvormen, werkdruk, conflicten ...
 - het ontsmetten van het materiaal
 - het onderhoud van het schoonheidsinstituut
 - eten op het werk (waar, wanneer)
 - roken tijdens het werk (verbod, waar, wanneer)
 - verbod op drugs/alcohol
 - werkkledij en -schoenen
 - het niet-dragen van handsieraden tijdens het werk
 - gebruik van persoonlijke beschermingsmiddelen en handschoenen (waarom, wanneer, hoe)
 - handverzorging (waarom, wanneer, waar, hoe)
 - afvalbeheer
 - opleiding en cursussen in het vakgebied of ander domein zoals het volgen van een EHBO-cursus



RISICOBEBEHEER

Het bevorderen en het optimaliseren van de veiligheid en de gezondheid van iedereen is een belangrijke zorg of zou het toch moeten zijn. Die zorg geldt op alle terreinen van het dagelijkse leven en dus ook op de werkvloer. De werkgever is verantwoordelijk voor het risicobeheer binnen zijn bedrijf, bepaalt de middelen die hij aanwendt en de wijze waarop hij dit 'preventiebeleid' zal invoeren. Hij bepaalt eventueel ook de bevoegdheid en verantwoordelijkheid van de persoon belast met het toepassen van het beleid. Hij integreert dit beleid in het volledige management van zijn onderneming.

Tools

Om een goed risicobeheer te ontwikkelen in een eigen bedrijf, kan de SOBANE-strategie doeltreffend zijn. De verschillende niveaus loodsen de werkgever door de procedure: de Screening, OBServatie, ANalyse en Expertise. Op die manier kunnen de nodige middelen goed worden aangewend, rekening houdend met de complexiteit van bepaalde problemen.

Een handige tool om de risico's op te sporen is de DEPARIS-gids. De algemene brochure beschrijft de basisprincipes van de strategie en kan een doeltreffende ondersteuning bieden. Bepaalde sectoren hebben hun eigen brochure zoals de schoonmaaksector en de kapperssector.



Risicoanalyse

De welzijnswet verplicht elke onderneming een risico-beheer uit te bouwen. Dit betekent dat de werkgever een risicoanalyse doorvoert, zodat de gevaren en de risicofactoren die voorkomen in het instituut geïdentificeerd worden. Uit de analyse zal blijken welke specifieke aandachtspunten er moeten worden aangepakt. De werkgever treft hiervoor de gepaste maatregelen om te voorkomen dat er iets gebeurt of om de kans dat het gebeurt te verminderen. Modellen voor de analyse en de werkpostfiche vind je op www.safestart.be/nl/rights_duty/apprentice/document/Coprant/front-page: kies voor model B (zachte sector).

Soms worden de begrippen 'gevaar' en 'risico' verward, maar er bestaat een duidelijk verschil tussen beide.

GEVAAR

Een gevaar is een eigenschap van een voorwerp, stof of situatie die nadeel, schade of een letsel kan veroorzaken (bv. geluid, chemisch product).

RISICO

Een risico is de kans dat een nadeel, een schade of een letsel zich voordoet. Dit risico kan klein of groot zijn (bv. doof worden, allergie opdoen). Preventie is een maatregel die het risico voorkomt en beperkt (oordopjes, handschoenen).

RISICOFACITOR

Een risicofactor is de mate waarmee de kans op nadeel, schade of letsel vergroot of verkleind wordt. Werken met cosmetica zonder voorzorgsmaatregelen te treffen (geen handschoenen dragen) verhoogt het risico op een irritatie-eczeem aan de handen.

Een risicofactor heeft collectieve en individuele aspecten:

- collectieve aspecten: bv. bij het toepassen van een massage kan het gebrek aan rotatie in de werkverdeling een gezondheidsrisico vergroten. Het risico dat gelopen wordt, is afhankelijk van de duur en de frequentie van de taak
- individuele aspecten die het risico verkleinen zijn bv. kennis inwinnen over het ergonomische aspect bij elke massage. Wanneer de schoonheidsspecialist een goede houding aanneemt bij een massage, zal hij het risico op musculoskeletale aandoeningen (MSA) verminderen. Hij doet aan preventie

Een gedeelde verantwoordelijkheid

De werkgever lijst in de risicoanalyse de risico's op die op de werkvloer kunnen worden voorkomen, treft de nodige maatregelen, informeert de medewerker en kijkt toe op de naleving van de maatregelen. De medewerker kent de risico's, houdt rekening met de maatregelen en leeft ze na. Bv. hij gebruikt de apparaten en de toestellen op de juiste manier, hij maakt gebruik van de beschermingsmiddelen die ter beschikking staan.

Werkpostfiche

De werkgever die een stagiair tewerkstelt, bezorgt de leerling en de onderwijsinstelling vóór de aanvang van de stageactiviteit, de risicoanalyse van het instituut samen met een document (de werkpostfiche) dat volgende informatie bevat:

- een beschrijving van de werkplek of de activiteit die een passend gezondheidstoezicht vereist
- alle toe te passen preventiemaatregelen
- de aard van het risico dat een specifiek gezondheidstoezicht vereist
- de verplichtingen die de leerling op de werkplek moet naleven in verband met de risico's eigen aan de werkplek of de activiteit
- in voorkomend geval, de aangepaste opleiding met het oog op de toepassing van de preventiemaatregelen

Het spreekt voor zich dat, als uit de vermelde risicoanalyse blijkt dat er een type van gezondheidstoezicht vereist is, de werkgever ervoor zorgt dat dit ook effectief gebeurt. Hiervoor kan de werkgever zijn interne of externe dienst voor preventie en bescherming op het werk inschakelen. Hij kan dit ook overlaten aan de externe dienst voor preventie en bescherming van de school of het centrum.

Meer info

Format voor de risicoanalyse en de werkpostfiche op: www.coprant.be.

A close-up, low-angle shot of a woman with dark hair lying down, her head tilted back and eyes closed. She is positioned in the lower foreground. Above her, a large, white, circular medical lamp is visible, with its lens reflecting a bright, greenish-blue light. The background is softly blurred, showing more of the lamp's structure and a hint of a clinical setting.

DE DOMEINEN VAN DE *WELZIJNSWET*

1. ARBEIDS**VEILIGHEID**

ARBEIDSVEILIGHEID VOORKOMT SCHADE OP DE WERKVLOER. DE SCHADE KAN MENSELIJK, MATERIEEL EN ORGANISATORISCH ZIJN EN MANIFESTEERT ZICH PLOTS EN ACUUT ZOALS EEN ONGEVAL OF EEN INCIDENT. ER KUNNEN UITERAARD ALTIJD ARBEIDSONGEVALLEN OP DE WERKVLOER PLAATSVINDEN. DE RISICO'S KOMEN VOOR IN ELKE WERKOMGEVING EN ER ZIJN GROTE VERSCHILLEN NAARGELANG DE SECTOR. DE RISICOANALYSE GEEFT AAN OF WERKPOSTEN, ACTIVITEITEN EN PRODUCTEN VEILIG ZIJN.

ARBEIDS-ONGEVALLEN

Een arbeidsongeval is een plotse gebeurtenis die een letsel veroorzaakt en die voorvalt tijdens en door de uitvoering van een arbeidsovereenkomst.

Ongeval met letsel

Het letsel kan fysiek of psychisch zijn. Het kan ook gaan om beschadiging van medische hulpmiddelen (bv. hoorapparaat).

Plotse gebeurtenis

Bij een arbeidsongeval wordt het letsel opgelopen bij een plotse gebeurtenis en niet ten gevolge van een langzame verslechtering van de gezondheidstoestand. In dit laatste geval spreken we van een (beroeps)ziekte.



▲
Er is voldoende gerichte verlichting om het werk goed te kunnen uitvoeren.

Verband met de arbeid

Het gaat hier over een ongeval op het moment dat de medewerker onder het gezag van zijn werkgever staat (tijdens de uitvoering van het werk, waar dan ook). Een ongeval op de normale weg naar en van het werk wordt eveneens beschouwd als een arbeidsongeval.

RISICO'S

Omgevingsfactoren

Daglicht op de werkplek is een goede zaak, maar er zal meestal kunstlicht nodig zijn om een gelijkmatige lichtverdeling te bereiken. De gewenste lichtsterkte is afhankelijk van het soort werk dat uitgevoerd wordt. Hinderende reflecties, te grote lichtcontrasten en storende schaduwvorming leiden tot irritatie en slechte werkhoudingen. Er wordt vooral gezorgd voor een ontspannende sfeer zonder afbreuk te doen aan de efficiëntie. Veel licht zorgt misschien voor minder sfeer, maar komt wel het werkcomfort en de kwaliteit van het werk ten goede. Op de werkplek is er voldoende en gelijkmatige verlichting. Een ruimte met daglichtlampen is zinvol om kleur juist te beoordelen. De ramen kunnen worden voorzien van gordijnen, lamellen of zonwering om verblinding of weerkaatsing (reflecties) te vermijden.



Elektrische installaties en apparaten

In het instituut zorgt elektriciteit voor potentiële risico's waaraan de medewerkers kunnen worden blootgesteld, zoals het gelijktijdig en veelvuldig gebruik van apparatuur (ozondamp-, freestoezel, sterilisator) en installaties (zonnebank, sauna ...).

Brand of ontploffing

Brand is meestal te wijten aan een menselijk falen, een verkeerde handeling of een nalatigheid. Het bewaren van en het werken met cosmetica verhogen het risico op brand of ontploffing.

Verschillende situaties in het schoonheidsinstituut kunnen er de oorzaak van zijn:

- overbelasting of kortsluiting van het elektriciteitsnet
- elektrische toestellen (kortsluiting – oververhitting)
- gaslek
- versiering vervaardigd uit gemakkelijk brandbare producten (bv. kerstversiering)
- verwarmingstoestellen
- cosmetische producten (in mindere of meerdere mate ontvlambaar)
- gebruik van aerosol (explosiegevaar)
- roken in het schoonheidsinstituut of in de opslagruimtes

Uitglieden, struikelen en vallen

Uitglieden (bv. op een gladde vloer) is één van de voornaamste oorzaken van ongevallen in het instituut. De schoonheidsspecialist of de klant kan struikelen of vallen door oneffenheden in de vloer, niveauverschillen, treden en verlengsnoeren.

PREVENTIE- MAATREGELEN

Om problemen te voorkomen, grijpt de schoonheidsspecialist beter vooraf in door doelbewuste initiatieven te nemen die anticiperen op de risicofactoren. Het is aangeraden in te grijpen wanneer de eerste signalen zich ontwikkelen.

Elektrische installaties en apparaten

Elektrische installaties zijn onderworpen aan strikte reglementen en controles. Het Algemeen Reglement op de Elektrische Installaties (AREI) bepaalt de voorwaarden waaraan leidingen en toestellen moeten voldoen. Op elektrische toestellen verschaffen de symbolen de nodige informatie over o.a. de veiligheid en de elektrotechnische eigenschappen van het toestel.

**EEN ELEKTRISCH
PROBLEEM WORDT
ONMIDDELLIJK AAN DE
VERANTWOORDELIJKE
OF DE WERKGEVER
GEMELD**

SYMBOLLEN



Het merkteken CEBEC garandeert de naleving van de strengste internationale veiligheids- en kwaliteitsnormen en de kwaliteit van het productieproces van het toestel. Dit symbool wordt gewaardeerd door de veiligheidsbewuste consument en ook geprezen door de installateur die zeker wil zijn dat het materiaal voldoet aan zowel Europese als internationale normen.



De beveiliging van het toestel is gewaarborgd door een dubbele isolatie. Het betekent dat, behalve de noodzakelijke functionele isolatie (het omhulsel), er een tweede extra isolatie is aangebracht. Er is dus geen aarding nodig. De extra isolatie (meestal behuizing uit kunststof) voorkomt dat het toestel bij defect onder spanning komt te staan.



Met dit symbool verklaart de producent dat zijn product aan de Europese wetgeving voldoet (Conformité européenne).

Volgende symbolen komen ook vaak voor:

V	spanning	Hz	frequentie
A	stroomsterkte	Ω	weerstand
	wisselstroom		hoogspanning
	gelijkstroom		aarding
W	vermogen		



Preventiemaatregelen

A. WERKEN IN EEN VEILIGE WERKOMGEVING

In de verdeelkast van het instituut wordt een verliesstroomschakelaar voorzien om elektrocutie en brand te voorkomen bij optredende lekstromen.

De elektrische installatie (verdeelkast, zekeringen, stopcontacten, schakelaars, enz.) wordt om de 5 jaar gekeurd door een Externe Dienst voor Technische Controle (EDTC).

Defecte elektrische toestellen en materialen worden het best door een technicus hersteld.

Bij de aankoop van een toestel is het aangeraden om aandacht te schenken aan de eisen waaraan het toestel moet voldoen en om nauwkeurig de stappen te volgen bij indienststelling.

De elektrische toestellen zijn dubbel geïsoleerd (dubbel vierkantje) en voorzien van een veiligheidsaarding: de aarding van een installatie of apparaat vermindert de kans op spanning. De aarding bestaat uit een groengele draad en loopt vanuit het stopcontact of aansluitpunt via een 'aardrail' in de meterkast naar de aardpen. Er zijn voldoende stopcontacten, bij voorkeur vloercontactdozen.

Elektrische verlengdraden worden vermeden. Indien meerdere aansluitingen in één stopcontact nodig zijn, wordt er het best gebruikgemaakt van een contactdoos met voedingskabel die bestand is tegen hoge stroomsterkte. De elektrische draden vormen geen hinder op de werkvloer en blijven uit de buurt van een warmte- of waterbron.

Elektrische toestellen worden in een droge omgeving bewaard en bij de eerste gebreken hersteld, want het gebruik van een defect toestel kan brand veroorzaken.

B. VEILIG WERKEN MET ELEKTRISCHE TOESTELLEN

Elektrisch materiaal wordt niet met vochtige handen gehanteerd en het toestel wordt uitgezet vóór het weggelegd wordt. De schakelaar wordt in de 'uit'-stand gezet vooraleer de stekker in het stopcontact gestoken wordt.

Het elektrisch materiaal is in goede staat (vapozone, freestoestel), wordt regelmatig (zeker jaarlijks) gecontroleerd op veiligheid en er zijn geen beschadigingen aan snoer of stekker.

Brand of ontploffing

De gas- en de waterinstallaties worden regelmatig door erkende technici gecontroleerd. Bij elke controle/keuring ontvangt de werkgever de vereiste formulieren als bewijs van uitvoering.

Er zijn voldoende brandblussers aanwezig
Extern advies (brandweer) over het aantal, het type en de plaats waar het apparaat het best bevestigd wordt, is aanbevolen. Een jaarlijkse controle is ook vereist: de datum van het laatste nazicht staat vermeld op het apparaat. Om beschadiging van materiaal en meubels door schuim of poeder te vermijden, wordt een blusser met CO₂ aangeraden (zie etiket).

De brandblusser

- . is in goede staat (geen deuken of beschadigingen aan het omhulsel)
- . vertoont geen roestplekken en is verzegeld met een sluitveer
- . is voorzien van het BENOR-label conform de normen NBN S21-011 tot S21-018
- . hangt op een goed zichtbare plaats en is gemakkelijk bereikbaar (niet achter een deur)
- . wordt niet gebruikt als kapstok
- . hangt op een hoogte tussen 80 en 100 cm van de grond, het handvat bevindt zich niet hoger dan 140 cm

Uitglijden, struikelen en vallen

Bij de inrichting van het instituut kunnen kleine ingrepen al het verschil maken, bv. een vloer met een gladde oppervlakte vergroot het risico op uitglijden, terwijl een vloer met een lichte korrel of oneffenheid in de materie veiliger is. De deur van het instituut opent in principe naar buiten (bij voorkeur geen schuif- of draaideur). Om struikelen te vermijden, worden de elektrische vloercontactdozen dichtbij de werkpost voorzien en, indien er niveauverschillen zijn, worden de treden aangeduid met een opvallende markering. De werkvloer is goed verlicht, maar ook de gangen en de opslagruimte. Het materiaal ligt veilig opgeborgen en niet in de doorgang. De trapjes of ladders staan veilig en zijn stabiel. De schoonheidsspecialist draagt geen losse kledij die aan meubels of toestellen kan haperen. De schoenen beantwoorden aan de veiligheidsnormen. Bij morsen maakt hij onmiddellijk schoon.



In geval van nood moet iedereen het schoonheidsinstituut snel kunnen verlaten. Daarom worden de gangen, trappen en uitgangen vrijgehouden. De nooduitgang is duidelijk aangegeven met een pictogram en goed bereikbaar; de evacuateroute is min. 80 cm breed.



EHBO (EERSTE HULP BIJ ONGEVALLLEN)

Sinds 1 januari 2011 geldt een nieuwe wettelijke reglementering betreffende de eerste hulp op het werk. De reglementering biedt een kader voor de organisatie van de eerste hulp in het bedrijf. Deze treedt niet concreet in detail om de werkgever de ruimte te laten om tot een optimale organisatie van de eerste hulp in zijn bedrijf te komen. Er kunnen ongevallen plaatsvinden op de werkplaats. Kleine snijwonden en brandwonden kunnen ter plaatse worden verzorgd. Hiervoor is er een verbanddoos nodig. Het is wettelijk verplicht een complete verbanddoos (EHBO-kit) op de werkvloer te hebben.

Preventiemaatregelen

Op advies van de preventieadviseur-arbeidsgeneesheer bepaalt de werkgever welk materiaal er nodig is en waar het aanwezig moet zijn. Hij stelt de inhoud van de verbanddoos vast en bepaalt of er aanvullingen noodzakelijk zijn. Dit kan tijdens de opmaak van de risicoanalyse gebeuren. De plaats van de verbanddoos en de naam van de EHBO-verantwoordelijke worden in het arbeidsreglement vermeld. De EHBO-kit kan het volgende bevatten: wegwerphandschoenen, ontsmettingsmiddel, kompressen, kleefpleisters, wondpleisters, steriele drukverbanden, driehoekvormige verbanden, zwachtels, een fijne inox schaar, een fijn inox splinterpincet, veiligheidsspelden, een overzicht van nuttige telefoonnummers, een overzicht van de inhoud en de gebruiksaanwijzingen.

Nuttige telefoonnummers worden op een zichtbare plaats opgehangen, bijvoorbeeld in de pauze- of eetruimte.

- . Hulp bij noodgevallen 112
(brandweer, medisch team of politie)
- . Antigifcentrum 070 245 245
- . Rode Kruis 105



In welke omstandigheden kan EHBO het verschil maken in het schoonheidsinstituut?

Bij een ongeval kan eerste hulp worden aangeboden naargelang de aard van het incident:

- als er schadelijke producten in het oog terechtkomen: de ogen langdurig (15 min. of langer) en met veel water spoelen. Daarna het slachtoffer naar een arts begeleiden
- na contact met een schadelijk product: als de huid beschadigd is of daar een grote kans toe bestaat, dan moet ze onmiddellijk, langdurig (30 min.) en met veel water afgespoeld worden. Als deze niet beschadigd is, kan ze gewassen worden met veel water en zeep
- bij klachten na het inademen van een stof: de patiënt moet allereerst frisse lucht inademen. Bij aanhoudende klachten (hoesten, benauwdheid) wordt direct een arts geraadpleegd
- na het inslikken van schadelijke producten: de mond met water spoelen. Om de slokdarm te reinigen en om de stof te verdunnen, mag de patiënt een glas water drinken. De patiënt geen melk laten drinken, noch laten braken. Een bewusteloze patiënt nooit iets te drinken geven. De patiënt naar een arts begeleiden
- bij kleine brandwonden: overvloedig koud of lauw water gedurende 15 minuten op de verbrande zone laten stromen (niet ondergedompeld houden in een kom). Is dat niet mogelijk, dan kunnen propere natte doeken op de brandwonden verzachting bieden
- na het spoelen wordt de wonde verzorgd door een steriel verband, een zuivere doek of een handdoek erop te leggen. Een zalf gebruiken is prima, op voorwaarde dat het een zalf is die speciaal geschikt is voor brandwonden. Zeker geen olie, boter of andere producten aanbrengen!

VERZEKERING

Elke werkgever is wettelijk verplicht een verzekering tegen arbeidsongevallen voor zijn medewerkers af te sluiten. De medewerkers zijn vanaf de eerste dag verzekerd. De verzekering zorgt ervoor dat de financiële gevolgen voor de medewerker na een arbeidsongeval tot een minimum beperkt worden. Elke loontrekkende is verzekerd tegen arbeidsongevallen en ongevallen op weg naar en van het werk.

Aangifte bij ongeval

Een arbeidsongeval moet worden aangegeven aan de verzekeraar binnen een termijn van acht dagen na de dag van het ongeval. Een verzekering met terugwerkende kracht afsluiten is niet mogelijk. Het gaat hier om ongevallen waarbij de medewerker een letsel of gezondheidsschade oploopt in het schoonheidsinstituut of op de “arbeidsweg” (woon-werkverkeer).

Tips

Het is aangeraden om informatie in te winnen bij de verzekeraar voor de opmaak van de aangifte. Arbeidsongevallen met een arbeidsongeschiktheid van 4 of meer dagen moeten worden onderzocht. Best contact opnemen met de externe dienst voor preventie en bescherming op het werk voor meer informatie

Geen verzekering?

Indien de werkgever geen verzekering afsluit, wordt hij automatisch aangesloten bij het Fonds voor Arbeidsongevallen (FAO). Bij een ongeval betaalt de werkgever dan een boete en worden de kosten van een arbeidsongeval op hem verhaald.



2. BESCHERMING VAN DE GEZONDHEID

GEZONDHEIDSSCHADE MANIFESTEERT ZICH VAAK OP LANGE TERMIJN. HET ONDERDEEL VAN DE MEDISCHE WETENSCHAP WAARBIJ AANDACHT WORDT BESTEED AAN DE RELATIE TUSSEN WERK EN GEZONDHEID HEET ARBEIDSGENEESKUNDE. HIER STAAT VOORAL DE MEDEWERKER IN VERHOUDING TOT ZIJN WERKOMGEVING CENTRAAL. HET IS IN DE EERSTE PLAATS EEN PREVENTIEVE GENEESKUNDE.

GEZONDHEIDSTOEZICHT

Het gezondheidstoezicht op de medewerkers wordt wettelijk geregeld. Als de resultaten van de risicoanalyse aantonen dat er gezondheidsproblemen kunnen ontstaan in het kader van de uitoefening van het beroep, dan is een jaarlijks gezondheidstoezicht voor de medewerkers aanbevolen. De periodiciteit kan aan de hand van de resultaten van de risicoanalyse eventueel worden verlengd.

Doelstelling

De voornaamste doelstelling van het gezondheidstoezicht is de gezondheid van de medewerkers van het instituut te behouden door risico's op te sporen en te voorkomen. Dit gebeurt via het stellen van een reeks preventieve handelingen, zoals:

- de medewerkers informeren en adviseren over de risico's die het werk met zich meebrengt
- beroepsziekten vroegtijdig opsporen
- vermijden dat de medewerkers worden ingezet voor taken die zij, wegens hun gezondheidstoestand, niet mogen uitvoeren
- vermijden dat via het werk besmettelijke ziekten worden verspreid

Wie doet het gezondheidstoezicht en waar?

Een gezondheidstoezicht wordt uitgevoerd door een medisch team bestaande uit een preventieadviseur-arbeidsgeneesheer van de dienst voor bescherming op het werk en een assistent medisch onderzoek. Het gezondheidstoezicht houdt in: een bevraging, een algemeen klinisch onderzoek en eventueel bijkomende testen. Het onderzoek vindt plaats in het bedrijf of in een onderzoekscentrum in de omgeving. De arbeidsgeneesheer beoordeelt de fysieke en psychische arbeidsgeschiktheid van de medewerker, waakt over de gezondheidstoestand en geeft raad bij eventuele gezondheidsstoornissen.

Welke medewerkers zijn onderworpen aan het gezondheidstoezicht?

Een gezondheidstoezicht is niet voor alle medewerkers verplicht. We vermelden enkele categorieën waarvoor de verplichting wel geldt:

- medewerkers die een veiligheidsfunctie uitoefenen (bv. bestuurders van motorvoertuigen)
- medewerkers met een functie met verhoogde waakzaamheid
- medewerkers die activiteiten uitvoeren met welbepaalde risico's (zoals schoonheidsspecialisten)

- medewerkers die rechtstreeks in contact komen met niet-verpakte voedingswaren
- bijzondere categorieën zoals o.a. stagiairs, jongeren op het werk, schoonheidsspecialisten tijdens hun zwangerschap

Soorten preventieve medische onderzoeken

Voorafgaande gezondheidsbeoordeling

Een raadpleging voorafgaand aan de tewerkstelling (bij de aanwerving): dit onderzoek geldt voor de nieuwe medewerker. Er wordt nagegaan of er geen aanwijzingen zijn die de aanwerving kunnen belemmeren.

Periodieke gezondheidsbeoordeling

Een onderzoek op regelmatige basis in het kader van gerichte preventie.

Onderzoek bij werkhervatting

Na een afwezigheid van langer dan 4 weken (ziekte, ongeval, bevalling) kan de arbeidsgeneesheer bepalen of de medewerker in staat is om zonder risico's opnieuw aan het werk te gaan. Deze preventieve medische onderzoeken zijn verplicht voor de medewerkers. De EDPBW's bieden o.a. ook volgende onderzoeken aan:

Spontaan onderzoek

Elke medewerker, al dan niet onderworpen aan het gezondheidstoezicht, heeft het recht zonder verwijl de preventieadviseur-arbeidsgeneesheer te raadplegen wegens gezondheidsklachten die hij toeschrijft aan de arbeidsomstandigheden.

Onderzoek in het kader van moederschapsbescherming

Een medisch onderzoek bij zwangerschap en borstvoeding.

Preventiemaatregel in de sector

De sector (het Sociaal Fonds voor Bestaanszekerheid - FBZ PC314) biedt voor een jaarlijks bezoek aan de dermatoloog een tussenkomst van 20 euro netto aan elke medewerker. Voor de terugbetaling wordt het best een aanvraagformulier ingevuld (www.fbz-pc314.be/bijkomende-vergoedingen). Bij de aanvraag wordt een kopie gevoegd van het medisch attest, afgeleverd door de dermatoloog. De documenten worden verstuurd naar het Fonds voor Bestaanszekerheid PC314.

BEROEPSZIEKTEN

Volgens de Belgische wetgeving is een beroepsziekte een ziekte die te wijten is aan een risico waaraan het slachtoffer gedurende zijn beroepsloopbaan langdurig werd blootgesteld. Een beroepsziekte komt ofwel voor op de lijst van de erkende beroepsziekten of is een ziekte die tot het zogenaamde 'open systeem' behoort. In dit laatste geval moet het rechtstreekse en determinerende verband tussen de ziekte en de beroepsblootstelling worden bewezen. De bewijslast ligt bij de getroffene of bij zijn rechthebbenden. Bij een beroepsziekte ontstaan de gezondheidsproblemen door een langdurende blootstelling aan het risico, in tegenstelling tot een arbeidsongeval dat het gevolg is van een plotse gebeurtenis.

Fonds voor beroepsziekten (FBZ)

Het systeem voor de vergoeding van beroepsziekten maakt deel uit van de sociale zekerheid. De verzekering voor beroepsziekten wordt georganiseerd door het Fonds voor Beroepsziekten dat bepaalt of een aanvraag aanleiding geeft tot schadeloosstelling. Daarna zorgt het Fonds ook voor de uitbetaling van deze schadeloosstelling. De meest voorkomende klachten in de sector van de schoonheidszorgen zijn:

- huidaandoeningen in het werkmilieu veroorzaakt door bepaalde stoffen
- aandoeningen van de pezen, peesscheden en spier- en peesaanhechtingen van de bovenste ledematen veroorzaakt door overbelasting van deze structuren ingevolge krachtige, repeterende bewegingen of ingevolge ongunstige houdingen
- aantasting van de zenuwfunctie door druk

(Bron: lijst beroepsziekten - FBZ)

Officiële cijfers melden 12 gevallen van medewerkers in de sector voor de periode 2010-2014 (Bron: Studiedienst FBZ mei 2015): 9 huidaandoeningen, 2 aandoeningen van de pezen en 1 aantasting van de zenuwfunctie. In werkelijkheid liggen de cijfers veel hoger: 5% van het totaal aantal werkende schoonheidsspecialisten in dienstverband en zelfstandige schoonheidsspecialisten kampen met diverse klachten maar blijven gewoon doorwerken.

Schadeloosstelling bij een beroepsziekte

Het slachtoffer van een beroepsziekte moet een aanvraag tot schadeloosstelling indienen bij het Fonds voor Beroepsziekten (www.fbz.fgov.be) aan de hand van een specifiek formulier en bij voorlegging van een medisch attest. In geval van erkenning kunnen de medische kosten worden vergoed. Bij tijdelijke of blijvende arbeidsongeschiktheid kunnen vergoedingen worden uitgekeerd. Beroepsziekten zijn dikwijls de oorzaak van ziekteverzuim (de medewerker komt zijn arbeidsovereenkomst niet na als gevolg van ziekte) en uitstroom (de medewerker verlaat de sector).



RISICO'S VOOR DE GEZONDHEID

De blootstellingsroutes

De chemische agentia in de cosmetica werken in daar waar ze in contact komen met het lichaam: de huid, de mond, de ogen. Ze kunnen ook inwerken op inwendige organen zodra ze het lichaam zijn binnengedrongen zoals de longen, het zenuwstelsel, de hersenen, de lever, de nieren, de teelballen en de foetus.

De huid

vormt een natuurlijke barrière voor het menselijk lichaam maar laat, in bepaalde omstandigheden, toch schadelijke producten door zoals solventen (oplosmiddelen). Irriterende producten veroorzaken een ontstekingsreactie en een aantasting van de huidbarrière (irritatidermatitis of irritatie-eczeem). Dit leidt tot een zichtbare irritatie van de huid, met een trekkend of prikkelend gevoel en soms wat lichte jeuk tot gevolg.

De mond

is de blootstellingsroute naar het spijsverteringsstelsel. Het product wordt ingeslikt en komt in de maag terecht, vervolgens in de darmen. Het zal op dezelfde wijze als de voedingsmiddelen in het bloed terechtkomen. Hoewel het bij de beroepsactiviteiten van de schoonheidsspecialist niet de gebruikelijke weg is waarlangs de producten het lichaam binnendringen, bestaat er toch een klein risico. Chemische stoffen kunnen in de mond terechtkomen bij het overhevelen van een product in een andere container, door aanzuiging met behulp van een pipet of door, na aanraking met een product, de handen naar de mond te brengen om te roken, te eten of zich te maquilleren.

De ogen

kunnen worden aangetast door irriterende stoffen. Symptomen zijn tranende en rode ogen. Dergelijke irritatie kan een oogontsteking tot gevolg hebben.

De luchtwegen

zijn voor een schoonheidsspecialist een erg frequente blootstellingsroute. In het instituut komen diverse bronnen van luchtverontreinigende stoffen voor. Vrijwel alle producten bevatten parfums. In parfums zitten chemische stoffen uit de petrochemische industrie (ethanol, benzaldehyde, aceton ...). Een schoonheidsspecialist kan door het inademen van dampen en kleine stofdeeltjes heel wat problemen ondervinden. Schadelijke stofdeeltjes kunnen zo in de bloedsomloop terechtkomen. De slijmvliezen van de luchtwegen kunnen een reactie veroorzaken bij contact met bepaalde irriterende stoffen zoals vochtige lucht, kou, stof of rook. Hoesten is over het algemeen een eerste reflex. Het inademen van sporen van stofdeeltjes van nagels



tijdens het frezen kan ontstekend werken. Een chronische ontsteking van de luchtwegen kan tot astma leiden.

De chemische agentia

Chemische agentia kunnen op lange termijn irritatie en allergieën veroorzaken.

A. IRRITATIE

Schadelijke stoffen die irritatiereacties uitlokken noemt men irriterende stoffen.

Irriterende stoffen

Detergenten (voor het wassen van de handen, schoonmaken van de werkpost en reinigen van het materiaal), ontsmettingsmiddelen, etherische oliën, hars, verdunningsmiddelen en solventen kunnen irritatie-eczeem veroorzaken en schadelijk zijn voor de gezondheid.

Symptomen

Prikkeling is dikwijls het eerste merkbare effect van een irritatiereactie. Rood worden, hevige jeuk, opzwellen en ontsteking zijn andere symptomen.

B. ALLERGIE

Allergie is een reactie van ons afweersysteem (het immuunsysteem) op stoffen van buitenaf waar het lichaam normaal gesproken niet heftig op hoort te reageren. Bij allergie is er sprake van overgevoeligheid voor een bepaalde stof. Na contact met die stof kan het lichaam erg hevig reageren. De stof die van buiten het lichaam afkomstig is en die zo'n heftige reactie kan veroorzaken, noemen we een allergeen.

In het instituut van Julie wordt er voor bepaalde behandelingen (bij microtechnieken) een anamneseblad* ingevuld: in dit formulier kan de klant alle informatie verschaffen die belangrijk kan zijn voor een behandeling, zoals allergieën en andere aandoeningen. In bepaalde landen wordt dit blad standaard ingevuld, in België gebeurt dit momenteel sporadisch.

*Een anamnese is wat een persoon kan vertellen over de voorgeschiedenis en relevante omstandigheden van zijn gezondheidstoestand.



ALLERGENEN

Bekende allergenen zijn gras- en boompollen (hooikoorts), huisstofmijten, stoffen die vrijkomen na contact met huisdieren en voedsel. Nadat deze stoffen het lichaam zijn binnengekomen (via de neus, de mond en/of de huid), kunnen ze, bij mensen die daarvoor gevoelig zijn, allergische klachten veroorzaken.

Afhankelijk van de manier waarop men er mee in aanraking komt, kunnen allergenen worden onderverdeeld in zes categorieën:

1. inhalatieallergenen (pollen van grassen en bomen of huisstofmijten)
2. voedingsmiddelen (koemelk of pinda's)
3. insectengif (wespen- en bijensteken)
4. geneesmiddelen (antibiotica)
5. contactallergenen (nikkel, hars)
6. beroepsallergenen (parfums in cosmetica, tarwemeel bij bakkers)

BEROEPSALLERGENEN IN DE COSMETICA

Parfums

Parfums zijn de grootste oorzaak van allergieën op cosmetica. Het zijn vluchtige, geurige bestanddelen van natuurlijke of synthetische aard. Ze zijn eveneens aanwezig in diverse concentraties in industriële producten zoals onderhouds- en reinigingsproducten. Bv. in parfums is de concentratie 12-30%, in make-up 1%, in huidverzorgingsproducten 0,5%.

Bewaarmiddelen

Deze allergenen zijn de 2de voornaamste oorzaak van contactallergie op cosmetica. Producten die water bevatten, kunnen worden besmet met bacteriën en schimmels, die het product bederven, waardoor het niet meer gebruikt kan worden. Bewaarmiddelen verhinderen de ontwikkeling van

bacteriën en schimmels, maar bevatten ook een potentieel aan factoren die overgevoeligheid veroorzaken.

Cosmetica kunnen o.a. volgende bewaarmiddelen bevatten:

- Formaldehyde: in wasgel en als verhardingsmiddel in nagelstyling
- Kathon CG: in huidcrème en bodylotion. Op de ingrediëntenlijst wordt de officiële naam vermeld: Methyl(chloro)isothiazolinone
- Euxyl K400: is de belangrijkste component van het conserveermiddel dat nu wordt aangeduid als dibromodicyanobutaan. Op de ingrediëntenlijst wordt de officiële naam vermeld: methyldibromoglutaronitril

Etherische oliën

De etherische oliën worden gewonnen uit plantendelen zoals de bloem, wortel, vruchten, zaden, twijgen, harsen, door distillatie of persing. Ze bevinden zich in het weefsel van de plant in de vorm van kleine geurige druppels in speciale zakjes. Deze oliën worden gebruikt in de aromatherapie. Naargelang hun soort zijn ze antiseptisch, antiviraal, ontstekingsremmend, ontspannend, stimulerend of reinigend. De etherische olie is vluchtig en verdampt gemakkelijk. De oliën worden gebruikt als geurstof in cosmetica, schoonmaakmiddelen, wasmiddel, massageolie en luchtverfrissers. Een geurstof voor gebruik in cosmetica bestaat gemiddeld voor 8% uit etherische olie. Ze worden eveneens gebruikt als geurstof in een aromabrander, in een vernevelaar, in de sauna of een stoombad en in een aromalamp (vermengd met wat water). Niet-aangelengde etherische oliën kunnen gevaren inhouden.

Acrylaten

Een nagelstylist kan een contactallergische reactie opdoen voor acrylaten die in kunstnagels verwerkt zijn. Acrylaten behoren tot de klasse van de synthetische plastics en harsen. Deze stoffen hebben acrylzuur als gemeenschappelijke basis. De allergie



ontstaat via direct contact en via de lucht ('Airborne'). Een airborne dermatitis betreft een allergische reactie van de huid door contact met stoffen die zich onder de vorm van damp, druppels of stofdeeltjes in de lucht bevinden. Meestal worden lichaamsdelen aangetast die aan de lucht zijn blootgesteld zoals het gelaat, de decolleté, de handrug en de voorarm. Acrylaten kunnen voorkomen in lijm die gebruikt wordt bij het verlengen van de wimpers met valse wimpers. Elke wimper wordt in de lijm gedrenkt en aan de wimper van de klant vastgelijmd.

Goed om te weten

Een allergeen kan meerdere soorten reacties veroorzaken. Zo kan formaldehyde zowel een airborne contactallergische reactie veroorzaken als een irritatiereactie.

Andere

Chemische agentia komen frequent voor in oplosmiddelen, liquid primer, poeder, gel, nagellak, reinigingsmiddelen voor penselen en verdunningsmiddelen voor vernis die worden gebruikt tijdens de manicure, pedicure en het plaatsen van kunstnagels.



Container voor mesjes (bron: Districos)

CONTACTALLERGENEN

Metalen

Nikkel is een metaal dat voorkomt in verschillende gebruiksvoorwerpen van roestvrij staal. Nikkel komt voor in manicure- en pedicure-instrumenten, tangen, pincetten, scharen ... Bij huidcontact met een nikkelhoudend voorwerp of materiaal kan een allergische reactie ontstaan. Nikkelallergie is een contactallergie, die ontstaat wanneer de huid herhaaldelijk in aanraking komt met producten waarin nikkel verwerkt is. Hierdoor wordt het afweersysteem overgevoelig voor die stof en veroorzaakt het op een bepaald moment een allergische reactie.

Colofonium

is een plantaardige stof die wordt gewonnen uit de hars van naaldbomen. De chemische samenstelling is afhankelijk van de regio waar de bomen vandaan komen en van het verwerkingsproces van de hars. Colofonium kan o.a. voorkomen in wax, ontharingscrème, oogschaduw, mascara, eyeliner, lipstick.

De biologische agentia

Bij Marc worden de mesjes in speciale containers bewaard. Je brengt de houder met het gebruikte mesje in de container, met een lichte druk komt het mesje los en valt het in de container zonder dat je hiervoor het mesje in je handen moet nemen. Dit is hygiënisch en veilig. *Zie foto onderaan.*

Biologische agentia zijn micro-organismen die in de meeste gevallen niet schadelijk zijn en een gering risico vormen voor de gezondheid. Soms gebeurt dit wel en de gevolgen kunnen ernstig zijn: gezondheidsklachten zoals een infectieziekte, allergie of intoxicatie kunnen optreden. Overal zijn biologische agentia aanwezig, dus ook op de werkvloer: in reinigingsproducten en -toestellen voor het materiaal (pincetten, tangen, knippers ...); door het hergebruiken van dezelfde vijl bij verschillende klanten; een hiv- of hepatitis C-infectie als gevolg van snijwonden bij manicure en pedicure.



GEZONDHEIDSPROBLEMEN

Huidaandoeningen

A. ECZEEM – DERMATITIS

De handen lopen voortdurend het gevaar om in aanraking te komen met stoffen die schadelijk zijn voor de huid. Werkinstrumenten worden ook met de handen vastgenomen. Verschillende huidaandoeningen aan de handen zijn dikwijls de oorzaak van beroepsziekten.

Dermatitis of eczeem is een ontsteking van de huid en een verzamelnaam voor verschillende huidaandoeningen. De huid reageert met roodheid, schilfering, warmte, zwelling, rode bultjes, vochtblaasjes, vochtafscheiding en korstjes. Deze symptomen kunnen naast en na elkaar voorkomen. Sommige eczemen ontstaan op de plaats waar de huid in contact komt met bepaalde uitlokkende factoren, de zogenoemde contacteczemen.

Acuut eczeem

Een dermatitis kan acuut zijn, de symptomen komen plotseling opzetten en ontwikkelen zich snel. Kenmerkend zijn de jeukende rode vlekken waarin soms kleine etterende blaasjes verschijnen.

Chronisch eczeem (o.a. beroepseczeem)

Blijft een eczeem aanhouden, dan wordt de huid rood, droog, schilferig en weinig soepel. Er kunnen bijkomende infecties ontstaan. De geïrriteerde plek is ontstoken en de klachten blijven langer bestaan. Schoonheidsspecialisten, die frequent in contact komen met huidverzorgingsproducten, cosmetica en die regelmatig de handen wassen, kunnen een beroepseczeem of professionele dermatitis opdoen. De voornaamste boosdoeners in dit verhaal zijn de irriterende stoffen en de allergenen die aanwezig zijn in de meeste cosmetica. Rechtstreeks contact met stoffen die een bekend allergeen bevatten, wordt in de mate van het mogelijke bij voorkeur vermeden. De werkgever voorziet preventie-maatregelen en de naleving ervan is een gedeelde verantwoordelijkheid.

Soorten contacteczeem

Contacteczemen zijn onderverdeeld in twee groepen. Beide vormen van eczeem kunnen tegelijkertijd voorkomen. Hun oorzaken zijn wel verschillend.

Irritatie dermatitis of irritatie-eczeem (niet-allergische vorm)

Het irritatie-eczeem ontstaat door een beschadiging van de huid veroorzaakt door mechanische (bv. wrijving) of scheikundige factoren: detergenten en oplosmiddelen zijn irriterende stoffen die de huid ontdoen van haar natuurlijke oliën en ontwikkelen op lange termijn professionele dermatitis. De ontsteking die op de plaats van de beschadiging ontstaat, zal genezen en de huid zal zich herstellen indien zij niet verder geïrriteerd wordt. Blijven de irritaties voortduren, dan blijft ook de ontsteking duren. Factoren die in het instituut irritatie-contacteczeem uitlokken, zijn o.a. reinigende lotions, zepen, water (verstoring van de pH-waarde van de huid), overmatige warmtetoevoer en koude (winter) periodes. Nat werk komt regelmatig voor, waardoor contacteczeem (handeczeem) kan ontstaan. Het materiaal wordt het best regelmatig uitgespoeld en de handen worden frequent gewassen. De werkvloer moet net en verzorgd zijn. Water doet de huid opzwellen, waardoor beschadigende stoffen de huid binnendringen. In de huid komen stoffen vrij (zogenaamde cytokines) die een ontstekingsreactie in gang zetten waardoor de natuurlijke bescherm laag verder afgebroken wordt. Het zwellen van de huid zorgt er dan weer voor dat deze sneller uitdroogt.

Allergisch contacteczeem of contact dermatitis (de allergische vorm)

Bij sommige schoonheidsspecialisten ontstaat een allergische reactie na directe aanraking met allergenen. Dit gebeurt meestal na contact via de handen. Is iemand eenmaal gevoelig, dan





kan door herhaaldelijk contact met het allergeen opnieuw een ontsteking ontstaan. De aandoening wordt chronisch.

B. EELTVORMING

Eelt is een huidverdikking die verhardt door constante wrijving. Op de huid ontstaat een harde gelige hoornmassa. Wie veel handenarbeid verricht, zoals de schoonheidsspecialist, kan eelt krijgen. Het eelt ontstaat ook door druk en/of wrijving en verandering van temperatuur.

C. SCHIMMELNAGEL (NAGELAANDOENING)

Schimmelnagel of onychomycosis is een schimmelinfectie van het nagelbed en de nagel zelf (hand of voet). Meestal begint de infectie aan de nagelranden die daardoor witgeel of bruin vlekken. De nagel wordt dik en brokkelig, vervormt, kan splijten en soms loslaten (dit is niet alleen hinderlijk, maar het kan ook pijnlijk zijn). Er zijn verschillende soorten schimmels en bacteriën die de aandoening kunnen veroorzaken. De infectie wordt bevorderd door het gebruik van zeep of doordat de huid te lang vochtig blijft. Schimmelnagel is moeilijk te behandelen; een nagel groeit namelijk erg langzaam en krijgt heel weinig bloedtoevoer.

Verskillende factoren kunnen schimmelinfectie bevorderen:

- het gebruik van zeep die de natuurlijke bescherm laag oplost
- een vochtige huid door het slecht afdrogen van de handen
- een huidinfectie kan soms nagelschimmel veroorzaken
- een beschadigde nagel die niet goed behandeld wordt
- een verstoorde nagelgroei

Luchtwegen

In het instituut komen diverse bronnen van luchtverontreinigende stoffen voor zoals:

- sprays (oplosmiddelen en drijfgassen)
- oplosmiddelen in lotions, gels, mousses, enz.
- parfums in vrijwel alle cosmetica (schadelijke chemische stoffen in geurmakers)
- verdamping van olie in een aromabrander, een vernevelaar, in de sauna of een stoombad en in een aromalamp

Door het veelvuldig gebruik van verstuivers kunnen de longen worden aangetast (astma). Iemand kan last hebben van chronische bronchitis, een toestand die gekenmerkt wordt door een aanhoudende hoest. Long- en luchtwegaandoeningen geven in verschillende beroepstakken aanleiding tot beroepsziekten. Bij ademhalingsproblemen wordt een arts geraadpleegd. De slijmvliezen van de neus en de ademhalingswegen kunnen worden geprikkeld door bv. kleine stofdeeltjes (zoals o.a. keratine) in te ademen bij manicure, pedicure of bij het plaatsen van kunstnagels.

Kanker

Het verband tussen bepaalde vormen van kanker en cosmetica wordt steeds meer onderzocht. De gevolgen van contact met kankerverwekkende stoffen manifesteren zich pas op lange termijn. Er zijn echter onvoldoende bewijzen die een verhoogd kankerrisico staven (bij het aanbrengen van huidverzorgingsproducten).

**EEN GOEDE
AFZUIGING
VOORZIEN AAN DE
MANICURETAFEL
IS AAN TE RADEN**



Infecties

Infecties kunnen worden doorgegeven bij contact met de klant. Luizen en vlooiën kunnen soms parasitaire infecties veroorzaken. De belangrijkste ziekten die via het bloed kunnen worden overgedragen, zijn: hepatitis B, C en AIDS. Een apart probleem vormt de gevaarlijke, maar gelukkig niet zo vaak voorkomende veteranenziekte (Legionella)*.

Zwangerschap

Werken kan risico's meebrengen voor de zwangere vrouw, het ongeboren kind en de baby bij borstvoeding. Het is belangrijk dat een medewerkster die zwanger is zo snel mogelijk haar werkgever hiervan op de hoogte brengt (geen 3 maanden wachten). De eerste maanden van de zwangerschap is de foetus immers het gevoeligst en kan de blootstelling aan bepaalde chemische producten en infectieuze toestanden een negatieve invloed hebben.

Moederschapsbescherming

De wetgeving rond de moederschapsbescherming verplicht elke werkgever om alle risico's die een zwangere medewerkster kan lopen te identificeren en te evalueren. Daarna dient de werkgever maatregelen uit te werken om die risico's uit te sluiten of in te perken. De sociale wetgeving voorziet in moederschapsverlof en een moederschapsuitkering. Het gaat onder meer over de volgende arbeidsvoorwaarden: het moederschap mag geen aanleiding geven tot enige vorm van discriminatie; er is ontslagbescherming gedurende de zwangerschap; er zijn speciale verbodsbepalingen op overwerk en nachtarbeid. Na melding van zwangerschap kan de zwangere medewerkster steeds op consultatie 'moederschapsbescherming' komen bij de externe dienst van haar werkgever. Tijdens deze consultatie zal de arbeidsgeneesheer oog hebben voor de individuele situatie van de medewerkster en zal hij in functie van haar gezondheidstoestand een gepast advies geven.



Bijkomende vergoeding in de sector

De sector voorziet in een aanvullende vergoeding voor medewerkers die langere tijd arbeidsongeschikt zijn. Dit kan ook in het kader van moederschapsrust. In geval van zwangerschap voorziet de sector – op basis van een voltijdse tewerkstelling – een bijkomende vergoeding van 5 euro bruto per dag. Bij deeltijdse tewerkstelling wordt het bedrag proportioneel aangepast volgens het aantal uren/week.

Info

Fonds voor Bestaanszekerheid van het PC314
[www.fbz-pc314.be / bijkomende vergoeding](http://www.fbz-pc314.be/bijkomende-vergoeding).

(*) Via warmwatercircuits, kranen, douches, whirlpools, airconditioning en koeltorens kan de bacterie door verneveling verspreid worden. De gevormde aerosol kan in de longen terechtkomen. Legionella leeft wijdverspreid in water, maar de overdracht van mens op mens is nooit aangetoond. De omstandigheden die de groei van de legionellabacteriën bevorderen zijn: stagnerend water (bv. wanneer water in ozondapparaat of verstuivers niet tijdig ververscht wordt), watertemperatuur tussen 20° C en 50° C (de optimale temperatuur is 35° C - 46° C), zuurtegraad tussen 5 en 8,5 en aanwezigheid van micro-organismen. Vele warmwatercircuits hebben een temperatuur rond 40° C. Bijgevolg zijn vele systemen vatbaar voor besmetting met de legionellabacterie. Volgende waterbronnen zorgen voor optimale condities om de groei van legionella te bevorderen: watercircuits en tanks met een watertemperatuur van ongeveer 40° C, bevochtigers en fontein die aerosol verspreiden en water op hogere temperatuur bevatten, whirlpools, therapiebaden (>35° C), stagnerend water. Bij water onder de 20° C vermenigvuldigt legionella zich niet. De bacterie kan er wel in overleven. Water met een temperatuur boven de 55° C doodt de legionellabacterie.

PREVENTIEMAATREGELEN VOOR DE GEZONDHEID



GEVAARLIJKE STOFFEN OP DE WERKVLOER: EEN GEVAARLIJKE STOF IS EEN STOF MET GEVAARLIJKE EIGENSCHAPPEN. ZE KAN ONDER BEPAALDE OMSTANDIGHEDEN EEN RISICO MET ZICH MEEBRENGEN DAT OP ZIJN BEURT EEN LETSEL, SCHADE OF HINDER AAN EEN PERSOON, EEN INSTALLATIE OF HET MILIEU VEROORZAAKT. GEVAARLIJKE STOFFEN ZIJN ALOMTEGENWOORDIG IN BEDRIJVEN. ZE KUNNEN EEN REËEL GEVAAR VORMEN VOOR DE VEILIGHEID EN DE GEZONDHEID VAN DE MEDEWERKER. EUROPESE EN BELGISCHE RICHTLIJNEN EN WETTEN LEGGEN FABRIKANTEN, INVOERDERS EN LEVERANCIERS VAN GEVAARLIJKE STOFFEN VERPLICHTINGEN OP. WETTEN VERANDEREN, ETIKETTEN OOK.

Etikettering van gevaarlijke stoffen

Het is belangrijk dat de schoonheidsspecialist kennis heeft van de inhoud van de verpakking en de eventuele gevaren die gepaard gaan met het hanteren van cosmetica. Hiermee wordt bedoeld dat hij het etiket of de bijsluiters aandachtig leest en begrijpt. Elke verpakking is gewoonlijk voorzien van het vereiste etiket. Het etiket vermeldt 3 belangrijke elementen: de symbolen, de gevarenaanduiding en de veiligheidsaanbevelingen.

EU GHS (Globally Harmonised System)

De Europese GHS verwijst naar de wereldwijde afspraken over de classificatie en indeling van gevaarlijke stoffen. De officiële naam voor classificatie en etikettering is CLP.

CLP (Classification, labelling and packaging of dangerous products)

Om een hoog niveau van bescherming van de gezondheid van de gebruiker en het milieu te garanderen en om het vrij verkeer



van stoffen en mengsels te waarborgen, zijn de criteria voor de indeling van deze stoffen en mengsels en de voorschriften voor de etikettering en de verpakking geharmoniseerd door de CLP. Voordat de leverancier een stof of mengsel in een verpakking op de markt brengt, moet hij deze etiketteren volgens de vereisten van de CLP-verordening als een stof gekend is als gevaarlijk of als een mengsel één of meer stoffen bevat die bekend zijn als gevaarlijk.

De nieuwe ingevoerde Europese vereisten voor de etikettering van recipiënten en verpakkingen zijn:

- de gegevens van de leveranciers (naam, adres, telefoonnummer)
- de nominale hoeveelheid van het mengsel
- de productidentificatie
- het signaalwoord om de mate van gevaar te benadrukken. Er zijn twee signaalwoorden: 'gevaar' (de stoffen en mengsels met ernstig gevaar) en 'waarschuwing' (de stoffen en mengsels met minder ernstig gevaar). In sommige gevallen is er geen signaalwoord vereist voor een gevaarlijke chemische stof
- de gevaarsymbolen die visueel het type gevaar weergeven
- de gevarenaanduiding of 'Hazard statement', bv. H223 ontvlambare aerosol
- de veiligheidsaanbevelingen of 'Precautionary statement', bv. P262 contact met de ogen, de huid of de kledij vermijden
- de aanvullende gevareninformatie EUH-zinnen bv. EUH 206 kan een allergische reactie veroorzaken

DE SYMBOLEN

In veel gevallen komen op het etiket volgende symbolen voor:



Dit veelvoorkomend symbool op de cosmeticaverpakking spoort de gebruiker aan om de bijsluiter aandachtig te lezen omdat de verpakking zo klein is dat er niet voldoende ruimte is voor de vereiste inhoudelijke vermelding. Het symbool verwijst naar de informatie die op een aparte folder gedrukt staat.



De houdbaarheidsdatum

geeft aan hoe lang een product houdbaar is en dus veilig kan worden gebruikt, bv. ≤ 30 maanden, voorafgegaan door het zandloper-symbool of door de woorden: "Bij voorkeur te gebruiken voor eind ..." gevolgd door de datum: (maand, jaar) of (dag, maand, jaar).



Het PnO-pictogram

(periode na opening)

vermeldt het aantal maanden van minimale houdbaarheid bv. 12M (maanden) na het openen van het productpotje.

[Nano] Nano

Het suffix "Nano" wordt vermeld na de naam van het ingrediënt in kwestie indien de nanotechnologie is toegepast. Bv. titaniumdioxide [Nano].

Een Nano-deeltje wordt gedefinieerd als een materiaal waarvan de belangrijkste bestanddelen tussen 1 en 100 miljardsten van een meter groot zijn. De industrie gebruikt Nano-deeltjes in cosmetica, omdat deze toepassing vaak grote voordelen biedt: het verbetert de eigenschappen van producten, bv. de zonnfilter titaniumdioxide. Bij deze techniek worden zinkoxide en titaniumdioxidedeeltjes (deze zijn verantwoordelijk voor reflectie van zonnestralen) zo klein gemaakt dat ze geen witte waas meer op de huid achterlaten.

Titaniumdioxide zit in zonnebrandcrèmes, make-up, tandpasta en zelfs in voedsel. Via producten als kauwgom, ijsjes en marshmallows krijgen we dagelijks een flinke hoeveelheid titaniumdioxide binnen.

DE GEVARENSYMBOLLEN

De vierkante oranje pictogrammen zijn sinds jaren vervangen door ruitvormige witte pictogrammen met rode rand. De etikettering is ingedeeld in 3 klassen. De meest voorkomende pictogrammen in de sector van de schoonheidszorgen verwijzen naar het:

FYSIEK GEVAAR



Ontvlambaar (GHS02)

Een product kan ontvlammen als het in contact komt met een ontstekingsbron zoals een sigaret, lucifer of vlam. Een stof met een vaste substantie, een vloeistof en gas kunnen ontvlambaar zijn zoals aceton, spiritus en ether.

GEZONDHEIDSGEVAAR



1. irriterend, sensibiliserend, schadelijk (GHS07)

Bij opname via de mond of contact met de huid kan een stof schadelijk zijn en irritatie veroorzaken zoals vaatwasmachinetabletten, chloorbleekmiddelen en bepaalde ontkalkers.



2. Bijtend, corrosief (GHS05)

Deze stof heeft een vernietigend effect op de huid, ogen en slokdarm en veroorzaakt brandwonden, bv. gootsteenontstoppers, sterke ontkalkingsmiddelen en verdund zoutzuur (30%).



3. Op lange termijn gezondheidsgevaarlijk (GHS08)

Bij opname via de mond of contact met de huid kan een stof mogelijks kankerverwekkend zijn (asbest) of op lange termijn schadelijk zijn voor de gezondheid, o.a. voor de voortplanting.

MILIEUGEVAAR



Gevaar voor het milieu (GHS09)

Deze stof vormt een gevaar voor het aquatische milieu en is schadelijk voor de organismen. Actieve stoffen in pesticiden zijn gevaarlijk voor vissen, schaaldieren, algen, waterplanten en nuttige insecten.

Gevaar voor de ozonlaag

Een nieuwe gevaarenklasse, waarvan momenteel geen logo bestaat.

Tips

Lees het volledige etiket en let in het bijzonder op de veiligheidsaanbevelingen (P-zin).

Bestudeer de ingrediëntenlijst en lees de gevarenaanduiding aandachtig; enkel de meest ernstige gevarencategorieën worden met een symbool aangeduid.

Als er geen symbool staat, wil dat zeker niet zeggen dat het product helemaal ongevaarlijk is. De mogelijke risico's staan steeds vermeld op het etiket.

Bewaring van gevaarlijke stoffen

Cosmetica worden in geschikte en veilige omstandigheden bewaard. De bepalingen voor de opslag van cosmetica staan in de gebruiksaanwijzing vermeld.

Tips

Cosmetica worden het best in hun originele verpakking, droog, koel of op kamertemperatuur bewaard, niet op een plaats die de doorgang belemmert (bv. in de gang). De flessen, containers en flacons zijn hermetisch afgesloten.

Brandbare producten worden het best ver van een ontstekingsbron gehouden.

Spuitbussen met brandbare drijfgassen of alcoholproducten worden niet gebruikt of verneveld in de buurt van een vlam of in de richting van een gloeiend voorwerp.

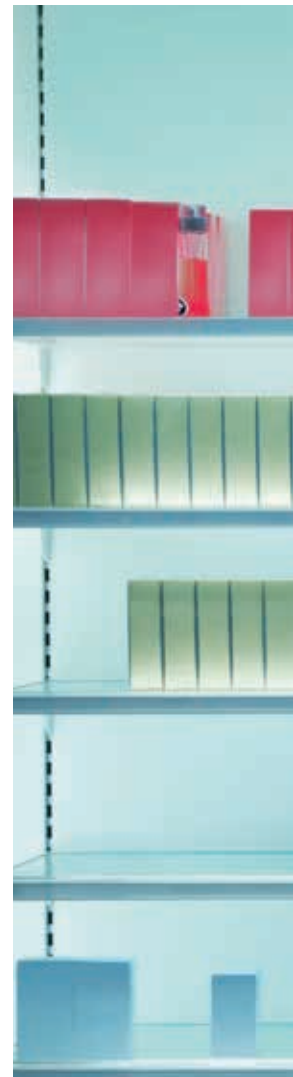
Kinderen komen niet in de opslagruimte en ook niet in contact met gevaarlijke producten.

Het stockbeheer wordt goed opgevolgd:

- controleer de vervaldaten en de 'PnO' (periode na opening) bij herbruikbare producten
- hanteer het principe 'first in, first out' (eerder aangekochte producten eerst gebruiken)
- lege of gedeeltelijk gebruikte verpakkingen worden op een milieuvriendelijke manier verwijderd

Werken met gevaarlijke stoffen

Er is een goede ventilatie op de werkplek voorzien. Er wordt voldoende verse buitenlucht toegevoerd. Koolzuurgas, overvloedige waterdamp, hinderlijke stoffen en geuren worden afgevoerd. Dit kan door openingen te voorzien of ventila-





tors of een afzuigsysteem te installeren. Er worden zo weinig mogelijk sprays gebruikt en er wordt voorkeur gegeven aan verstuivers zonder drijf-gas (bv. voor het desinfecteren van oppervlakken). Het regelmatig inademen van de nevel is schadelijk voor de gezondheid. Voor bepaalde activiteiten kiest de schoonheidsspecialist voor de meest veilige techniek. Bv. bij het frezen kan hij eventueel de nattechniek toepassen om de fijne stofdeeltjes neer te laten slaan of een freestoestel met afzuiging hanteren.

Algemeen rookverbod op de werkvloer

Sinds 1 januari 2006 (KB 19 januari 2005) heeft elke medewerker recht om te beschikken over een rookvrije werkruimte. Dit recht wordt aangevuld door een regeling voor rookvrije gesloten plaatsen toegankelijk voor het publiek en voor de rookvrije werkplaats (Wet van 22 december 2009). Deze wet is dus eveneens belangrijk voor de werkgever en voor de medewerker en trad in werking op 1 januari 2010.

Tips

Er wordt niet gerookt op de werkvloer, in de pauzeruimte en de sociale voorzieningen (toiletten, kleedkamers ...).

Er worden duidelijke afspraken gemaakt met de medewerkers over roken tijdens het werk. Deze afspraken worden het best opgenomen in het arbeidsreglement.

De werkgever houdt zich aan een aantal wettelijke verplichtingen. Hij voorziet in een brandbeleid waarbij de medewerkers betrokken worden.

De medewerkers nemen ook hier hun verantwoordelijkheid.

3. HYGIËNE

HYGIËNE IS DE VERZAMELNAAM VOOR ALLE HANDELINGEN DIE ERVOOR ZORGEN DAT MENS EN DIER GEZOND BLIJVEN DOOR ZIEKTEVERWEKKERS UIT DE BUURT TE HOUDEN. DE SCHOONHEIDSSPECIALIST BEHANDELT MENSEN, HIJ RAAKT ZE MET DE HANDEN AAN. HIJ BEWERKT DE HUID MET PRODUCTEN EN HANTEERT DIVERSE APPARATEN. DE KANS BESTAAT DAT ER VREEMDE STOFFEN OF MICRO-ORGANISMEN VRIJKOMEN EN DAT DE HUID BESCHADIGD WORDT. MICRO-ORGANISMEN (BACTERIËN, SCHIMMELS, VIRUSSEN ...) VERSPREIDEN ZICH (BESMETTING) EN VEROORZAKEN EEN INFECTIE. MAATREGELEN WORDEN GENOMEN OP NIVEAU VAN HET BEDRIJF (BEDRIJFSHYGIËNE) EN OP INDIVIDUEEL NIVEAU (INDIVIDUELE HYGIËNE). IN HET BEDRIJF WORDEN MAATREGELEN GENOMEN DIE DOOR DE MEDEWERKER/STAGIAIR MOETEN WORDEN NAGELEEFD. DAARBIJ ZORGEN ZE ELK VOOR ZICHZELF: GEZONDE VOEDING, VOLDOENDE LICHAAMSBEWEGING, NETTE KLEDING, GOEDE LICHAAMSVERZORGING, VOLDOENDE ONTSPANNING EN EEN EVENWICHTIGE LEVENSWIJZE.



BEDRIJFSHYGIËNE

Hieronder verstaat men maatregelen die getroffen worden om schade aan de gezondheid te voorkomen, zoals maatregelen tegen het verspreiden van micro-organismen om infecties te voorkomen. De schoonheidsspecialist zorgt voor een gezonde werkomgeving.

Het instituut

Vanuit hygiënisch standpunt voldoet het instituut het best aan een aantal eisen. Is het instituut opgenomen in de woning, dan is het aangeraden dat de cabine bereikbaar is via een aparte deur of via de voordeur zodat men niet door de privévertrekken moet. Indien het zich op de bovenverdieping bevindt, is de trap breed genoeg (80 cm) en veilig (er ligt niets op de trap, er is voldoende verlichting). Het toilet is fris, proper en neutraal. Binnen een autonoom instituut is het aangeraden om minimaal 1 toilet te voorzien in de nabijheid van de werkplek. Op de werkplek wordt gezorgd voor een stofvrije en propere werkomgeving en smetteloos materiaal. Het instituut is voorzien van een vloer die gemakkelijk te onderhouden en te desinfecteren is. Meubilair en gordijnen zijn gemakkelijk te reinigen.

De cabine

- is netjes en praktisch ingericht
- is voorzien van een wastafel met koud en warm stromend water (zie ook verder bij handhygiëne)
- heeft voldoende kastruimte waarin materiaal en instrumenten overzichtelijk en stofvrij zijn bewaard
- heeft een ruim werkblad om overzichtelijk te kunnen werken
- wordt na de behandeling van een klant opgeruimd, gereinigd en zo nodig ontsmet. Op het einde van de werkdag wordt al het materiaal gereinigd en ontsmet, de vloer gereinigd, het afval verzameld en afgevoerd
- is voorzien van voldoende linnengoed, dat bij elke klant ververs wordt

Reinigen

Onder reinigen wordt verstaan het verwijderen van zichtbaar vuil en onzichtbaar organisch materiaal om te voorkomen dat micro-organismen zich kunnen handhaven, vermeerderen en verspreiden.

Droog reinigen: bv. stof afnemen en/of stofzuigen.

Nat reinigen: om een reinigende werking te verhogen, wordt een reinigingsproduct toegevoegd aan water. Voor het reinigen kan worden gekozen voor een huishoudelijk product of een instrumentenreinigingsmiddel. Voor de vloeren en het meubilair wordt een huishoudelijk product gebruikt. Wanneer het kan, is machinaal reinigen zeker aan te raden omdat er hoge temperaturen kunnen worden ingesteld (wasmachines, afwasmachines, ultrasoon reiniger).

Ontsmetten (desinfecteren)

Onder ontsmetten wordt verstaan het inactiveren of reduceren van schadelijke micro-organismen op meubilair en materiaal, huid en slijmvlies tot een aanvaardbaar niveau, zodat er geen besmettingsgevaar is. We kunnen objecten, materiaal, de huid en slijmvlies ontsmetten. Ontsmettingsmiddelen zijn stoffen die in staat zijn micro-organismen te reduceren tot een aanvaardbaar peil. Ontsmetting van oppervlakken en instrumenten kan zowel thermisch als chemisch (ontsmettingsmiddelen).





Bij inwerking van heet water, hete lucht of stoom met een temperatuur vanaf 70° C vindt een thermische ontsmetting plaats (vb. heteluchtsterilisator). De meeste schimmels, bacteriën of virussen worden bij ontsmetting geneutraliseerd. Soms kan de ontsmetting echter ontoereikend zijn.

Bij gebruik van wettelijk toegelaten ontsmettingsmiddelen spreken we over een chemische ontsmetting (bv. ontsmettingsalcohol ethanol in ultrasoonreiniger). Wanneer een verwonding tijdens een behandeling optreedt, wordt deze schoongespoeld met een erkend ontsmettingsmiddel.

Steriliseren

Bij het steriliseren worden alle micro-organismen op of in een voorwerp gedood of geneutraliseerd (kiemvrij gemaakt). Als basisregel geldt: altijd reinigen en ontsmetten vooraleer te steriliseren. Men kan op verschillende manieren instrumenten steriliseren: verhitten met een heteluchtsterilisator voor de sterilisatie van metalen instrumenten en glas of verhitten met stoom (onder druk) met een autoclaaf voor de sterilisatie van metalen instrumenten, glazen voorwerpen en ook bepaalde kunststoffen en doeken.

Hygiënemaatregelen in de praktijk

A. HYGIËNE OP DE WERKVLOER

- . Er is een eet- en drinkverbod
- . Was- en toiletfaciliteiten worden ter beschikking gesteld van de medewerkers
- . De handdoeken worden direct na elke klantendienst gewassen op 90° C. Er kan ook worden gewerkt met handdoeken voor eenmalig gebruik
- . Nikkelbevattend materiaal wordt absoluut vermeden. Indien gekozen wordt voor metalen instrumenten, dan moeten ze bij voorkeur uit roestvrij staal bestaan en van goede kwaliteit zijn. De instrumenten worden stelselmatig schoongemaakt en ontsmet
- . Vloeren en meubels worden onmiddellijk ontsmet na het morsen van bloed
- . Afval wordt veilig verzameld, opgeslagen en verwijderd



▲ De werkplek wordt regelmatig met water en efficiënte reinigingsmiddelen onderhouden.

**REGELMATIG DE HANDEN
WASSEN MET EEN
PH-HUIDNEUTRALE
HANDZEEP IS BELANGRIJK
VOOR EEN GOEDE HYGIËNE**



B. HANDHYGIËNE

De handen goed verzorgen

De handen spelen een belangrijke rol in het overbrengen van ziekten. De microben die ons bevuilen, gaan van de handen over naar de aangeraakte voorwerpen of naar voedsel en vandaar naar de mond. Meestal volstaat het om de handen en de onderarm zorgvuldig en grondig te wassen.

Voor een goede hygiëne wordt het best gebruik gemaakt van:

- **vloeibare pH-huidneutrale handzeep uit een dispenser:** stukken zeep voor gemeenschappelijk gebruik vormen voedingsbodems voor bacteriën omdat ze meestal vochtig zijn
- **handdoekjes (papier of katoen) voor eenmalig gebruik:** handdoeken voor gemeenschappelijk gebruik zijn eveneens een voedingsbodem voor bacteriën omdat ze door meerdere personen worden gebruikt
- **een wastafel met een kraan met elleboogbediening of met optisch oog:** de handen kunnen opnieuw besmet raken door de kraan dicht te draaien na het spoelen, omdat de kraan kort ervoor met bevuilde handen is aangeraakt. Een kraan met een elleboogbediening kan een oplossing bieden. Is er geen kraan met elleboogbediening, dan kunnen de handen eerst worden afgedroogd vooraleer de kraan dichtgedraaid wordt met het wegwerpdoekje. Een kraan met optisch oog hoeft niet dichtgedraaid te worden
- **een pedaalemmer voor gebruikte handdoekjes**
- **handdoeken voor specifiek gebruik, die gescheiden worden van de andere:** de handdoeken die voor de klant bestemd zijn, worden niet gebruikt om de handen af te drogen

Voor een grondige reiniging worden de handen het best gewassen vóór en na een verzorging, eventueel in aanwezigheid van de klant; na contact met bloed, pus, e.d.; als ze vuil zijn; vóór het eten, koffie drinken, e.d.; na het gebruik van het toilet; na het snuiten van de neus (het best met een papieren zakdoekje).



(*) Handhygiëne/reinigen met water en zeep (IDEWE)
Vind achteraan dit hoofdstuk de uitneembare fiche



De handen wassen in 10 stappen en 60 seconden

(zie fiche handhygiëne)

1. Bevochtig de handen met water, neem een voldoende hoeveelheid vloeibare zeep, verdeel over de handen en wrijf in op volgende manier
2. Handpalmen tegen elkaar
3. Handpalm over handrug met gespreide vingers (links & rechts)
4. Handpalmen tegen elkaar en vingers tussen elkaar
5. Achterkant van de vingers in de handpalm van de andere hand klemmen en heen en weer bewegen
6. Duim vastnemen met de andere handpalm en inwrijven (links & rechts)
7. Alle vingertoppen in de handpalm draaiend inwrijven (links & rechts)
8. Spoel de handen zorgvuldig af met water
9. Dep de handen droog met een wegwerpdoekje
10. Sluit de kraan met het wegwerpdoekje

Een beschermingscrème aanbrengen

Breng een aangepaste beschermingscrème aan op de handen op het einde van een taak, vóór pauzes en op het einde van de werkdag.

Geen juwelen dragen aan de handen en rond de polsen

Het dragen van ringen, een horloge en armbanden tijdens de behandeling is af te raden. Vuil, vocht en micro-organismen stapelen zich eronder op en maken het onmogelijk doeltreffend de handen te wassen.

C. KLEDIJ EN SCHOENEN

Beschermingskledij (cao 17 maart 2010)

De werkgever stelt beschermingskledij (tuniek en schort) ter beschikking en staat in voor de vervanging, het reinigen en onderhoud. Deze kledij moet voldoen aan de geldende technische normen.

Werkkledij

Werkkledij is kledij die de werknemer draagt op de werkplek en die geen beschermingskledij is (bv. een hemd, broek of jurk). Deze geeft voldoende bewegingsvrijheid, is slijtvast, niet scheurbaar, aangepast aan het werk en aan de maten van de medewerker en vervaardigd uit materiaal dat geen allergie veroorzaakt.

Vrijheid van werkkledij kan worden toegestaan indien het uitdrukkelijk in het arbeidsreglement of de arbeidsovereenkomst vermeld staat of uit de risicoanalyse blijkt dat het dragen van beschermkledij geen vereiste is. Staat de vrijheid van werkkledij uitdrukkelijk vermeld in het arbeidsreglement of de arbeidsovereenkomst, dan moet de werkgever zijn medewerkers niet vergoeden voor de reiniging en het onderhoud. Indien de werkgever werkkledij voorziet voor zijn medewerkers, staat hij ook in voor het reinigen en het onderhouden. Staat hij niet in voor de kosten van het reinigen en het onderhouden, dan betaalt hij een vergoeding aan de medewerker. Indien de werkgever geen werkkledij ter beschikking stelt, staat de medewerker in voor de aankoop, het reinigen en het onderhouden. De werkgever betaalt in dit geval een vergoeding.

Aangepaste schoenen

Overbelasting zorgt vaak voor pijnlijke en gezwollen voeten. Dit kan je voorkomen door comfortabele en aangepaste schoenen te dragen. De schoenen van de schoonheidsspecialist passen bij de kleding, maar zijn voornamelijk ergonomisch verantwoord. Schoenen met een goede pasvorm en een lage brede hak die steun geven zijn aan te raden. Ze zijn best zacht, stevig en eventueel voorzien van isolerende en vochtwerende zolen.

D. PERSOONLIJKE BESCHERMINGSMIDDELEN (PBM'S)

Om de gezondheidsrisico's op de werkvloer in te perken, draagt de medewerker aangepaste beschermingsmiddelen.

Handschoenen

Handschoenen dienen om de huid te beschermen tegen nat werk en tegen irriterende en allergene stoffen uit de cosmetica. Ze worden het best gedragen bij:

- het uitvoeren van verschillende handelingen waarbij de huid wordt doorboord of beschadigd, zoals bij het elektrisch ontharen, het aanbrengen van semipermanente make-up, het verwijderen van milia e.d. Handschoenen bieden helaas geen bescherming tegen een prikkelsel
- voetverzorging (altijd). Na afloop van de behandeling worden ze weggegooid en worden de handen gewassen en/of ontsmet
- manicure en nagelverzorging, bv. bij het aanbrengen van kunstnagels. Gels kunnen ook een hoog percentage gevaarlijke stoffen bevatten, daarom is het eveneens te overwegen om handschoenen te dragen bij intensief werken met deze producten
- een wondje aan de hand. De wond met een waterafstotende pleister afdekken, ook onder de handschoenen

De juiste beschermende handschoenen dragen

In het instituut worden 2 soorten handschoenen ter beschikking gesteld:

- dikke herbruikbare handschoenen voor het reinigen van de werkplek, bv. bij het onderhouden van de werkvloer
- fijne wegwerphandschoenen voor de uitvoering van bepaalde taken. Handschoenen voor eenmalig gebruik worden sterk aangeraden. Het is belangrijk om dit type handschoenen slechts eenmaal te gebruiken en ze zeker niet weg te leggen om te drogen of talk in te strooien voor een tweede of derde gebruik. Dit verhoogt de kans op allergie

De handschoenen hebben een lange manchet en ze passen goed om de vingers. Dit wil zeggen dat het model niet te wijd is rond de pols en dat er niet te veel ruimte overblijft boven de vingertoppen. Ze bedekken de pols en een deel van de voorarm om het binnendringen van stoffen en vloeistoffen te voorkomen. Ze zijn hermetisch afgesloten en niet allergeen. Het is af te raden om handschoenen te gebruiken uit natuurlijke latex waarin talkpoeder zit. De werkgever stelt handschoenen voor eenmalig gebruik ter beschikking van de medewerker/stagiair.





De beschikbaarheid van deze handschoenen is zeer belangrijk voor de bescherming van de huid. Ze zijn beschikbaar in:

- verschillende kleuren (wit, roze, violet, zwart ...)
- vinyl of nitril. Handschoenen in nitril zijn zeer handig door hun goede pasvorm en omdat ze nikkel tegenhouden
- verschillende maten, zodat ze voor elke medewerker/stagiair passen

De verpakking van de handschoenen is voorzien van volgende symbolen:



CE-markering

die aangeeft dat de handschoenen voldoen aan de daarvoor geldende richtlijn 89/656/EEC. CE staat hierbij voor 'Conformité Européenne' (in overeenstemming met de Europese regelgeving).



Norm EN 374

die aangeeft dat de handschoenen de gebruiker beschermen tegen chemicaliën en/of micro-organismen.

Mondmasker

Er wordt het best een mondmasker gedragen, bv. bij het frezen en het vijlen. Tijdens behandelingen waarbij gespat wordt of waarbij een aerosol ontstaat (een oplossing van vloeistof in gas, bv. tijdens het frezen) is het aangeraden om een mondmasker te dragen.

Beschermbril

Bij definitieve ontharing en huidverbetering met IPL- of lasertherapie beschermen de schoonheidsspecialist en de klant het best hun ogen met een bril.

E. ZALVEN, CRÈMES EN PASTA'S

Micro-organismen kunnen zich in deze preparaten ontwikkelen. Besmetting kan worden voorkomen door: tubes te gebruiken i.p.v. potjes, flesjes en tubes direct na gebruik goed te sluiten, zalven en pasta's met een schone spatel uit het potje te nemen, de spatel te reinigen/desinfecteren na contact met de huid en vóór het hergebruiken.

F. HEPATITIS B, C EN HIV-VIRUS

Virussen zijn o.a. overdraagbaar via bloed-bloedcontact en via bloed-slijmvliescontact met een besmet persoon. Op de werkvloer kan door een prik- of een spatletsel een dergelijk contact plaatsvinden. Omdat vooral bij hepatitis B en C slechts een klein aantal virussen al een infectie kunnen veroorzaken, kan een prikletsel grote gevolgen veroorzaken en moeten maatregelen in acht worden genomen om besmetting te voorkomen:

- steeds voorzichtig omgaan met bloed, wondvocht en besmet materiaal. Het materiaal en de apparatuur worden regelmatig ontsmet en zeker onmiddellijk na contact met bloed of wondvocht, ook na gebruik bij klanten met een huidinfectie. Bloed wordt onmiddellijk opgenomen met een tissue. Daarna wordt het oppervlak ontsmet met een alcohol- of chlooroplossing.
- voor elke klant ontsmet materiaal hanteren
- voor een persoonlijke hygiëne zorgen
- scherpe voorwerpen zoals mesjes en naalden worden altijd eenmalig gebruikt en onmiddellijk na gebruik in een naaldencontainer gedeponeerd zodat niemand zich kan verwonden
- zich aan de hygiëneregels houden vóór en tijdens een behandeling, zoals het materiaal klaarzetten voor de behandeling om te voorkomen dat er tijdens de behandeling met besmette handen nog extra materiaal uit de (propere) voorraad moet worden genomen

Deze hygiëneregels worden in acht genomen vóór en tijdens de behandeling van de klant.

PERSOONLIJKE HYGIËNE

De schoonheidsspecialist draagt zorg voor zichzelf. Persoonlijke hygiëne heeft te maken met een goede lichamelijke verzorging (dagelijks schone (onder)kleding aantrekken); een gezonde voeding; schone, geknipte nagels (nagels zijn glad en haperen niet); een verzorgd kapsel (lang haar wordt vastgebonden); lichaamsbeweging; voldoende ontspanning en een evenwichtige levenswijze.



Handhygiëne

Reinigen met water en zeep



60 sec.

1



Bevochtig de handen met water, neem een voldoende hoeveelheid vloeibare zeep, verdeel over de handen en wrijf in op de volgende manier:

2



Handpalmen tegen elkaar

3



Handpalm over handrug met gespreide vingers (links en rechts)

4



Handpalmen tegen elkaar en vingers tussen elkaar

5



Achterkant van de vingers in de handpalm van de andere hand klemmen en heen en weer bewegen

6



Duim vastnemen met de andere handpalm en inwrijven (links en rechts)

7



Alle vingertoppen in de handpalm draaiend inwrijven (links en rechts)

8



Spoel de handen zorgvuldig af met water

9



Dep de handen droog met een wegwerpdoekje

10



Sluit de kraan met het wegwerpdoekje

11



De handen zijn gereinigd

Bron: WHO



4. **ERGONOMIE**

HET BEGRIIP 'ERGONOMIE' IS EEN COMBINATIE VAN ERGOS (WERK) EN NOMOS (LEER). ERGONOMIE IS EEN MULTIDISCIPLINAIRE WETENSCHAP DIE DE LEEF- EN WERKOMGEVING VAN DE MENS AANPAST AAN ZIJN FYSIEKE, SOCIALE EN PSYCHOLOGISCHE NODEN OM ZO OPTIMAAL MOGELIJK VEILIG EN GEZOND TE KUNNEN FUNCTIONEREN. ERGONOMIE HELPT OM EEN EVENWICHT TE ZOEKEN TUSSEN MENS EN WERK EN BEVORDERT DE WISSELWERKING TUSSEN HET INDIVIDU EN ZIJN OMGEVING. IN HET DAGELIJKS LEVEN EN TIJDENS HET UITOEFENEN VAN EEN BEROEPSACTIVITEIT KUNNEN DIVERSE FACTOREN (OMGEVING, ORGANISATIE EN FYSIEKE ARBEID) LICHAAMELIJKE LETSELS UITLOKKEN.

MUSCULOSKELETALE AANDOENINGEN (MSA)

Andere benamingen:

RSI: Repetitive Strain Injuries

TMS: Troubles Musculosquelettiques

Algemeen

In het instituut kunnen bepaalde taken de oorzaak vormen van klachten ter hoogte van de musculoskeletale structuren zoals spieren, pezen, ligamenten, zenuwen en gewrichten. Deze klachten worden aangeduid met de verzamelnaam musculoskeletale aandoeningen (MSA). De klachten zijn vooral gelokaliseerd ter hoogte van rug en nek, bovenste ledematen (schouders, ellebogen, pols) en onderste ledematen (knie, voet). Europese statistieken ("Fit for Work", 2009) tonen aan dat 19,8% van de Belgen last heeft van rugpijn en 17,5% van spierpijn. Of het nu gaat om rug-, spier- of gewrichtspijn, MSA leiden tot afwezigheden van lange duur, wat nadelig is voor de medewerker maar ook voor de werkgever.



De sector

Werkgerelateerde lichamelijke klachten komen veel voor in de sector. De meeste schoonheidsspecialisten aanvaarden de klachten en werken door. Het lijkt wel of het bij het beroep hoort. De veelvoorkomende MSA zijn te wijten aan een combinatie van het langdurig aanhouden van een staande of zittende houding, het herhaaldelijk uitvoeren van handelingen (nagelstyliste) waarbij ook kracht wordt vereist van handen en vingers (massage) en een ongemakkelijke werkhouding (pedicure). Het beroep van schoonheidsspecialist is een manueel beroep en lichamelijk intensief. Het menselijk lichaam heeft een groot aanpassingsvermogen, maar toch zullen er bij het negeren van de ergonomische principes met de tijd klachten opduiken. Een schoonheidsspecialist kan na een drukke werkdag klagen over pijn en vermoeidheid.

De symptomen van MSA

MSA kunnen plots optreden maar in de meeste gevallen is het een geleidelijk proces. De aandoening en de gevolgen verergeren indien de problemen niet tijdig worden aangepakt. In het eerste stadium voelt de schoonheidsspecialist pijn en vermoeidheid op het einde van de werkdag. Ze verdwijnen na nachtrust. In het tweede stadium houdt de pijn aan, ook na de nachtrust, en verstoort de slaap en de arbeidsprestaties met korte afwezigheden als gevolg. In het derde stadium worden de pijn en spiervermoeidheid chronisch. Ze verstoren de dagelijkse activiteiten en beperken de werkprestaties. Er treden duidelijke klinische signalen op met langdurige afwezigheden als gevolg.

De oorzaken

De belangrijkste oorzaken van deze klachten zijn:

de organisatorische belasting

- het tempo waarin een taak moet worden afgewerkt
- de aard van het uitgevoerde werk
- de relatie met de collega's, leidinggevende, klant

de omgevingsbelasting

- de temperatuur: tocht en koude zijn nefast. Koude verhoogt de belasting op de pezen en vereist extra spierkracht van de onderarm, waardoor het moeilijk wordt om het materiaal en de spiercoördinatie goed te hanteren
- de verlichting in het instituut: slechte verlichting veroorzaakt een slechte houding en verhoogt het risico op struikelen

de fysieke belasting

- de kracht die wordt uitgeoefend bij bepaalde taken (massage)
- de repetitieve handelingen in combinatie met een statische houding
- de trillingen die het materiaal veroorzaakt
- het tillen, trekken en duwen zorgt voor schade aan de gewrichten, spieren en pezen (bv. tendinitis)
- het bukken veroorzaakt schade aan de rug (bv. lumbago)
- het staan veroorzaakt spataders en gezwollen voeten

GEZONDHEIDSRISICO'S EN PREVENTIEMAATREGELEN

Algemeen

Belastende houdingen in combinatie met een bijkomende krachtspanning zorgen ervoor dat de gewrichten, spieren, pezen en ligamenten meer worden uitgerekt of samengedrukt. Worden deze bewegingen veel herhaald en de houdingen lang aangehouden, dan loop je het risico om MSA te ontwikkelen.

Preventie

Om MSA te voorkomen, is het belangrijk dat de medewerker kan rekenen op een aangepaste werkomgeving, zowel op praktisch (aanpasbaar materiaal) als op organisatorisch vlak (dienstregeling, werklust, afwisselende taken). De medewerker dient ook correct te worden ingelicht over musculoskeletale aandoeningen. Een vroegtijdige diagnose bevordert de behandeling van het probleem waardoor de medewerker sneller het werk kan hervatten.

Op niveau van de organisatie binnen het instituut kunnen volgende maatregelen het risico op gezondheidsproblemen verminderen:

- kiezen voor gepast en ergonomisch materiaal (nageltafel, werkstoel, massagetafel/-zetel met pompsysteem) rekening houdend met de beschikbare ruimte en mogelijkheden
- zorgen voor afwisseling/taakrotatie zodat de medewerker/stagiair niet te veel dezelfde handelingen na elkaar hoeft uit te voeren
- voldoende rustpauzes inlassen
- zorgen voor orde op de werkplek: een moeilijke doorgang, plaatsgebrek en wanorde verhogen het risico op struikelen en verplichten de medewerker om een meer belastende houding aan te nemen
- er is voldoende ruimte op de werkplek (ruimte rond de zetel, massagetafel, werkstoel):
 - min. 100 cm voor de werkzone
 - min. 70 cm voor de doorgang (bv. tussen zetel en de muur)
- het materiaal goed onderhouden en gebrekkig of defect materiaal vervangen
- het materiaal hoger plaatsen om het buigen en onnodige inspanningen te vermijden bij het tillen

DE RUG

Risicofactoren

Bij een rechtstaande houding wordt het hele lichaam door de rug gesteund. De rug vangt dus heel wat klappen op en is dus erg kwetsbaar. Elke verkeerde beweging of belastende houding kan schade toebrengen aan een of ander onderdeel van de rug. Een gebogen of gedraaid bovenlichaam is een houding die heel wat problemen veroorzaakt. Bij een voorovergebogen houding van de romp moeten de rugspieren zich hard opspannen om het evenwicht te behouden. Een voortdurende gebogen houding zal dus de rugspieren vermoeien, de tussenwervelschijven samendrukken en uitstralende rugpijn veroorzaken. Bv. De schoonheidsspecialist zit niet altijd recht en werkt voorovergebogen om met behulp van een vaste loupelamp een ontharing te doen of een nauwkeurige voetbehandeling uit te voeren. Lang stil rechtstaan is nadelig voor de spieren, de gewrichten en de bloedvaten. Het leidt tot een vermoeide rug. Bovendien lijden de onderste ledematen hier nog meer onder. Een verkeerde belasting van de wervelkolom ter hoogte van de lenden kan het gevolg zijn van een verkeerde hoogte van de kruk waardoor de schoonheidsspecialist steeds voorovergebogen moet zitten.





**HET IS AANGERADEN OM
AANHOUDENDE RUGPIJN
ZO SNEL MOGELIJKE
DIAGNOSTICEREN EN TE
BEHANDELEN**

Preventie

Een goede houding aannemen bij diverse taken:

- het bekken kantelen
- de schouders naar achteren houden
- de buikspieren aanspannen
- de reikafstand beperken: bij het werken niet te ver voorover buigen (kromme rug)
- de massagetafel, -zetel, werkstoel e.d. steeds op de juiste hoogte instellen
- dicht bij de klant werken, maar ook niet te dicht (holle rug)
- altijd recht tegenover de klant staan en niet met een gedraaid bovenlichaam
- zorgen voor een gelijkmatige verdeling van de last over het steunvlak van het lichaam, niet alleen tijdens het staan maar ook tijdens het zitten, hurken, bukken, traplopen en tijdens het dragen of tillen van zware voorwerpen
- op een werkstoel of taboeret zonder verstelbare lendensteun is het best 'actief' te zitten, d.w.z. met

aangespannen buikspieren zodat de rug wordt rechtgehouden. Het aanspannen van de buikspieren zorgt voor meer druk in de buikholte, waardoor de druk in de tussenwervelschijven vermindert

Fitnesstraining en aangepaste gymnastiek

bevorderen de lichaamshouding. Hier is uiteraard weinig of geen tijd voor tijdens de werkuren, maar men kan er wel op letten dat tijdens het werk bepaalde handelingen zoals het bukken en het tillen juist gebeuren.

DE BOVENSTE LEDEMATEN

MSA is een verzamelnaam voor klachten aan de bovenste ledematen die veroorzaakt worden door een langdurige statische spierbelasting en/of kortdurende repetitieve belastingen die schade toebrengen aan pezen, zenuwen, spieren en andere zachte weefsels. De klachten verergeren door een



slechte houding die onnodige spanning veroorzaakt op pezen en zenuwen in de handen, polsen, armen, schouders en nek. Het langdurig aanhouden van een sta- en zithouding, gekoppeld aan het uitvoeren van repetitieve handelingen, is een risico voor het ontwikkelen van MSA van de bovenste ledematen (nek, schouder, rug, arm en polsen).

Klachten

De polsen

Spieraandoening

Spierpijn in de handen en armen kan voorkomen doordat de nagelstylist, de schoonheidsspecialist en de visagist herhaaldelijk dezelfde bewegingen maken, zoals het vijlen van de nagels, het masseren, het aanbrengen van make-up, een voetverzorging ... Normaal gezien verdwijnt de pijn na een drietal dagen. Blijft de pijn echter aanhouden, dan moet er worden ingegrepen. De aandoeningen ontstaan door steeds in dezelfde houding te werken, de polsen in een geforceerde houding te draaien en repetitieve bewegingen te maken.

Zenuwaandoening; het Carpaletunnelsyndroom

In de handwortelbeentjes zit een tunnel waarin pezen en een zenuw lopen (nervus medianus). Als vingers en hand bewegen, wrijven de pezen tegen de rand van de tunnel. Op zich is dat geen probleem maar door herhaaldelijk dezelfde bewegingen uit te voeren, kunnen de pezen ontsteken en zwellen. Dit verhoogt de druk op die zenuw. Het Carpaletunnelsyndroom (CTS) is een beknelling van de middelste zenuw van de pols door ontstoken pezen rond de zenuw. Soms volstaat een rustperiode, maar in bepaalde gevallen is een behandeling vereist (nachtspalk, insluiting van cortisone, operatie). Het Carpaletunnelsyndroom wordt vermeld in de Belgische en Europese lijsten van de beroepsziekten. Door het uitvoeren van repetitieve handelingen en het verkrampst vasthou-

den van fijne instrumenten (vijl, frees ...) en voorwerpen (pen, potlood) kan de schoonheidsspecialist een CTS oplopen. De symptomen zijn een tintelend gevoel in handpalm en vingers met uitstraling naar de arm.

Peesschedeaandoening (tendovaginitis)

Bij een peesontsteking (tendinitis) is alleen de pees ontstoken, terwijl bij een peesschedeontsteking de peesontsteking gepaard gaat met een ontsteking van de beschermende peesschede. Wanneer de wrijving door repetitieve handelingen zoals het vijlen van de nagels te groot wordt, kan de peesschede ontstoken geraken en pijn veroorzaken.

Preventie

Het veelvuldig buigen van de polsen vermijden door:

- zo dicht mogelijk bij de klant werken
- steeds de ellebogen laag houden bij het werken (verkramping voorkomen)
- het materiaal niet krampachtig vasthouden
- tussendoor even de bovenarmen laten zakken om uit te rusten, ook eens andere bewegingen met de handen doen
- tijdens de rustpauzes korte strek- en rekoefeningen doen

De schouders

Schouderaandoeningen zoals tendinitis en tendovaginitis kunnen ontstaan door lang in dezelfde houding te werken of door veelvuldig naar werktuigen of producten te reiken.

De nek

Spieraandoeningen ontstaan bij een langdurige (intense of zwakke) spiersamentrekking (spiercontractie), waardoor de bloedsomloop verstoord wordt. Het gevolg is dat de spier niet meer gevoed wordt. Ook afvalstoffen kunnen niet meer worden afgevoerd. Bv. het stijve nek-syndroom.

De langdurige belasting bij een staande houding kan problemen veroorzaken in de onderste ledematen.

DE ONDERSTE LEDEMATEN

De voet

Klachten

De meest voorkomende oorzaken van overbelasting zijn overgewicht, slechte schoenen, anatomische afwijkingen van de voetgewelven (platvoeten), verslapping van de ligamenten en verlies aan spierkracht. Dit heeft dikwijls pijnlijke en gezwollen voeten tot gevolg.

We onderscheiden 2 vormen van overbelasting:

- **de acute vorm** gaat gepaard met sterke vermoeidheid, pijn en zwelling van de voeten. De meeste pijn is voelbaar aan de top van het voetgewelf en onder de kopjes van de middenvoetsbeentjes. Dit kan worden vermeden door een gelijke krachtverdeling tussen de druk die op de hiel uitgeoefend wordt en de druk op de kopjes van de middenvoetsbeentjes
- **de chronische vorm** veroorzaakt blijvende afwijkingen zoals slijtage van de gewrichten van de voet

Preventie

- overgewicht vermijden
- niet met allerlei vermageringsdiëten experimenteren, maar zich door een arts of een diëtist laten begeleiden
- afwisselend warme en koude voetbaden nemen
- eventueel gebruikmaken van rubberen voetmatten met ribbels, bobbeltjes of balletjes, gevuld met een viskeuze vloeistof. Door de druk van de voet op de mat wordt de vloeistof gelijkmatig verdeeld en daardoor ook de druk op de voetzool. De spiermassa wordt hierdoor voortdurend geactiveerd en de voetdoorbloeding gestimuleerd
- een orthopedist raadplegen bij enig vermoeden van anatomische afwijkingen van het voetgewelf
- aangepaste steunzolen zorgen voor minder belasting
- goede schoenen dragen is belangrijk. Bij de aankoop van schoenen wordt in veel gevallen voorkeur gegeven aan modellen die beantwoorden aan de laatste tendensen, wat niet altijd overeenstemt met de ergonomische vereisten. Nochtans kan men tegenwoordig gemakkelijke werkschoenen aankopen die ergonomisch én esthetisch verantwoord zijn
- hou bij de aankoop van schoenen rekening met volgende aanbevelingen: bij het rechtstaan blijft, zowel bij de hiel als bij de tenen, enkele millimeters ruimte over als afrolruimte voor de tenen. Schoenen met een lage brede hak (max. 3 cm hoog) geven een goede ondersteuning



Bij langdurig werken met hoge hak zal de voorvoet doorzakken en pijn veroorzaken. Bij overbelasting van de voet zijn schoenen met een goed zittende lage hak met viscose-elastische opvulling zeker aangewezen. Ze hebben isolerende en vochtwerende zolen met een antislipprofiel.

De benen

Door een slechte werking van de aderkleppen kunnen schoonheidsspecialisten kampen met een moeilijke bloedsomloop in de benen. Ze ervaren dan een zwaar gevoel en hebben pijnlijke, gezwollen en vermoeide benen. De aders zijn gezwollen en min of meer zichtbaar. Vrouwen lopen meer kans op deze aandoeningen dan mannen. Sommigen hebben meer kans om de ziekte te ontwikkelen, omdat ze genetisch voorbestemd zijn. De slechte werking van de aderkleppen kan nog worden verergerd door bv. warmte, zwaarlijvigheid, hoge hakken, strakke kousen die de bloedcirculatie verhinderen, weinig lichaamsbeweging en zwangerschap.

Klachten

- zware benen, jeuk en pijn langs de aders
- zwellen van de enkels of van de benen
- verwijding van de huidvaatjes op het been (spataders)

- ernstige spataders kunnen de voeding van de huid belemmeren en zo kan eczeem, ontsteking en zelfs ulcus cruris (een “open been”) ontstaan
- in spataders ontstaan ook gemakkelijk stolsels, waardoor oppervlakkige flebitis of ontsteking van de ader ontstaat

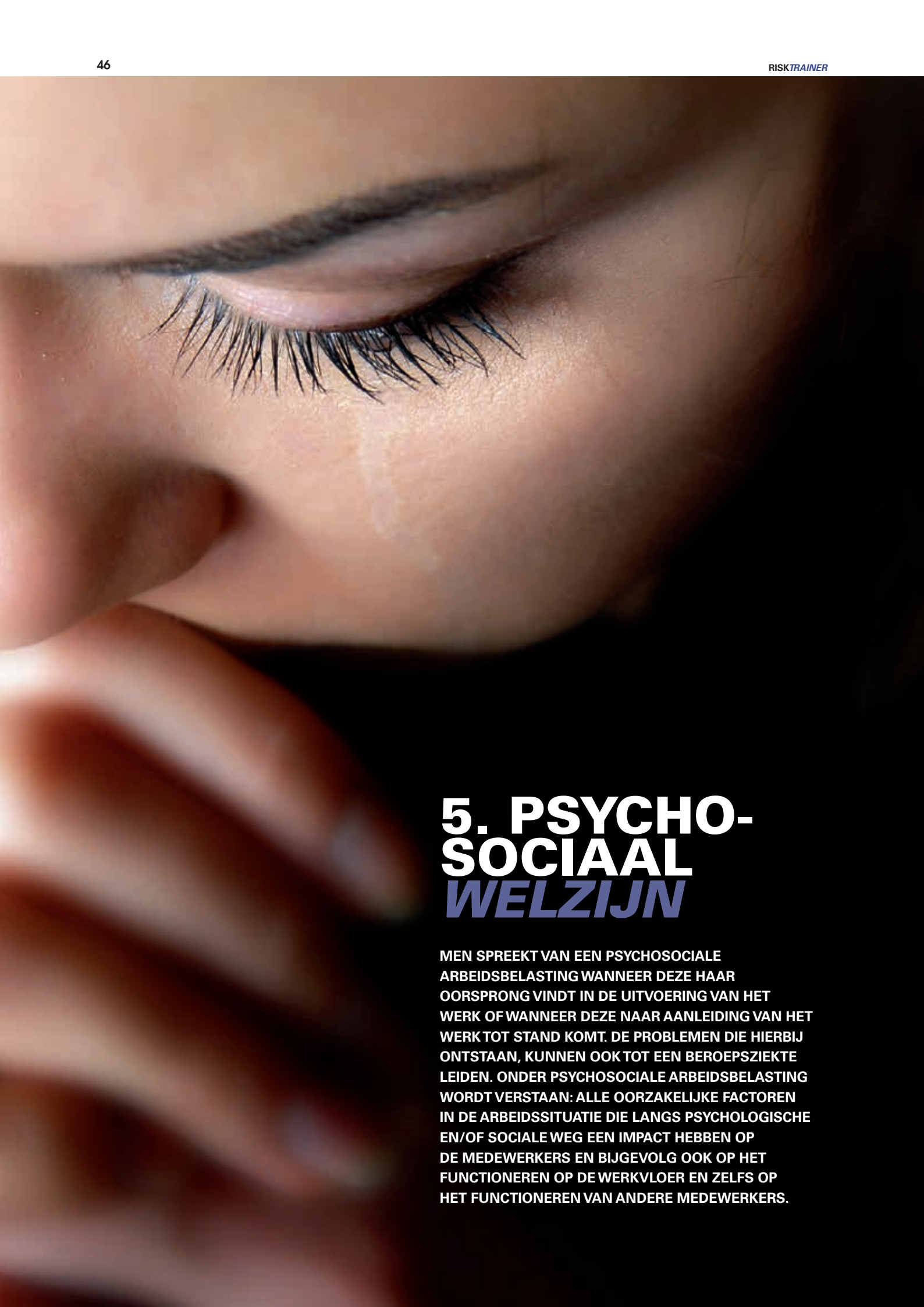
Preventie

- niet altijd blijven stilstaan, maar af en toe rondlopen. Als dit onmogelijk is, proberen om ter plaatse enkele op- en neerwaartse pompoefeningen voor de kuitspieren (heffen van de hielen) te doen
- rustpauzes inlassen en eventjes met de benen omhoog zitten na de dagtaak
- overgewicht vermijden
- geen spannende kleren dragen
- geen lange warme baden of zonnebanksessies nemen
- korte stortbaden (koud/warm) op de benen nemen
- bij zichtbare spataders elastische steunkousen of panty's dragen

De heup

Heupklachten zijn het gevolg van slijtage van het heupgewricht. Belangrijk is overgewicht te vermijden. Gewichtstoename veroorzaakt veranderingen aan het skelet, in het bijzonder aan de gewrichten.





5. PSYCHO- SOCIAAL *WELZIJN*

MEN SPREEKT VAN EEN PSYCHOSOCIALE ARBEIDSBELASTING WANNEER DEZE HAAR OORSPRONG VINDT IN DE UITVOERING VAN HET WERK OF WANNEER DEZE NAAR AANLEIDING VAN HET WERK TOT STAND KOMT. DE PROBLEMEN DIE HIERBIJ ONTSTAAN, KUNNEN OOK TOT EEN BEROEPSZIEKTE LEIDEN. ONDER PSYCHOSOCIALE ARBEIDSBELASTING WORDT VERSTAAN: ALLE OORZAKELIJKE FACTOREN IN DE ARBEIDSSITUATIE DIE LANGS PSYCHOLOGISCHE EN/OF SOCIALE WEG EEN IMPACT HEBBEN OP DE MEDEWERKERS EN BIJGEVOLG OOK OP HET FUNCTIONEREN OP DE WERKVLOER EN ZELFS OP HET FUNCTIONEREN VAN ANDERE MEDEWERKERS.

De psychosociale aspecten omvatten de mentale belasting als gevolg van het werk zoals stress, de wettelijke bepalingen op het gebied van pesterijen, ongewenst seksueel gedrag en geweld op het werk, aanverwante gebieden zoals alcohol, roken en drugs. Wil de werkgever een psychosociaal beleid uitstippelen in zijn instituut, dan is het best niet te wachten tot de problemen er zijn maar eerder de problemen 'voor' te zijn. In de praktijk vallen de twee soms samen: een concreet probleem vraagt om een snelle en efficiënte oplossing en van daaruit wordt verder aan een psychosociaal beleid gewerkt.

Het Belgisch nationaal onderzoek in 2010 stelt vast dat (sectoroverschrijdend) 28% van de medewerkers last heeft van stress, 13% tijdens de laatste maand het mikpunt is geweest van verbaal geweld, 9% van intimidatie of pesterijen, 7% van vernederingen en 3% van lichamelijk geweld (Bron Gids voor de preventie van psychosociale risico's op het werk-FOD).

PSYCHOSOCIALE RISICO'S (PSR'S)

Een PSR is de kans dat een medewerker psychische schade ondervindt, mogelijk gepaard met lichamelijke schade, als gevolg van blootstelling aan een arbeidssituatie die een gevaar inhoudt. De oorzaken van een bedreigende arbeidssituatie hebben betrekking op de:

Arbeidsorganisatie

Dit thema behandelt de specifieke vormen van werkorganisatie, zoals taakverdeling en de organisatie van de werkposten om veiligheid en gezondheid te vrijwaren.

Arbeidsvoorwaarden

Voor een goede verstandhouding tussen werkgever en medewerker is er meer nodig dan alleen een arbeidsovereenkomst. Arbeidsvoorwaarden worden op maat van het bedrijf aangeboden en er worden hieromtrent duidelijke afspraken gemaakt. Onderwerpen die aanleiding kunnen geven tot discussies zijn: het type werkrooster (arbeidstijden), het type contract (deeltijds werk), het loon, de wijziging van bestaande arbeidsvoorwaarden, verlofregelingen ... Een onzekere arbeidsbetrekking is een belangrijke stressfactor, tijdelijke contracten en dreigende personeelsvermindering zorgen voor een onzekere toekomst en interne conflicten.



NAAST DE FYSIEKE IMPACT MET DE DAARBIJ HORENDE GEZONDHEIDSRISICO'S OP DE WERKVLOER, BESTAAT OOK EEN PSYCHOSOCIALE BELASTING

Arbeidsomstandigheden

De fysieke omstandigheden, de omgeving, de veiligheid, koude of tocht, veel spanning of ernstig slaapgebrek kunnen een negatief effect hebben op de arbeidsprestaties.

Arbeidsinhoud

Dit betreft de complexiteit van de taken, de manuele aard van het geleverde werk, de vereiste competenties.

Arbeidsverhoudingen

Daaronder verstaan wij de sociale relaties tussen de medewerkers onderling, tussen de medewerkers en het beleid (de stagementor, verantwoordelijke van het instituut, werkgever ...) en de relaties met derden (klanten, leveranciers).



GEVOLGEN VOOR DE MEDEWERKER

Emotionele symptomen

Stressoren op emotioneel vlak zijn meestal negatieve prikkels of situaties die sterke emoties zoals angst of verdriet oproepen. De oorzaken kunnen van uiteenlopende aard zijn, zoals dreiging van gevaar, ontslag op het werk, niet kunnen voldoen aan een bepaalde eis of het verlies van een geliefde. Kortom, situaties die de basisbehoeften van de mens zoals veiligheid, gezondheid, liefde en middelen van bestaan in gevaar brengen. Emotionele stress wordt eveneens veroorzaakt door confrontatie met agressief gedrag binnen het schoonheidsinstituut zoals bij conflicten met collega's en leidinggevendenden maar ook met veeleisende, lastige klanten.

Stress

Stress voorkomen kan via een goed onthaalbeleid. De werkgever organiseert het onthaal van een nieuwe medewerker/stagiair in het schoonheidsinstituut. Hij neemt de coördinatie van de verschillende aspecten van het onthaalbeleid op zich of stelt hiervoor een bevoegde persoon aan.

De integratie van een algemeen preventief stressbeleid binnen het bedrijf wordt door wettelijke bepalingen (de welzijnswet) en door overeenkomsten bevorderd. Zo bestaat er een collectieve arbeidsovereenkomst (cao nr. 72) betreffende het beleid ter voorkoming van stress op het werk.

Enkele cijfers

Stress komt in alle beroepsmilieus steeds vaker voor. Volgens het Europees Agentschap voor veiligheid en gezondheid op het werk (OSHA-EU) is stress het op één na meest verspreide gezondheidsprobleem op de arbeidsmarkt: 22% van alle medewerkers in Europa kampt met stress.

Volgens het RIZIV (Rijksinstituut voor ziekte- en invaliditeitsverzekering) was in 2010 stress de oorzaak van invaliditeit bij 34% van de gevallen.

Burn-out

Burn-out betekent zoiets als afgebrand, uitgeblust en emotioneel uitgeput zijn. Burn-out is een arbeidsgelateerde fysiek en mentale uitputting die gekenmerkt wordt door vermoeidheid en energieverlies, het mentaal afstand nemen van zijn werk en een negatief beeld van het eigen kunnen. Overspannenheid is een gemoedstoestand die ontstaat als iemand te lang gespannen is geweest en niet meer voldoende tot rust kan komen. De oorzaken zijn van uiteenlopende aard. Zo kan iemand overspannen worden als op korte termijn te veel emoties moeten worden verwerkt, maar ook als de werkdruk te groot is en als er onvoldoende tijd is om te ontspannen.

Burn-out en overspannenheid: het verschil

Als bij overspannenheid de oorzaak weggenomen wordt, zal men snel herstellen en terug in balans komen. Bij een burn-out is dat helaas niet het geval, de verschijnselen blijven en men kan het evenwicht niet terugvinden. Een burn-out is dan ook veel erger dan stress. Een burn-out kan verschillende oorzaken hebben. Hierbij spelen enerzijds het werk en de interne

organisatie van het schoonheidsinstituut een belangrijke rol en anderzijds de persoonlijke situatie (bv. familiaal). Burn-out kan het gevolg zijn van voortdurende stress en ontstaat ook meestal door een opeenstapeling van stressoren en frustraties over een lange termijn, meestal over jaren. Het kan bijgevolg lang duren vooraleer men van een burn-out herstelt. De behandeling gebeurt meestal onder begeleiding van deskundigen (arts, psychiater) en wordt tegenwoordig succesvol behandeld door middel van kortdurende therapie.

Burn-out kan zich manifesteren op drie niveaus:

Emotionele uitputting

De schoonheidsspecialist ervaart een toestand van vermoeidheid, heeft een gebrek aan energie op fysiek, emotioneel en cognitief vlak. Het is de kern van burn-out, maar daarnaast spelen de andere dimensies ook een rol.

Depersonalisatie

De schoonheidsspecialist reageert negatief tegen anderen, verliest waardering voor de klanten, de collega's en de werkgever. Hij reageert geïrriteerd, cynisch en zondert zich af.

Gebrek aan zelfontplooiing

De schoonheidsspecialist heeft een minderwaardigheidsgevoel ten opzichte van alles wat hij onderneemt.

Depressie

Er is sprake van depressie wanneer men zich na een lange periode niet over de gevoelens van ernstige somberheid kan zetten. Over het algemeen geneest een depressie na enkele maanden. Bij tien tot twintig procent van de patiënten ontwikkelt een depressie zich tot een meer chronische vorm, die lang kan aanslepen. De meest voorkomende symptomen zijn het verlies aan interesse en levensvreugde, concentratie- en slaapstoornissen, geheugenverlies, oververmoeidheid, gebrekkige eetlust of een overdreven eetlust (aankomen of gewicht verliezen), schuldgevoel tegenover zichzelf en derden, zelfmoordgedachten. De betrokkene is zijn zelfwaardering en de structuur in zijn leven kwijt, koestert een negatief zelfbeeld, heeft zenuwanvallen, barst in tranen uit op de werkvloer en wordt overvallen door angst, besluiteloosheid en onzekerheid.

Lichamelijke symptomen

De blootstelling aan PSR's kan ook resulteren in lichamelijke aandoeningen zoals pijn (spier-, gewrichts- en hoofdpijn), MSA, slaapstoornissen, spijsverteringsproblemen, infecties, verhoogde bloeddruk en hartziekten.

Gedragssymptomen

Gedragssymptomen uiten zich in interne conflicten, geweld, pesterijen, ongewenst seksueel gedrag, alcohol- en drugsmisbruik. Er worden het best duidelijke afspraken gemaakt rond relationele problemen op het werk. Wanneer een persoon (of groep) zich niet goed voelt op het werk door een slechte verstandhouding met collega's spreken we van relationele problemen. Voorbeelden hiervan zijn conflict- of misbruiksituaties.

Geweld op het werk

is elke situatie waar een persoon wordt bedreigd of te maken krijgt met fysieke agressie (directe slagen, bedreigingen bij een gewapende overval, enz.) of verbale agressie (beschimpingen, beledigingen, plagerijen, enz.) tijdens de uitvoering van zijn werk.

Pesterijen op het werk

is het geheel van onrechtmatige en herhaaldelijke gedragingen gericht tegen één of meerdere personen die, vrijwillig of niet, het psychologisch evenwicht of de werkomgeving aantasten. Het kan bijvoorbeeld gaan om het isoleren van iemand door hem te negeren, systematisch te bekritisieren, enkel nuttelose opdrachten op te leggen, te overladen met werk, te kleineren, roddels over hem te verspreiden of kritiek te uiten op zijn religieuze overtuiging, afkomst en privéleven.



Een psychosociaal probleem is niet alleen nadelig voor de betrokkene. Binnen organisaties, zoals een schoonheidsinstituut, zorgt pesten op het werk voor een verziekte werksfeer en een afname van de arbeidsproductiviteit. Het verhoogt de risico's op langdurige arbeidsongeschiktheid en kan aanleiding geven tot juridische procedures.

Pesten is ernstig, het is niet grappig of onschuldig. Wetenschappelijk onderzoek toont bij herhaling aan dat stress en pesterijen leiden tot meer ongevallen, meer fouten en minder productiviteit, tot demotivatie en ziekteverzuim, burn-out en een verzieking van de werksfeer.

Pestwet

Sinds 1996 worden slachtoffers beschermd tegen pesten op het werk. Op 10 januari 2007 werden de verschillende bepalingen betreffende het welzijn op het werk van de medewerkers bij wet gewijzigd.

Deze wet heeft betrekking op de bescherming tegen:

- geweld: fysieke of psychische dreigingen of aanvallen tijdens het werk
- pesterijen: herhaalde feiten buiten of binnen het bedrijf die de medewerker vernederen of zijn job in gevaar brengen; bedreigingen, handelingen of woorden die een onleefbare werkomgeving creëren, kwetsende opmerkingen over bv. godsdienst, leeftijd, geslacht, etnische afkomst, handicap of seksuele geaardheid
- ongewenst seksueel gedrag: ongewenste seksueel getinte woorden of handelingen

Dankzij deze wet is de medewerker beter beschermd. Deze wet voorziet een duidelijke procedure om de klachten te behandelen: de eerste stappen die moeten worden ondernomen, de te volgen procedures indien de pesterijen niet stoppen of indien de interne procedure niets oplevert. De medewerker geniet van ontslagbescherming vanaf het moment dat de klacht ingediend wordt en van het recht op schadevergoeding indien hij na de procedure van werk verandert. (*) (**)



Seksueel ongewenst gedrag op het werk

is het geheel van verbaal, non-verbaal of lichamelijk gedrag met een seksuele connotatie dat, vrijwillig of niet, het psychologisch evenwicht of de werkomgeving aantast. Het kan hier zowel gaan om lonken of wellustige blikken, dubbelzinnige opmerkingen of insinuaties, tonen van pornografisch materiaal (foto's, teksten, video's ...) en compromitterende voorstellen. Het kan ook gaan om aanrakingen, slagen en verwondingen en verkrachting. Geweld, pesterijen en seksueel ongewenst gedrag op het werk zijn een gevoelig onderwerp. Ze tasten niet alleen de werksfeer aan maar ook het psychologisch evenwicht van de medewerker. Ze kunnen angst-, agressie- en stressstoornissen, depressies én soms ook posttraumatische stress uitlokken.

* Twee wetten en een uitvoeringsbesluit wijzigen sinds 1 september 2014 de bestaande regelgeving rond het welzijn van de werknemers op het werk, de zogenaamde Pestwet. Zo verruimt onder meer het toepassingsgebied waarbinnen een medewerker een procedure kan opstarten wanneer hij of zij meent mentale en/of fysieke schade te ondervinden door feiten gerelateerd aan het werk. De verruimde procedures zoals van toepassing vanaf 1 september moeten worden geïmplementeerd in het arbeidsreglement.

** Wet van 28 februari 2014 betreffende het welzijn van de werknemers bij de uitvoering van hun werk wat de preventie van psychosociale risico's op het werk betreft, waaronder inzonderheid geweld, pesterijen en ongewenst seksueel gedrag op het werk, B.S. 28 april 2014.
Koninklijk besluit van 10 april 2014 betreffende de preventie van psychosociale risico's op het werk, B.S. 28 april 2014.



Alcohol- of drugsgebruik op het werk

Een overmatig alcohol- of drugsgebruik kan niet enkel moeilijkheden veroorzaken in de privésfeer maar ook in de werksituatie. Als alcohol of drugs gebruikt worden op het werk of wanneer de effecten ervan doorwerken op de werkvloer, komt de medeverantwoordelijkheid van de werkgever in het gedrang. Eén van zijn taken is immers om te waken over de gezondheid en veiligheid van zijn medewerkers bij de uitvoering van hun job. Alcohol of drugs zorgen bovendien meestal voor een verminderd of problematisch functioneren en leidt tot afwezigheden. Wat dan weer een bron van stress is voor de andere collega's. Conform cao nr. 100 is de werkgever verplicht om een preventief alcohol- en drugsbeleid te voeren. Dit geldt dus ook voor schoonheidsinstituten. Hierbij dient men niet zozeer te focussen op het feit of het alcohol- of drugsgebruik van een medewerker problematisch is of niet. Het gaat erom of de persoon in kwestie al dan niet functioneringsproblemen heeft als gevolg van alcohol of drugs. Anders gezegd: het is niet de hoofdbedoeling om de medewerker te confronteren met het gebruik van alcohol of drugs zelf, maar wel met de gevolgen die dit gebruik kan hebben voor de werksituatie.

Criminele feiten zoals diefstal of overval

Voor de veiligheid in het bedrijf en die van de medewerkers kunnen via enkele voorzorgsmaatregelen criminele feiten zoals diefstal/overval worden voorkomen of op z'n minst zo goed mogelijk worden aangepakt.

4

Psychosociale risico's zijn schadelijk voor de gezondheid van de medewerker maar ook voor de onderneming. De gevolgen voor het welzijn van de actieve beroepsbeoefenaar en het bedrijf zijn het best niet te negeren.

GEVOLGEN VOOR HET BEDRIJF

PSR's kunnen voor het bedrijf nefaste gevolgen hebben, zoals absentisme, lagere productiviteit, kwaliteit van het werk en kunnen uiteindelijk leiden tot hogere kosten van uiteenlopende aard zoals vervanging van de medewerker, afname van de productiviteit, aantasting van het imago van het bedrijf e.d.

Preventiemaatregelen

De gevolgen van PSR's maken duidelijk dat het belangrijk is om een kwaliteitsvol preventiebeleid te implementeren in het instituut. De invoering van een dergelijk beleid komt de onderneming ten goede, er heerst een beter klimaat, er zijn minder kosten en de werkgever heeft er eveneens baat bij: de medewerker is tevreden op de werkvloer en is minder afwezig. De werkgever en de medewerker kunnen preventief maatregelen treffen en goede voornemens nemen op volgende niveaus:

Stress

De medewerker doet aan sport of ontspanningsoefeningen. Deze lichaamsbewegingen werken niet alleen ontspannend, ze verhogen ook de weerstand tegen stress. Hij verwent en ontspant zichzelf (meer luieren, winkelen, wandelen) en verzwijgt zijn ergernis niet. Ergernis is begrijpelijk, maar deze kan op een vriendelijke manier worden geuit. Niets zeggen kan leiden tot een woede-uitbarsting. Hij aarzelt niet om vragen te stellen wanneer iets niet duidelijk is.

De werkgever gaat na welke de oorzaken zijn van stress binnen het instituut, beperkt overuren tot het strikte minimum, zorgt voor een gepast werkritme (time management) en last rustperiodes in.



**FYSIEK BEZIG ZIJN GEEFT
JE KRACHT EN ENERGIE.
JE KRIJGT EEN HEERLIJK
ONTSPANNEN GEVOEL
EN JE SLAAPT BETER**

Werkdruk

De medewerker stelt realistische eisen aan zichzelf en aan de collega's. Een perfectionist zal het vaak moeilijk krijgen. In dat geval is het aan te raden de werkdruk aan te passen.

De werkgever zorgt voor een goede werkorganisatie (aankoop producten, goede infrastructuur en materialen, afwisseling taken) en maakt hieromtrent duidelijke afspraken. Hij zorgt voor goed geschoold personeel en voor permanente vorming in het bedrijf. Hij plant intern overleg tussen de medewerkers over de taakverdeling.

Burn-out

De medewerker

- verwacht niet te veel van anderen: realistisch zijn en niet te veel dankbaarheid van klanten verwachten. Klanten zijn er zich niet altijd van bewust welke inspanningen de schoonheidsspecialist doet om ze te behagen
- geniet van zijn werk zelf: werken omdat het leuk is, omdat de collega's aangenaam zijn en omdat er een salaris aan verbonden is

- blaast tijdig stoom af: weerbaarheid kan worden versterkt door na belastende gebeurtenissen even na te praten met de collega's. Het helpt om de gevoelens en indrukken een plaats te geven en zelfs om bij te leren. Collega's kunnen ook goede tips geven en onderling veel van elkaar leren
- luistert naar zijn lichaam: de signalen serieus opnemen en een deskundige raadplegen. De arbeidsgeneesheer, de huisarts of andere deskundigen kunnen raad geven
- luistert naar anderen: een goed gesprek met partner, bevriende collega of werkgever kan opheldering geven
- gaat zuinig om met zijn eigen energie
- beweegt

Seksueel ongewenst gedrag

De werkgever maakt dit onderwerp bespreekbaar met de medewerkers; maakt hieromtrent duidelijke afspraken, die schriftelijk worden vastgelegd (bijvoorbeeld in een arbeidsreglement); informeert de medewerker over hoe hij kan reageren op relationele problemen en bij wie hij terecht kan.

Alcohol en drugsgebruik

De werkgever legt duidelijke regels vast in het arbeidsreglement. Deze regels moeten de grenzen aangeven om functioneringsproblemen als gevolg van alcohol- en drugsgebruik te vermijden. Hij beschrijft hoe problematisch gedrag wordt aangepakt.

Dit kan volgende punten omvatten: een duidelijke (best schriftelijke) vaststelling van het disfunctioneren van de medewerker, de verwijdering van de betrokkene van de werkvloer wanneer hij een gevaar betekent voor zichzelf of derden, de confrontatie van de betrokkene met de feiten, duidelijke afspraken maken naar de toekomst toe (planning van evaluatiemoment), advies geven over hulpverlening en gradueel toepassen van sancties en evaluatie na de afgesproken periode.

Bij dit alles kunnen de arbeidsgeneesheer en de preventieadviseur voor psychosociale aspecten van de EDPBW een belangrijke rol spelen.

Criminele feiten

De werkgever

- zorgt ervoor dat de kassa goed te zien is vanuit verschillende hoeken van het instituut (via camera's, spiegels ...)
- zet de kassa niet te dicht bij de uitgang zodat de vluchtweg van de dief niet te kort is
- zorgt ervoor dat de kassa slechts van één kant te benaderen is (zij- of achterkant)
- laat minimum twee medewerkers het salon samen openen en sluiten
- telt geen geld in het bijzijn van derden
- zorgt ervoor dat er niet veel geld in het instituut bewaard wordt
- stimuleert klanten om met een betaalkaart te betalen
- maakt duidelijke afspraken zodat de medewerkers weten hoe ze het best handelen in geval van diefstal of overval
- hangt zo nodig een gedragscode op

Meer info

De Belgische SOBANE-strategie is een strategie voor de participatieve opsporing en preventie van psychosociale risico's in 4 stappen www.sobane.be. Tips en tools voor het beheersen van stress en psychosociale risico's op de werkplek www.healthy-workplaces.eu-nl 'Gezond werk is werk zonder stress'.

Gids voor de preventie van psychosociale risico's op het werk www.werk.belgie.be – publicaties.





6. MILIEU

ER WORDT DE LAATSTE DECENNIA VEEL AANDACHT BESTEED AAN ONS LEEFMILIEU. EN TERECHT. DE MAATSCHAPPIJ VERANDERT IN SNELTEMPO. TECHNISCHE VOORUITGANG VRAAGT OM ENERGIE, VEEL ENERGIE. MAAR ONZE NATUURLIJKE ENERGIEBRONNEN GERAKEN OOIUTGEPUT INDIEN WE GEEN ANDERE KOERS VAREN. WE MOETEN NIEUWE VORMEN VAN ENERGIE AANSPREKEN (WINDMOLENS, ZONNE-ENERGIE), HET MILIEU WAARIN WE LEVEN BESCHERMEN EN MET RESPECT BEHANDELEN. DE SITUATIE IS ZO DRINGEND DAT DE OVERHEID OOK MAATREGELEN TREFT INZAKE LEEFMILIEU, DIE GESTIMULEERD ZIJN DOOR EUROPA. EUROPESE RICHTLIJNEN LIGGEN AAN DE BASIS VAN DE WETTELIJKE OMKADERING OP VERSCHILLENDE NIVEAUS IN ONS LAND. OOK OP WERELDVLAKE REGELT HET KYTOVERDRAG DE VERMINDERING VAN DE UITSTOOT VAN BROEIKASGASSEN. DE DEELNEMENDE LANDEN WORDEN AANGESPOORD OM DE KYOTO-NORMEN TEGEN 2020 TE HALEN. ZO MOET BELGIË TEGEN DEZE DATUM 15% MINDER KOOLSTOFDIOXIDE (CO₂) PRODUCEREN. DE ASPECTEN VAN HET LEEFMILIEU DIE INVLOED HEBBEN OP DE 5 BOVENSTAANDE WELZIJNSDOMEINEN MAKEN DEEL UIT VAN HET WELZIJN OP HET WERK. HET MILIEUBELEID IS EEN BEVOEGDHEID VAN DE GEWESTEN. DE BEVOEGDHEID HIEROMTRENT IS MOMENTEEL NOG BEPERKT TOT MILIEUMAATREGELEN DIE GEVOLGEN HEBBEN VOOR DE MEDEWERKERS VAN EEN BEDRIJF. HET DOMEIN 'MILIEU' LEUNT AAN BIJ HET DOMEIN 'ARBEIDSHYGIËNE'. EEN FIETSBELEID IS IMMERS NIET ALLEEN GOED VOOR HET MILIEU MAAR OOK GOED VOOR DE GEZONDHEID.

SCHADELIJKE STOFFEN

De meeste milieuproblemen zijn te wijten aan de nefaste gevolgen van een te hoge concentratie van schadelijke stoffen in water, lucht en bodem. In de meeste gevallen is de mens ook de hoofdverantwoordelijke voor de uitstoot van deze stoffen. In eerste instantie komen schadelijke stoffen vrij bij de productie en consumptie van energie. Er zijn ook gevaarlijke stoffen nodig voor de fabricage van producten, die ons leven aangenaam maken. Ten slotte eindigen ze meestal als afval, waardoor ze in het milieu terechtkomen en het bijgevolg vervuilen.

WATER- VERONTREINIGING

Water is het hoofdbestanddeel van het leven op aarde. Het bedekt 71% van het aardoppervlak en is een onderdeel van onze dagelijkse voeding. Het is de basis van o.a. kruidenextracten (bv. thee) maar ook van verontreinigende stoffen (zoals schoonmaakproducten) die na gebruik als afvalwater in de riool terechtkomen.

Riolen

De lozingsnormen waaraan afvalwater volgens de Vlaremwetgeving (Vlaams reglement betreffende de milieuvergunning) moet voldoen, zijn afhankelijk van:

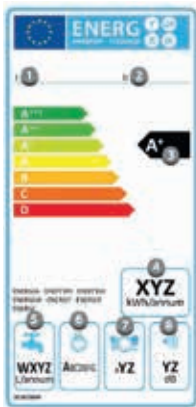
- **het type afvalwater:** er wordt een onderscheid gemaakt tussen huishoudelijk afvalwater en bedrijfsafvalwater. Huishoudelijk afvalwater is afkomstig van normale huishoudelijke activiteiten, sanitaire installaties, keukens, reiniging van gebouwen (waaronder schoonheidsinstituten). Iedereen die water gebruikt, voegt er afvalstoffen aan toe, tenzij je het louter als drinkwater gebruikt. Dit afvalwater is afkomstig van onder andere consumptie (etensresten), wasmachines, schoonmaak en wc-spoeling.

Opgelet: Afval moet zoveel mogelijk worden gesorteerd, het is niet de bedoeling om zoveel mogelijk huishoudelijk afval door de gootsteen te spoelen. Bedrijfsafvalwater voldoet niet aan de definitie van huishoudelijk afvalwater. Voor het lozen ervan gelden specifieke normen die verschillen naargelang de oorsprong van het afvalwater.

- de plaats waar geloosd wordt:

- oppervlaktewater: de verzamelnaam voor water uit grachten, sloten, kanalen en rivieren. Indien er voldoende kwalitatief oppervlaktewater is, kan het voor allerlei toepassingen worden gebruikt, zoals voor irrigatie van teelten
- rioolaansluiting: iedereen is verplicht om aan te sluiten op de openbare riolering als die voorzien is. Afhankelijk van de ligging kunnen bijkomende bepalingen van toepassing zijn (bv. de plaatsing van een septische put) of worden opgenomen in de bouwverordening of in de milieuvergunning

Het schoonheidsinstituut is normaliter aangesloten op een openbare riolering die het afvalwater naar een bestaande openbare rioolwaterzuiveringsinstallatie (RWZI) voert. Elke gemeente/stad heeft een zoneringsplan dat bepaalt hoe afvalwater moet worden gezuiverd. De lozingsnormen van een openbare riolering zijn bedoeld om het rioleringsstelsel tegen aantasting of dichtslibben te beschermen en om de werking van zuiveringsinstallaties te waarborgen.



Waterverbruik en -lozing

Iedereen die water gebruikt van een watermaatschappij, of water loost, betaalt een bijdrage (heffing) voor de zuivering van het afvalwater. Voor de berekening van de heffing wordt een onderscheid gemaakt tussen klein- en grootverbruikers. Een particulier, die enkel leidingwater gebruikt, betaalt de heffing voor de zuivering en de afvoer van drinkwater via zijn waterfactuur. Een bedrijf dat meer dan 500m³ leidingwater per jaar verbruikt, betaalt een aparte bijdrage, de zogenaamde heffing op de waterverontreiniging.

De heffing op de waterverontreiniging houdt rekening met de verwerkbaarheid van het afvalwater door de zuiveringsinstallaties (RWZI). Indien het instituut in het jaar voorafgaand aan het heffingsjaar een gefactureerd drinkwaterverbruik heeft van meer dan 500m³, dan dient het een aangifte in te vullen en op te sturen vóór 15 maart van het heffingsjaar naar de Vlaamse Milieumaatschappij (VMM). Voor schoonheidsspecialisten is sector 55 van toepassing. Pompt het instituut meer dan 500m³ per jaar grondwater op, dan is er nog een bijkomende heffing op de winning van grondwater. Meer info www.vmm.be/water/heffingen.

Water is onmisbaar bij de uitvoering van het werk. Door aandacht te hebben voor voorschriften en milieuregels en goede gewoontes aan te nemen, kan de impact op de waterverontreiniging worden beperkt.



Enkele tips

Omgaan met gevaarlijke stoffen

Spoel geen afvalstoffen, resten van chemicaliën, olie e.d. door de gootsteen, let op de gevarensymbolen van de verpakking. Vang ze afzonderlijk op en lever ze ook apart in, bv. resten van poeders, crèmes, medicijnen, olie, terpentine en verf. Een scheutje olie volstaat om duizenden liters grondwater ongeschikt te maken voor drinkwatervoorziening. Vermijd het gebruik van chemische verontreinigende ontstopingsmiddelen: bepaalde ontsmettingsmiddelen die na lozing, via de riolering in het milieu terechtkomen, zijn niet goed afbreekbaar. Maak een milieuvriendelijke keuze bij je aankopen.

Omgaan met water

Aandacht besteden aan rationeel waterverbruik is bevorderend voor het milieu en goed voor de energiefactuur. Wees zuinig met water: laat de waterkraan niet onnodig lopen, elke druppel telt. Waterbesparende kranen, douchekoppen en warmwatertoestellen



besparen duizenden liters op jaarbasis en bieden ook comfort. Speciale mondstukken of inlegringetjes voor kranen zorgen ervoor dat er minder water uit de kraan komt. Ze besparen jaarlijks tot 3000 liter. Maak melding van of sta in voor de herstelling van lekkende kranen of toiletten, een druppelende kraan is best irritant en verbruikt jaarlijks ± 1000 l water. Verzamel de vuile was tot je een volle wasmachine kan opzetten. Koop waterbesparende toestellen en sanitair: een degelijk toilet bespaart tot 50% op het spoelwater. Gebruik de spaarknop bij het doorspoelen van het toilet. Lees aandachtig het energielabel van een toestel: het vakje met de kraan verwijst naar het jaarlijkse literverbruik (gebaseerd op standaardgebruik). Vergelijk ook verschillende modellen voor je één koopt.

Meer tips vind je ook in de VMM-brochure 'Een watervriendelijk huishouden' www.vmm.be/publicaties/een-watervriendelijk-huishouden.

LUCHT- VERONTREINIGING

Industrie, verkeer, huishoudelijke activiteiten, land- en tuinbouw zijn de grootste oorzaken van luchtverontreiniging. Ook de productie en distributie van energie dragen hun steentje bij.

Energieverbruik

De industrie is een grootverbruiker van energie. Wij verbruiken als consument ook veel energie, in de auto, thuis en op het werk. Voor de verwarming van een bedrijf wordt de emissie van schadelijke stoffen sterk beïnvloed door de weersomstandigheden. Koude winters geven aanleiding tot hoger energieverbruik, wat op zijn beurt dan weer leidt tot een toenemende verspreiding van luchtverontreinigende stoffen. Bij productie en consumptie van energie komen schadelijke stoffen vrij die het milieu vervuilen. Olie, gas, steenkool en uranium voeden de energiecentrales, maar zorgen ook voor de uitstoot van o.a. CO₂ en zwavel (S).

Voor de verwarming van water wordt gas of elektriciteit gebruikt. De stoffen die bij de verbranding van aardgas en bij de opwekking van elektriciteit vrijkomen, zijn koolstofdioxide (CO₂) en stikstofdioxide (NO₂). De uitstoot van NO₂ zorgt voor milieuverzuring en voor 'fotochemische' smog (ozon) op zomerse dagen. De verbranding van fossiele brandstoffen zoals steenkool, gas en hout (uitstoot van CO₂) zorgen ervoor dat op aarde de concentratie van een aantal broeikasgassen stijgt, waardoor het broeikas-effect wordt versterkt.

Het broeikas-effect

Broeikasgassen zijn gassen die van nature in de atmosfeer aanwezig zijn. Ze laten zonnestralen door en absorberen gedeeltelijk de warmte die de aarde uitstraalt. Dit natuurlijke broeikas-effect zorgt voor de temperatuur op onze aarde. Door menselijke activiteiten kunnen er extra broeikasgassen in de atmosfeer terechtkomen waardoor de concentratie van deze gassen toeneemt. Hierdoor wordt het natuurlijke broeikas-effect versterkt. De evenwichtstemperatuur van de aarde gaat stijgen en zo spreekt men van de opwarming van de aarde. De voornaamste veroorzakers van het broeikas-effect zijn naast CO₂ ook ozon (o.a. gevormd uit stikstof), oxiden (koolwaterstof en koolmonoxide) en CFK's (drijfgassen, industriële productie).



CFK

CFK staat voor een verbinding van chloor (CL), fluor (F) en koolwaterstof (CnHm). Fabrikanten verwerken CFK's als koelmiddel in koelinstallaties (nu verboden) en als drijfgas voor spuitbussen. Het duurt jaren voordat ze afgebroken zijn. Het chloor dat in de atmosfeer vrijkomt, tast de ozonlaag aan en draagt bij tot het broeikaseffect. De ozonlaag werkt als een filter tegen een deel van de ultraviolette straling van de zon. Wordt deze bescherm laag afgebroken, dan zal de stijging van ultraviolette straling nefaste gevolgen hebben voor mens (vb. huidkanker) en dier.

Ozon

Ozon is een instabiel gas, dat in sterke concentratie schadelijk kan zijn voor de gezondheid. Bij een esthetische behandeling waarbij specifiek materiaal wordt gehanteerd, ontwikkelt zich ozon. Voorbeelden daarvan zijn een hoogfrequentieapparaat, een hoogtezon, een gelaatsbesproeiingsapparaat met ioniserende en ozoniserende werking en een vapozone. Buiten de eerder vernoemde oorzaken zijn er

ook nog andere bronnen van luchtverontreiniging, zoals huisstof, schoonmaakproducten, dampen van cosmetica, bekleding van vloeren, muren en plafonds. Sigarettenrook kan de lucht ook ernstig verontreinigen. Roken is daarom niet enkel schadelijk voor de roker zelf, maar ook voor de persoon die zich in dezelfde ruimte bevindt, de 'passieve roker'. Het is moeilijk om schadelijke stoffen, die in de lucht terechtkomen, volledig weg te krijgen. Het is niettemin belangrijk om de verspreiding ervan te voorkomen.

Preventiemaatregelen

Kies voor groene energie: bij opwekking van groene energie komt er geen CO₂ noch NO₂ vrij, in tegenstelling tot de traditionele energieproductie. Ga bijgevolg duurzaam om met energie en kies voor een leverancier van groene elektriciteit. Isoleer het bedrijf voldoende. Denk rendabel bij vervanging van een oude verwarmingsinstallatie en kies voor een zuinig exemplaar. Sluit deuren en ramen als de verwarming opstaat. Zorg voor een goede ventilatie in de werkruimte.

Verbied roken op de werkvloer. Investeer in energiezuinige apparatuur met het A-label, een label dat de energiescore uitdrukt in 7 energie-efficiëntieklassen. Deze klassen gaan van 'zeer energiezuinig' (A+++), tot 'zeer energieverspillend' (G). Kijk bij de aankoop van een nieuw elektrisch huishoudapparaat aandachtig naar het energielabel, want het energieverbruik is minstens zo belangrijk als de aankoop prijs. Gebruik geen spuitbussen, alhoewel ze nu CFK-vrij zijn, zitten er nog andere verontreinigende stoffen in.

Vermijd producten waarin solventen zitten (verf, detergenten, lakken). Zet de verwarming lager en doe het licht uit als je de ruimte verlaat. Gebruik led- en spaarlampen i.p.v. gloeilampen. Zet de apparaten niet op standby, in deze stand verbruiken ze nog energie. Trek de stekker van een oplader (gsm, laptop) uit het stopcontact na het laden. De lader verbruikt continu stroom. Consumeer minder en beter: leef met een kleine ecologische voetafdruk en koop zoveel mogelijk producten van eigen bodem. De ecologische voetafdruk is een getal dat weergeeft hoeveel biologisch productieve grond- en wateroppervlakte nodig is om ons consumptieniveau te kunnen handhaven en om de afvalproductie te kunnen verwerken. Uit vele studies blijkt dat wij in het Noorden vaak op reuzenvoeten leven.

Praktische tips www.vmm.be/tips/huishouden#section-3.

BODEM- VERONTREINIGING

Heel wat gronden in ons land zijn verontreinigd. De bodem is vervuild op locaties waar risicoactiviteiten plaatsvinden of vroeger plaatsvonden. Toxische stoffen worden verspreid in de bodem door o.a. het gebruik van chemicaliën en van industrie-, landbouw- en consumptieproducten. Dit heeft ongewenste effecten op het functioneren van het ecosysteem en de gezondheid van de bevolking. Het Vlaams Gewest heeft sinds 1995 een grondig bodembeleid geïntroduceerd ter bescherming van de bodem, zodat een verontreinigde bodem geen schadelijke gevolgen met zich meebrengt voor, onder andere, de bevolking. Er worden op gewestelijk niveau maatregelen getroffen om preventief bodemvervuiling tegen te gaan. Zo is het, conform het milieuvergunningsdecreet, met het VLAREM (Vlaams Reglement betreffende de Milieuvergunning) als uitvoeringsbesluit verplicht om een stookolietank te onderhouden, te keuren en regelmatig te controleren door een erkend technicus. Conform het bodemdecreet moet op bepaalde tijdstippen (verkoop, stopzetting, periodiek) een bodemonderzoek worden uitgevoerd wanneer er op een grond risico-inrichtingen aanwezig zijn of waren. Een voorbeeld van een veelvoorkomende risico-inrichting is een stookolietank met een inhoud van meer dan 20.000 l. Beschik je over een milieuvergunning voor je onderneming? Controleer dan de vermelde vergunningsrubrieken op www.ovam.be/rit om na te gaan of het om een inrichting gaat waarvoor een bodemonderzoek nodig is.

Voor de keuze van haar producten houdt Melanie rekening met de inspanningen die de industrie doet inzake milieu en gezondheid. De leverancier van haar cosmeticalijn garandeert dat voor de productie alleen de beste grondstoffen en enkel duurzame stroom worden gebruikt.

A Preventie

B Hergebruik

C Recycling

D Energie

E Verbranden

F Storten



AFVAL

Vlaanderen gebruikt en verbruikt heel wat materialen, grondstoffen en energie. Grondstoffen worden steeds schaarser en dus duurder. Een oplossing hiervoor is het sluiten van materiaalkringlopen. Essentieel daarbij is dat afval selectief wordt ingezameld aan de bron. Hoe beter dit gebeurt, hoe makkelijker de recyclage en verwerking achteraf. Sinds 2012 zorgt het Materialen-decreet en het uitvoeringsbesluit, het VLAREMA (Vlaams Reglement voor duurzaam beheer van Materialenkringlopen en Afvalstoffen), voor een sluitende aanpak van deze problematiek. We produceren jaarlijks bergen afval, dat voor een groot deel hergebruikt wordt. Ongeveer 95% van de huishoudelijke verpakkingen die in België op de markt komen, krijgen een tweede leven, bv. van drankkarton wordt keukenpapier gemaakt. Ook bedrijven zijn verplicht een aantal afvalstoffen te sorteren. Het afvalbeheer wordt geregeld door de drie gewesten met als doel de gezondheid van mens en milieu te vrijwaren van schadelijke gevolgen van afvalstoffen en verspilling van grondstoffen en energie. Door de toenemende milieu-impact en een grotere bewustwording van de schaarste van grondstoffen, wordt het afvalbeleid gericht op milieubescherming en hergebruik van afval.

De ladder van Lansink

Voor het sorteren van afval wordt prioriteit gegeven aan de meest milieuvriendelijke verwerkingsmethode. De ladder van Lansink is opgebouwd uit treden, start bij de meest milieuvriendelijke manier (preventie) en eindigt bij de meest milieubelastende (storten). Het Vlaams gewest moet erop toezien dat het afval zo hoog mogelijk op de ladder klimt. Kan een bepaalde stap niet worden gerealiseerd, dan komt een lagere trap in aanmerking.

Concreet: Afval wordt het best vermeden of hergebruikt. Als dat niet mogelijk is, is recyclage een optie. Daarna volgt energierecuperatie, verbranding en pas in laatste instantie storten.

A. Preventie

De beste manier is afval vermijden, het voorkomt dat de afvalberg stijgt en schadelijke stoffen onze planeet ondermijnen. Je kan er zelf voor zorgen dat de afvalberg niet aangroeit door bv. te kiezen voor een boodschappentas i.p.v. een plasticzak, stickers 'geen reclamedrukwerk' te kleven op de brievenbus en oplaadbare batterijen te kopen. Oplaadbare batterijen zijn milieuvriendelijker dan gewone batterijen. Een batterij bevat schadelijke stoffen voor het milieu en hoort bij het klein chemisch afval. Het kost ook veel energie, grondstoffen en CO₂-uitstoot om batterijen te maken. Daarom is een oplaadbare batterij veel minder milieubelastend en is ook al snel goedkoper. Een batterij opladen kost ongeveer 0,4 eurocent, na zes keer opladen is de meerprijs al terugverdiend.

B. Hergebruiken

Soms kan je afval niet vermijden. Het afgedankte product opnieuw gebruiken zonder dat het een verandering ondergaat, is een milieuvriendelijke optie: grondstof en energie worden opnieuw benut. Zo vinden meubels, speelgoed, elektrische toestellen en kledij een nieuwe eigenaar via kring(loop)winkels en tweedehandszaken. Lege glazen flessen worden gespoeld en opnieuw gevuld.

C. Sorteren en recyclen

Bepaalde grondstoffen in afval kunnen opnieuw worden gebruikt, zoals plastic, papier, glas en metaal. Het wordt eerst gesorteerd en dan herwerkt tot een nieuw product. Het kan zowel worden gebruikt als grondstof voor hetzelfde product als voor een ander, bv. van 55 plastic flessen wordt een slaapzak gemaakt, van 27 flessen een fleece trui. Hoe beter afvalstoffen aan de bron gesorteerd worden, hoe makkelijker de verwerking en recyclage achteraf. De wetgeving voorziet daarom de verplicht gescheiden opslag en afvoer van 18 verschillende afvalfracties. Onder meer volgende afvalfracties die vrijkomen bij schoonheidsspecialisten mogen niet bij het restafval:



KGA (klein gevaarlijk afval)

KGA wordt het best apart bewaard en ingeleverd bij het containerpark dichtbij het bedrijf. Er kan eventueel ook een beroep worden gedaan op specifieke ophaaldiensten van de gemeente of op gespecialiseerde bedrijven. Met KGA wordt o.a. bedoeld afwas- en schoonmaakproducten, onderhoudsmiddelen, vetten, oliën, batterijen, cosmetica, zuren, spuitbussen van giftige producten (verf, pesticiden, oplosmiddelen) en ook injectienaalden, kwikthermometer, brandblusapparaten, tl-, buis- en ledsparlampen.

Papier & karton

Papieren zakken, kartonnen dozen, tijdschriften, kranten en folders zijn vrij van vuil en vet. Piepschuim, aluminiumfolie, plastic folie en behangpapier horen er niet bij.



PMD

Plastic flessen en flacons, metalen verpakkingen zoals spuitbussen van cosmetica en drankkartons worden in de bekende blauwe zakken verzameld. Verpakking die chemische of bijtende producten bevat, is niet toegelaten.

Glas

Glazen verpakkingen omvatten flessen, flacons en borden in doorzichtig glas. Porselein, aardewerk, keramiek en kristal, glazen of kristallen vaatwerk, vlak glas zoals ruiten en spiegels, gloeilampen en tl-lampen horen er niet thuis.

AEEA

AEEA staat voor Afgedankte elektrische en elektronische apparatuur. Soms noemt men deze afvalsoort ook "Wit- en Bruingoed".

WE HEBBEN HET RECHT OM DE NATUURLIJKE BRONNEN TE GEBRUIKEN MAAR WE HEBBEN OOK DE PLIJCH OM ZE TE BESCHERMEN VOOR DE VOLGENDE GENERATIES

Dit komt omdat vele elektrische apparaten wit (was-machine, vaatwas) of bruinzwart (tv-toestellen, dvd-spelers) zijn. Voorbeelden zijn o.a. ultrasoonreinigers, sterilisators, computers, televisietoestellen, gsm's, printers ... De bedrijfsmiddelen onder de loep nemen, kritisch de voorraad beoordelen, duurzame materialen gebruiken en medewerkers milieu- en kostenbewust maken, zijn opties die het preventiebeleid ten goede komen. Interne communicatie en sensibilisering bevorderen de betrokkenheid van iedereen. Er kan het best een ruimte worden voorzien voor afvalbakken met logo's die verwijzen naar de verschillende inhoud: papier & karton, PMD, restafval en KGA.

Verder kunnen kleine inspanningen het verschil maken:

- ga zuinig om met cosmetica
- sensibiliseer de leverancier wat de verzending en verpakking van cosmetica betreft: het overmatig gebruik van cosmeticaverpakking veroorzaakt enorm veel afval. Vraag om de producten niet overbodig in te pakken, de zendingen te groeperen en piepschuim te vermijden
- zorg ervoor dat de verpakking, flacon, fles volledig leeg is
- kies voor producten en behandelingen die minder chemisch afval veroorzaken
- kies voor ongeverfd gerecycleerd sanitair papier
- gebruik zeepschuimautomaten om de handen te wassen. Opgeschuimde zeep bespaart 50%
- kies voor milieuvriendelijke schoonmaakproducten, herleid het gebruik tot het minimum en koop er maximum 4: voor het interieur, de spiegels, het sanitair en de vloer

- Meng geen reinigingsproducten met elkaar, hierdoor komen gas en damp vrij
- Gebruik minder ontsmettingsproducten en pas een doseersysteem toe. Vervang bepaalde wegwerpmaterialen door duurzame
- Kies voor recipiënten waarvoor statiegeld wordt gevraagd. Ze zijn te herkennen aan de specifieke logo's



- Merk je een Groene Punt-logo op een verpakking, dan betekent het dat de onderneming die het verpakte product op de markt brengt een financiële bijdrage levert voor de selectieve inzameling, sortering en recyclage van huishoudelijke verpakkingen. Het Groene Punt wordt over heel Europa gebruikt. Het is dus geen sorteerinstructie.



Gemeentelijke inzameling versus privé-inzameling

Als bedrijf heb je twee mogelijkheden. Ofwel laat je je afval ophalen door een privé-afvalinzamelaar. Bekijk het overzicht van geregistreerde inzamelaars via deze link: www.ovam.be/register_IHM. Ofwel kan je een beroep doen op de gemeentelijke afvalinzameling. In veel gemeenten kunnen verschillende afvalfracties afkomstig van kmo's (restafval, PMD, papier-karton) mee worden aangeboden in de reguliere ophaling van huishoudelijk afval. Maar dit hangt af van gemeente tot gemeente. Gemeenten zijn er niet toe verplicht om afval afkomstig van bedrijven mee te nemen in hun ophaalronde van huishoudelijke afvalstoffen. Informeer daarom steeds bij de milieudienst van je gemeente of je bedrijf een beroep mag doen op de gemeentelijke inzamelronde. Bovendien is de hoeveelheid beperkt tot 4 zakken van 60 liter per tweewekelijkse ophaling (voor restafval en

PMD). In sommige gemeenten kunnen kmo's ook terecht op het containerpark.

Verplicht contract

Als afvalstoffenproducent ben je wettelijk verplicht om een contract af te sluiten met de afvalstoffeninzamelaar van je bedrijfsrestafval. Het moet door beide partijen worden ondertekend. Het contract vermeldt alle verplicht in te zamelen afvalstoffen die bij jou vrijkomen en de manier waarop ze worden ingezameld. Je hoeft geen contract af te sluiten als:

- de aard, samenstelling en hoeveelheid van je restafval vergelijkbaar is met huishoudelijke afvalstoffen. Dit wil zeggen dat deze hoeveelheid niet groter is dan 4 restafvalzakken per tweewekelijkse ophaling
- deze maximale hoeveelheid wordt ingezameld in één ronde met het huishoudelijk afval

D & E. Verbranden en energierecuperatie

Bepaalde afvalstoffen komen ook niet in aanmerking voor recyclage. Zij moeten bijgevolg op een milieuverantwoorde manier worden verbrand. De meeste verbrandingsinstallaties proberen de vrijgekomen energie te recupereren voor elektriciteit en warmte.

F. Storten

Dit is de laatste toevlucht. Enkel wanneer de afvalstof niet verbrand kan worden, mag ze gestort worden, zoals keramische tegels, toiletpotten ... Weggooien (sluikstorten) is wettelijk niet toegestaan. Het afval moet door een afvalinzamelaar worden opgehaald. Deze kiest, afhankelijk van de eigenschappen en herkomst van het afval, een gepaste verwerkingsmethode.

7. VERFRAAIING VAN DE *ARBEIDSPLAATSEN*

MET VERFRAAIING WORDT BEDOELD DE ESTHETISCHE EN VISUELE ASPECTEN VAN DE INTERIEURINRICHTING VERBETEREN. BINNEN DE WETGEVING ZIJN HIEROMTRENT GEEN SPECIFIEKE VEREISTEN TERUG TE VINDEN, MAAR DIT DOMEIN IS EEN BELANGRIJK FACET IN DE UITBOUW VAN HET IMAGO VAN HET INSTITUUT. MATERIAALKEUZE EN KLEURCOMBINATIE VOOR DE INRICHTING VAN DE WERKPLEK EN ANDERE RUSTGEVENDE RUIMTES ZORGEN ERVOOR DAT DE KLANT ER ZICH KAN ONTSPANNEN EN DAT DE MEDEWERKER IN EEN OPTIMALE GEMOEDSTOESTAND ZIJN WERK KAN UITVOEREN.



Geluidsabsorberende materialen worden gebruikt om reflecties van geluid (het 'klankkasteffect') tegen te gaan. Staal, beton, glas (gladde oppervlakken) reflecteren het geluid waardoor het geluidsniveau toeneemt. Gordijnen en bepaalde types tapijt dempen het geluid.

Kleuren hebben een betekenis en zijn eveneens cultureel bepaald. Denk aan wit: in de godsdienst staat het voor feest, licht, zuiverheid en eenheid tussen ons allen. Als men het geld tracht wit te wassen, tracht men eigenlijk de zonde te doen vergeven. Wit is zonder zonde. Kleur beïnvloedt de gemoedstemming van de kijker (klant, medewerker) en is daarom belangrijk voor het logo, de huisstijl of de inrichting van het instituut.

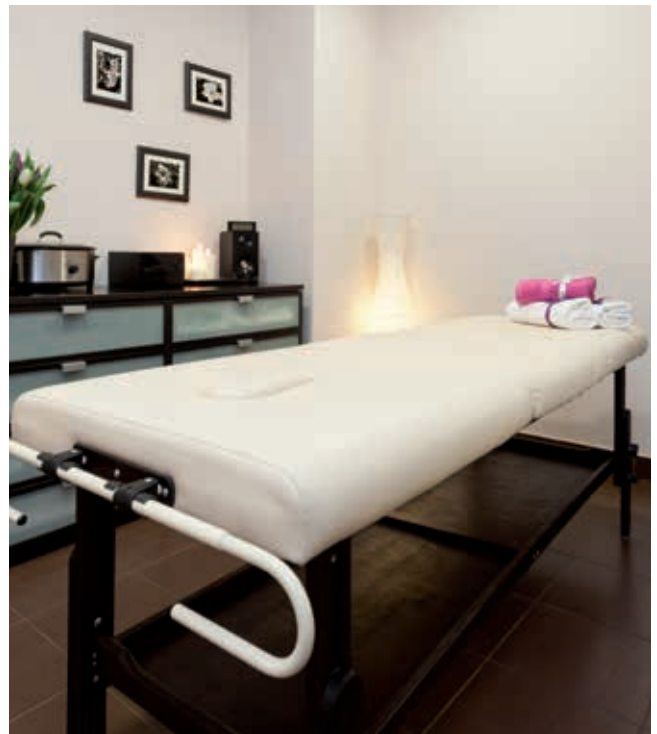
Twee voorbeelden

Rood is een warme kleur die voor energie, mannelijkheid en fysieke moed staat, al lokt het vaak ook opstandigheid en spanning uit. Een kleur die verwijst naar seks, macht, passie en gevaar. Geen toeval dat we stoppen voor het rode licht. Het wijst ons immers op gevaar. Rood is ook een krachtige kleur die uitstekend geschikt is om zaken te accentueren (bv. de solden of kortingen).

Blauw is een koele, rustige en neutrale kleur. Donkere tinten stralen een zekere autoriteit en kennis uit, maar behouden een zekere afstand. Lichtere kleuren die naar het water en de zee verwijzen, hebben dan weer meer connectie met rust, eerlijkheid en hoop. Helderblauw verwijst naar trouw, verantwoordelijkheid en veiligheid. Het blauw van de zee en de lucht opent onze kijk en we krijgen een zeer breed vizier op alle mogelijkheden. Het staat om die reden voor universele vrijheid en openheid.

Goede keuzes maken

Esthetische keuzes worden het best getoetst aan veiligheids- en gezondheidsnormen. Slechte verluchting en verlichting kunnen hinderend zijn en stress veroorzaken. Dit domein heeft ook raakvlakken met ergonomische aspecten en leefmilieu. Glazen deuren en wanden, vloertapijt, schadelijke verven, professioneel meubilair (stoelen, massagetafels) kunnen problemen veroorzaken indien ze niet met zorg en kennis van zaken worden aangewend. Bij het plannen van verfraaiingswerken kan de leverancier en eventueel de ergonoom-preventieadviseur van de EDPBW goede raad geven.



Tips

Bij het uitkiezen van verf, kies je bij voorkeur een verfsoort die zo min mogelijk solventen bevat. Verf op waterbasis bevat minder vluchtige organische stoffen en is minder schadelijk voor gezondheid en milieu, maar ze bevat ook stoffen die het water kunnen verontreinigen. Koop niet meer verf dan nodig is en giet geen restjes door de gootsteen. Resten van verf, lak en vernis horen bij het klein gevaarlijk afval (KGA). Kies bij voorkeur voor duurzame producten, ze hebben minder impact op het milieu gedurende hun volledige levenscyclus en zijn sociaal en ethisch verantwoord. Meestal zijn ze voorzien van een kwaliteitslabel.



Enkele voorbeelden



Ecolabel 'Het milieu verdient een bloemetje'

Het product is milieuvriendelijk en voldoet aan de vereiste toekenningscriteria. Het label wordt uitsluitend toegekend aan producten met een beperkte impact op het milieu. Een voorbeeld: vloerbekleding in synthetisch materiaal is zowel op niveau van de productie als de afvalverwerking nogal vervuילend. Wanneer bepaalde synthetische tapijten in contact komen met oplosmiddelen, ontstaan giftige dampen. Geef daarom de voorkeur aan natuurlijke vezels zoals sisal, kokos of jute. Echte linoleum bestaat uit houtmeel, kurkmeel, lijnolie en kleurstoffen, die zijn samengevoegd met een lijm op basis van natuurlijke latex. Linoleum blijft tijdens de hele levenscyclus een milieuvriendelijk product.



Internationaal 'natureplus label'

Het internationale ecolabel test de bouwmaterialen en -producten op milieu- en gezondheidscriteria. Het label identificeert de beste producten voor duurzaam bouwen.



FSC 100% of FSC Mix of FSC Recycled label

Het FSC-certificaat voor verantwoorde bosbouw garandeert dat het product afkomstig is uit een goed beheerd bos, van verantwoorde herkomst of gemaakt van gerecycleerd materiaal.

Meer info: www.lne.be (leefmilieu, natuur en energie).



BESLUIT

Door John Boeckx - Voorzitter Besko

Wat een jaar geleden nog een concept was, werd op heden gerealiseerd. De "Risktrainer" voor schoonheidsspecialisten, heeft vorm gekregen in een heuse brochure, beter gezegd, een serieus document.

Wij danken in de eerste plaats onze sectorconsulente, Anne Bertrand, voor de redactie van dit toch wel zeer gedocumenteerd, uitgebreid werk, maar ook Sofie Leyten, eveneens sectorconsulente, voor de vele uren die zij, samen met ons, besteed heeft aan de realisatie en correctie van dit werk. Onze dank gaat ook uit naar al wie bijgedragen heeft aan het redigeren, corrigeren en aanvullen van deze vrij uitgebreide leidraad voor alle estheticiennes, leerkrachten en leerlingen. Alhoewel wij geen "risico"-beroep uitoefenen, is voorzichtigheid, informatie over mogelijke valkuilen, elementaire kennis van de regelgeving, van het hoogste belang voor wie zijn (haar) beroep, plichtsbewust, zelf uitoefent of behandelingen door werknemers wil laten uitvoeren. Een schematische indeling van deze uitgebreide materie drong zich op. Het doel van dit werk is dan ook dat het na het lezen, in zijn geheel, gemakkelijk zou kunnen worden gebruikt als geheugensteun en naslagwerk.

Niet zonder reden wordt arbeidsveiligheid vooropgesteld. Iedere werknemer, of werkgever heeft recht op een veilige arbeidsplaats, dat is de eerste vereiste die moet leiden tot een aangename werkervaring en tot productieve prestaties. De zekerheid dat alle veiligheidsaspecten vooraf gecheckt werden, en dat er in geval van een probleem, gepast kan worden ingegrepen, bevordert de rust op de werkvloer, een werksfeer zonder achterliggende zorgen.

Hierbij aansluitend ging onze bekommernis uit naar het bestendigen van de gezondheid van de estheticiennes en hun klanten, om zoveel mogelijk (kleine) risico's, eigen aan specifieke beroepsaspecten, uit te sluiten.

Dat een belangrijk hoofdstuk gewijd werd aan hygiëne is voor iedere schoonheidsspecialiste vanzelfsprekend. Het is geen overbodige luxe om alle bevorderende maatregelen voor hygiëne nogmaals naast elkaar te plaatsen. Het probleem bij hygiëne is meestal dat men alle te treffen maatregelen wel kent, maar dat door de vanzelfsprekendheid ervan, zij dikwijls overslagen of

vergeten worden. Schoonheidsspecialisten moeten eerst en vooral zichzelf onder de loep nemen. Meer dan in veel andere beroepen is persoonlijke hygiëne primordiaal.

Een correcte houding, aan het lichaam aangepast meubilair, oog voor ergonomie zullen naast onze aandacht voor gezondheid en hygiëne onze mogelijkheden tot het bestendigen van onze beroepsbezigheden zeker bevorderen. Wanneer we elementaire ergonomische beginselen in ons salon toepassen, komt dit in ieder geval ook ten goede aan onze klanten, wiens welzijn, wij, uit professioneel maar ook uit menselijk oogpunt, nastreven. Dit onder de aandacht brengen van onze schoonheidsspecialisten kon zeker in dit werk niet ontbreken.

"Mens sana in corpore sano": een gezonde geest in een gezond lichaam. Deze spreuk vat gebald samen wat we met psychosociaal welzijn bedoelen. In deze handleiding werden de negatieve aspecten van dit probleem belicht.

Oog hebben voor onze "habitat" en de nodige maatregelen kunnen treffen om deze zo goed mogelijk in stand te houden, is voor iedereen een bekommernis en verplichting. In de "Risktrainer" worden de verschillende vormen van verontreiniging belicht en de verplichtingen dienaangaande aangekaart. Dit vinden we terug in het hoofdstuk "Milieu".

Dat onze activiteiten moeten plaatsvinden op een aangename werkplaats kan alleen maar de ijver van de schoonheidsspecialiste en het welbevinden van de klanten bevorderen. Om deze verschillende doelstellingen levendig voor te stellen, werden, daar waar mogelijk, treffende quotes, belangrijke logo's, symbolen en getuigenissen aan de teksten toegevoegd.

Als beroepsvereniging voor schoonheidsspecialisten kan Besko alle professionals en toekomstige uitoefenaars van ons boeiend beroep, alsook alle opleiders, het gebruik van de "Risktrainer" warm aanbevelen. De handleiding zal zeer zeker de meeste estheticiennes aanzetten om, in hun omgeving, eventuele pijnpunten weg te werken, maar we zullen voortdurend moeten inspanningen leveren om up-to-date te blijven.

Met dank aan alle medewerkers



FICHES/BRONNEN/SITES

De **preventiefiches** van de verschillende domeinen kunnen worden geraadpleegd op www.besko.be / *Risktrainer*

Bronnen

1. Directive 89/391/EEC - OSH "Framework Directive" of 12 June 1989 on the introduction of measures to encourage improvements in the safety and health of workers at work
2. Wet van 4 augustus 1996 betreffende het welzijn van de werknemers bij de uitvoering van hun werk (B.S. 18.9.1996)
3. Toelichting welzijnswet - FOD WASO
4. KB van 23 maart 1998 betreffende het beleid inzake het welzijn van de werknemers bij de uitvoering van hun werk, algemene principes (B.S. 31.3.1998)
5. KB van 28 mei 2003 betreffende het gezondheidstoezicht op de werknemers, maatregelen (B.S. 16.6.2003)
6. KB van 10 april 2014 betreffende de preventie van psychosociale risico's op het werk (B.S. 28.04.2014)
7. KB van 15 december 2010 betreffende de eerste hulp die verstrekt wordt aan werknemers die slachtoffer worden van een ongeval of die onwel worden (B.S. 28.12.2010; erratum: B.S. 8.2.2011), gewijzigd bij KB van 9 maart 2014 (B.S. 10.4.2014)
8. Welzijn op het werk, een beschrijving van de taken en competenties van elke beroepsbeoefenaar - SERV 2004
9. Beroepskwalificatiedossier Schoonheidsspecialist (m/v) - AKOV
10. Exameneisen hygiëne, arbo en milieu - uitgeverij The Container
11. Hygiëne, arbo en milieu - Bakens (theorie voor beroepen in de uiterlijke verzorging)
12. Startersservice (verzekeringen) - Unizo
13. Lonen, premies en voordelen in de sector - ACV brochure 2013
14. Lijst beroepsziektes - FBZ (Fonds voor beroepsziektes)
15. Risktrainer voor de kapper - PC314
16. De risicoanalyse - FOD WASO
17. De OiRA - EU-OSHA (European Agency for Safety and Health at Work)
18. De Sobane-strategie en opsporingsgids Deparis - Algemene Directie Humanisering van de Arbeid
19. Inleiding tot de Deparis-methode
20. Fiche d'aide au repérage métier d'esthétique-cosmétique - INRS (Institut national de recherche et de sécurité)
21. Dermatitis de contact professionnelles dans le secteur de l'esthétique - INRS
22. Evaluation et prévention des risques chez les prothésistes ongulaires - DMT (Dossier médico-technique)
23. Dermatoses professionnelles aux cosmétiques - DMT
24. Preventie van musculoskeletale aandoeningen - FOD WASO
25. Ergonomische klachten bij nagelstylist - Wellness Academie
26. Invoering van CLP in het bedrijf, praktijkvoorbeelden - Preventieadviseur Arbeidshygiëne
27. Chemicaliën op de werkvloer, een nieuw etiketteringssysteem - FOD WASO
28. Handhygiëne, reinigen met water en zeep - IDEWE
29. Cao van 17 maart 2010 beschermingskledij, reiniging en onderhoud van werkkledij - PC314
30. Cao van 11 mei 2009 hoofdstuk 5 mobiliteit en verplaatsing - PC314
31. Cao van 11 november 2004 betreffende de invoering van een sectorale non-discriminatiecode - PC314
32. Cao nr. 100 betreffende een preventief alcohol- en drugsbeleid in de onderneming - verslag NAR (Nationale arbeidsraad)
33. Wet van 28 februari 2014 betreffende het welzijn van de werknemers bij de uitvoering van hun werk wat de preventie van psychosociale risico's op het werk betreft, waaronder inzonderheid geweld pesterijen en ongewenst seksueel gedrag op het werk, B.S. 28 april 2014
34. Gids voor de preventie van psychosociale risico's op het werk - FOD WASO / ESF
35. Tips en tools voor het beheersen van stress en psychosociale risico's op de werkplek 'Gezond werk is werk zonder stress' - EU-OSHA
36. Belangrijke milieuvoorwaarden voor een duurzaam milieu - Vlarem2
37. De temperatuur op de arbeidsplaatsen - Prebes
38. Bewust kopen - Districos
39. Verlichting & verwarming - WWF (World Wide Fund for Nature)
40. Milieuthema's - LNE (Departement leefmilieu, natuur en energie)
41. Water en lucht - VMM (Vlaamse Milieumaatschappij)
42. Bodem, milieu en gezondheid, afval en materialen - OVAM (Openbare Afvalstoffenmaatschappij voor het Vlaamse Gewest)
43. Sorteren en recycleren - Fostplus
44. Eco-conceptie voor duurzaam ondernemen - eco-conception.be

Nuttige sites

www.besko.be	www.leefmilieubrussels.be
www.beswic.be	www.lne.be
www.coachbelgium.be	www.osha.europa.eu
www.coprant.be	www.ovam.be
www.eco-conception.be	www.prebes.be
www.europarl.europa.eu	www.respectophetwerk.be
www.fbz.fgov.be	www.safestart.be
www.fbz-pc314.be	www.vlaanderen.be
www.fostplus.be	www.vmm.be
www.gezondheid.be	www.water-link.be
www.healthy-workplaces.eu	www.werk.belgie.be







Deze handleiding is verwezenlijkt in opdracht van en met de financiële steun van de sociale partners van het PC314 (kappers, schoonheidszorgen en fitness). BESKO, beroepsvereniging voor de schoonheidsspecialisten, is de promotor en verantwoordelijke uitgever.

De handleiding is te verkrijgen bij Besko zolang de voorraad strekt en kan online worden geraadpleegd of gedownload (www.besko.be).

De verveelvoudiging van teksten uit deze handleiding met niet-commerciële doeleinden is toegelaten mits bronvermelding en, in voorkomend geval, mits vermelding van de auteur (BESKO).

Voor de verveelvoudiging met commerciële doeleinden moet vooraf schriftelijk toestemming worden gevraagd aan Besko.

Met dank aan

de sociale partners van het PC314, de vakbondsorganisaties ACV, ABVV, ACLVB voor hun inzet en ondersteuning bij de opmaak

de experts Corneel Ramselaar (Bedrijfsarts IDEWE), Karel Hoefkens (ergonoom), Sylvie De Keukelaere (Inspecteur studiegebied lichaamsverzorging), Isabelle Moreau (vertaalbureau TeLoM), Delphine Eecloo (vertaalster UBK/UCB), Mariska De Cock (Co-worker Education UBK/UCB), Jan Saelens (Districos), Roos Samyn (Lady Samy), Marc Hofman (Antares Wellness), Melanie Devoldere (Kubee)

de dienst studie & statistieken van het Fonds voor beroepsziekten (FBZ), het infoloket van de Vlaamse Milieumaatschappij (VMM) en de Openbare Vlaamse Afvalstoffenmaatschappij (OVAM)

voor hun medewerking.

**"TODAY I SEE BEAUTY
EVERYWHERE I GO,
IN EVERY FACE I SEE,
IN EVERY SINGLE SOUL."**

KEVIN AUCOIN

RISK*TRAINER*

voor de SCH00NHEIDSSPECIALIST

