



BOSMAAIER (LICHAMELIJKE BELASTING)

De bosmaaier wordt vooral gebruikt om te maaien op plaatsen die voor grote machines niet of moeilijk bereikbaar zijn. De maaier kan worden voorzien van diverse uitrustingsstukken. Langdurig werken met deze machine is lichamelijk zwaar belastend.



Voor veiligheid en de bosmaaier, ga naar [Bosmaaier \(veiligheid\)](#).



Wat is de gewenste situatie?

- Werken met de bosmaaier leidt niet tot gezondheidsklachten.



Maatregelen

- Voorkom of beperk het maaien met de bosmaaier door een andere maaitechniek te kiezen.
- Werk niet meer dan vier uur per dag of drie dagen per week met de bosmaaier. (Voor sommige machines kunnen andere maxima gelden, zie toelichting). Zorg voor taakrotatie.
- Werk met een veilige en goed onderhouden bosmaaier.
- Stem de bosmaaier af op het werk: zorg dat het vermogen en gewicht niet te zwaar zijn.
- Voorzie de bosmaaier van een maaigarnituur dat licht maait.



- Voorzie bosmaaiers van een comfortabel en goed af te stellen draagstel.
- Zorg voor passende persoonlijke beschermingsmiddelen.

Checklist

DAGELIJKSE PRAKTIJK

- Draag stevige schoenen met stroeve zool en goede regenkleding, die soepel zit.
- Houd de handen warm, draag altijd handschoenen, bij voorkeur van leer.
- Houd de handvatten niet te stevig vast. Dan worden er meer trillingen aan het lichaam doorgegeven en kunnen er doorbloedingstoringen optreden (witte vingers). Raadpleeg uw arts als u vaak tintelende vingers heeft.
- Gebruik een draagstel dat comfortabel zit en goed is ingesteld ([meer info](#)). De druk moet over beide schouders verdeeld zijn.
- Zorg dat de bosmaaier in balans is ([meer info](#))
- Let op bij gladheid, regen en sneeuw op hellingen en terrein.
- Pas op voor obstakels, zoals boomstronken, boomwortels, kuilen en greppels.
- Draai niet te ver vanuit de rug. De maaibeweging mag niet groter zijn dan ca. 1½ meter.
- Voorkom vermoeidheid en uitputting door op tijd rustpauzes te nemen.



✓ GOED



Draagstel afgestemd op ruglengte.

✗ FOUT



Draagstel niet afgesteld op ruglengte.

TOELICHTING OP DE MAATREGELEN ORGANISATIE EN VOORBEREIDING

- Overweeg een alternatief voor de inzet van handgereedschap, bijvoorbeeld:



-
- Een berm palenmaaier



-
- Een radiografisch bestuurbare taludmaaier.



-
- Een obstakelmaaier
- Stel bij de aanschaf van een nieuwe bosmaaier hoge eisen aan:
 - ergonomie van het dragstel
 - gewicht van de bosmaaier



- trillingsdemping. Bij lichte machines kan voor een accu aangedreven model gekozen worden. Deze zijn trillingsarmer.
- Check vooraf het te maaien terrein veilig gemaaid kan worden.
- Zorg voor taakroulatie (neem na 1 uur een korte pauze).
- Beoordeel de trillingsbelasting van de machines en stel vast hoe lang er maximaal per dag mee gewerkt mag worden. (Voor berekening trillingsbelasting, kijk onder Meer informatie.) De aangegeven trillingsbelasting geldt voor normaal gebruik met scherpe messen.
- De norm van maximaal 4 uur per dag of maximaal 3 dagen per week (zoals genoemd in de maatregelen) geldt voor veel gebruikelijke machines. Met sommige nieuwe, trillingsarme machines, zoals accu aangedreven machines, kan langer gewerkt worden. Houd bij het vaststellen van maxima ook rekening met werkzaamheden met andere machines, die trillingen veroorzaken.
- Raadpleeg [Veilig werken langs de weg](#) bij werkzaamheden langs de openbare weg.

GEREEDSCHAP, MACHINES EN APPARATEN

- Slijp het metalen maaigarnituur op tijd.
- Controleer regelmatig de antivibratie-elementen en vervang deze tijdig.
- Gebruik maaigarnituur dat geschikt is voor het te maaien terrein: een draadmaaier, kunststof messen, een grassnijblad, slagmessen of een zaagblad.
- Zorg dat het garnituur uitgebalanceerd en trillingsarm is. Stop als dat niet zo is.
- Laat de motor niet onnodig stationair draaien. Dit veroorzaakt veel trillingen.
- Stel de stuurboom of handgrepen in op de lichaamslengte van de persoon. Beide handen moeten zich even ver naast het lichaam bevinden en de armen moeten een hoek van circa 130 graden maken.
- Breng de positie van de aanpikhaak op de heup op de juiste hoogte aan. Dit is afhankelijk van de gewenste maaihoogte. De horizontale afstelling is afhankelijk van het gebruikte maai- of zaaggarnituur. Bij het maaien met een draadmaaier kan de draadkop beter iets voorover staan.

OPLEIDING EN INSTRUCTIE

- Zorg voor medewerkers die opgeleid zijn en kennis hebben over het uit te voeren werk.
- Geef de medewerkers een duidelijke werkinstructie om lichamelijke belasting te beperken en het draagstel correct in te kunnen stellen. Zie onder "Meer informatie" het instellen van het draagstel en de zijflap.



- Raadpleeg de gebruikshandleiding van het apparaat.

PERSOONLIJKE BESCHERMINGSMIDDELEN

- Zorg voor beschermingsmiddelen waar goed mee gewerkt kan worden en maak afspraken over verplicht gebruik van:
 - veiligheidsschoenen met goede grip op de ondergrond.
 - soepel zittende werkhandschoenen, bij voorkeur van leer.
 - veiligheidsbril eventueel in combinatie met gelaatsbescherming.
 - gehoorbescherming bij voorkeur otoplastieken.
 - signaalkleding als je gezien moet worden.
 - Beenbescherming door middel van stevige werkkleding, veiligheidsbroek of bosmaaierbroek.
- Zorg indien van toepassing voor:
 - regenkleding, die soepel zit
 - stofmasker
- Zitten persoonlijke beschermingsmiddelen niet comfortabel, zijn ze verouderd of defect: bespreek het met de leidinggevende.

MEER INFORMATIE

- [Afstellen draagstel bosmaaier](#)
- [Afstellen zijflap bosmaaier](#)
- [Ergonomisch draagstel](#)
- [Geluid in de groene sector](#)
- [Trillingen in de groene sector](#)
- Bereken uw trillingsbelasting op de website van [Stihl](#) of [Husqvarna](#)