



Graven en spitten



Omschrijving categorie en werkgebied

Bij graven en spitten gebruiken we **spades, batsen, zaagschoppen, plagschoppen, harken, vorken en rieken**. Dit zijn handgereedschappen om bijvoorbeeld ongewenste begroeiing te verwijderen of grond te verzetten.

De Groene Motor stelt gereedschap beschikbaar via het gereedschapsdepot, op voorwaarde dat gebruikers de instructies volgen en de juiste persoonlijke beschermingsmiddelen (PBM's) gebruiken.

Risico's

Aan het werken met spades, batsen, plagschoppen, zaagschoppen, harken en rieken zijn risico's verbonden:

- Je kunt verwondingen oplopen door met de spade of bats in je voeten of tenen te steken. Let erop dat ook de bovenkant van de spade zeer scherp kan zijn.
- Bij graven in natte grond, klei of leem, maar ook bij relatief licht werk als harken, loop je het risico op overbelasting van de armspieren en onderrug. Dit kan leiden tot verrekking van de spieren of tot rugklachten.
- Je kunt blaren op je handen krijgen, bijvoorbeeld bij het harken.
- Bij het werken in de zon is er kans op huidverbranding en uitdroging.
- Je kunt struikelen of vallen, zeker als je op ongelijk terrein werkt. Dit kan bijvoorbeeld leiden tot een verstuiking van de enkel.

1

Organisatie

Door veilig te werken, kun je de risico's van het werken met bovengenoemde gereedschappen beperken. Houd daarom rekening met de volgende punten:

- Je dient fysiek in staat te zijn om de werkzaamheden uit te voeren.
- Alleen vrijwilligers die de juiste instructie hebben gehad en beschikken over voldoende ervaring, vaardigheden en kennis, mogen met de handgereedschappen werken.
- Vul enige tijd voor aanvang van de werkzaamheden het werkdagformulier in.
- Maak vlak voor aanvang van de werkzaamheden een last minute risico-inventarisatie. Neem rustig de tijd om te bekijken of je de werkzaamheden op een logische en veilige manier kunt uitvoeren. Controleer dus ook of het terrein geschikt is: niet te nat, onstabiel enzovoort. Zijn er omstandigheden die veilig werken niet mogelijk maken? Ga dan niet aan het werk!
- Zorg voor een goedgekeurde EHBO-trommel en neem deze altijd mee het veld in.
- Werk altijd met minimaal twee personen.
- Gebruik gereedschappen alleen voor werkzaamheden waarvoor ze bedoeld zijn.
- Gebruik de juiste persoonlijke beschermingsmiddelen.
- Controleer je lichaam en kleding regelmatig op tekenen en verwijder deze zo snel mogelijk.
- Wissel werkzaamheden regelmatig af en neem voldoende pauzes.
- Pas de werkzaamheden en het werktempo aan de weersomstandigheden aan. Werk op warme dagen niet in de volle zon en neem voldoende drinkwater en zonnebrandmiddel mee. Ga bij storm en onweer niet het veld in.
- Berg het gereedschap veilig op en dek scherpe delen af tijdens het vervoer.





Graven en spitten



Technische eisen

- De steel van het gereedschap moet bij de lichaamslengte van de gebruiker passen. Bij een te korte steel moet de gebruiker te ver reiken. Bij een te lange steel worden de schouders in een schuine stand gedrukt. Beide zijn niet goed.
Zo bepaal je de juiste steellengte van een spade: houd de spade vast onder het handvat en zet de spade op de grond. Wanneer je elleboog in een hoek van 90° staat, is de lengte van de spade goed.
Zo bepaal je de juiste steellengte van een bats: zet de bats op de grond. De bovenkant van de bats moet onder de oksel geklemd kunnen worden.
- Een houten steel behoort noest- en splintervrij te zijn en moet een hoge belasting aankunnen. Gebruik bij voorkeur een steel van essenhout.
- Werk alleen met scherp en schoon gereedschap.
- Kies de soort hark die past bij de werkzaamheden. Een hark met rechte tanden is geschikt voor het egaliseren van de grond en het bij elkaar harken van maaisel. Een hark met kromme tanden is vooral geschikt voor het bij elkaar harken van onkruid en afval.

2

Werktechniek

Een goede werktechniek maakt het werk aanzienlijk lichter. Aanbevelingen voor het werken met een spade, bats, zaagschop, plagschop, hark en riek zijn:

- Werk met een rechte (niet gedraaide) rug.
- Houd de spade bij het uitsteken van boomstronken altijd dicht bij het lichaam. Houd rekening met harde delen in de bodem (hout, wortels, afval, stenen) bij het in de grond steken van een spade. Houd geen hand 'vast' boven op het handvat; als je beide handen op de steel houdt, kun je de schok beter opvangen als je op iets hards stoot.
- Werk samen bij het uitsteken van opslag: de één houdt het boompje onder spanning en de ander steekt. Let hierbij goed op elkaar.
- Bij het op een kar laden van vracht (bijvoorbeeld hooi of afval): draai met het hele lichaam mee in de richting van de kar, ook met de voeten.
- Wissel regelmatig van werkhouding.
- Voorkom het werken met een gestrekte arm (verreiken). Gebruik dus gereedschap met de juiste steellengte.
- Houd de werkplek opgeruimd en schoon.

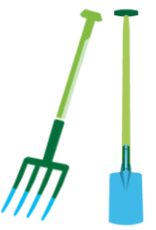
PBM's




Welke PBM's je gebruikt, is afhankelijk van de werkzaamheden die je uitvoert. Bij graven en spitten gebruik je (bij voorkeur):

- werkhandschoenen, afgestemd op de werkzaamheden;
- veiligheidsschoenen of veiligheidslaarzen;
- glad afgewerkte, goed sluitende en doelmatige werkkleding.



Graven en spitten



| | | |
|--|---|--|
| <p>Spade</p>  | <p>Bats</p>  | <p>Plagschop</p>  |
| <p>Spitwroeter</p>  | <p>Hark</p>  | <p>Spitvork</p>  |

