



Veilig en Gezond werken in de HO

Inleiding

Het werk van een Huishoudelijke Hulp is lichamelijk zwaar. De hulp is tijdens het schoonmaken de hele tijd in beweging en werkt op verschillende hoogten. Het is daarom belangrijk dat de hulp het werk op de juiste manier kan uitvoeren zodat hij/zij het kan blijven volhouden. Er zijn daarvoor een aantal regels en afspraken die belangrijk zijn voor de hulp om zich aan te houden. U kunt hier ook aan bijdragen door de juiste werkmaterialen in huis te halen en het werk voor uzelf en voor uw hulp makkelijker te maken.

Welke materialen dit zijn en aan welke regels en afspraken de hulp zich moet houden kunt u hieronder lezen.

Veilig werken

De hulp moet tijdens het werken aan de veiligheid van zichzelf en van u denken. De volgende zaken zijn hiervoor belangrijk:

- De hulp draagt altijd zijn/haar eigen schoenen. Dit zijn dichte schoenen, dus geen slippers/sloffes/sandalen. Overschoentjes/blauwe slofjes zijn verboden. De hulp kan hierdoor uitglijden of vallen.
- De hulp draagt handschoenen wanneer hij/zij dit wil of wanneer er een allergie is voor bepaalde schoonmaakmiddelen.
- De hulp gebruikt de juiste schoonmaakmiddelen. Welke dit zijn leest u in de lijst met werkmaterialen.
- De hulp kijkt goed waar het snoer van de stofzuiger ligt en zet werk materiaal niet in een looppad.
- De hulp heeft de juiste houding tijdens het werk.
- De hulp gebruikt de juiste werkmaterialen.
- Bij hoog werken gebruikt de hulp alleen een trap(je), geen stoel of kruk.

Werkmaterialen

Het is belangrijk voor de hulp dat er gewerkt kan worden met de juiste schoonmaakmiddelen en schoonmaakmaterialen. Dit kan ervoor zorgen dat de hulp minder lichamelijke klachten krijgt doordat er bijvoorbeeld niet gebukt hoeft te worden en dat er minder kans is op vallen. De materialen zijn tijdens het huisbezoek al met u besproken maar kunt u hier nog een keer vinden. Er is ook een folder beschikbaar op de website waarop u kunt zien hoe de materialen er uit zien en waar u deze kunt kopen.

| Materiaal | Eisen |
|-----------------------------------|---|
| Huishoudtrap | <ul style="list-style-type: none"> • Lichtgewicht • Minimaal 4 treden • Hoogste trede 110 cm • Antislipmateriaal poten / treden • Hoogste veiligheidsbeugel bovenop minimaal 60 cm |
| Emmers | <ul style="list-style-type: none"> • 2 stuks |
| Trekker of raamdoeken | <ul style="list-style-type: none"> • Voorzien van dubbele rubberstrip |
| Rubberen huishoudhandschoenen | <ul style="list-style-type: none"> • Heel en schoon • Latex |
| Stofzuiger of robot | <ul style="list-style-type: none"> • Steel 137 cm, snoer 7 meter • Elektrisch veilig • Voldoende zuigkracht • Geen losschietende aansluiting |
| Strijkplank | <ul style="list-style-type: none"> • In hoogte verstelbaar, 80-90 cm • Stevige constructie • Rekje voor strijkijzer • Heel en schoon overtrek |
| Strijkijzer | <ul style="list-style-type: none"> • Verstelbaar in temperatuur • Geïsoleerd en goed bevestigd snoer |
| Werkdoeken (micro vezeldoeken) | <ul style="list-style-type: none"> • Minimaal 6 stuks • Hiervan aparte sanitair doeken • Schoon, niet versleten |
| Dweil systeem | <ul style="list-style-type: none"> • Voorkeur stang met uitwasbare doeken |
| Schoonmaakmiddelen | <ul style="list-style-type: none"> • Allesreiniger + sanitair reiniger • Geen chloor |
| Plumeau | <ul style="list-style-type: none"> • Klein/Groot |
| Stofwisser | <ul style="list-style-type: none"> • Met verlengde stang |
| Elektrische apparaten | <ul style="list-style-type: none"> • In goede staat • Voorzien van 3-aderig snoer • Geaard stopcontact • Incl. Nederlandse handleiding • Elektrisch veilig |
| WC borstel | <ul style="list-style-type: none"> • Bij elke wc een wc borstel • Lange steel |



Gezond werken

Het werk van een Huishoudelijke Medewerker is lichamelijk zwaar. Het is belangrijk voor de hulp die bij u komt om op de juiste manier schoon te maken. Uw hulp heeft hier een training over gehad bij Manna. Op de website www.zorggroep-manna.nl/documenten kunt u een folder vinden waarin met foto's uitgelegd wordt wat de beste werkhouding is. U kunt dit zelf ook gebruiken wanneer het u zelf nog lukt om schoonmaakwerkzaamheden te doen in huis. Door op deze manier te werken blijven u en uw hulp langer lichamelijk gezond. Dit zorgt voor minder uitval van uw hulp en uw hulp kan het werk langer volhouden.

Tot slot

Zoals u heeft kunnen lezen moet uw hulp dus met veel zaken rekening houden. Niet alleen om goed te kunnen werken maar ook om gezond te blijven. Dit zijn soms ook zaken waar u uw hulp bij kunt helpen zoals bijvoorbeeld het aanschaffen van de juiste werkmaterialen. We hopen dat u door het lezen van deze tekst beter begrijpt waarom een hulp soms bepaalde keuzes maakt. En waarom soms iets wel of niet mag.