

**Zzp'er in de techniek: kun
je tot aan je pensioen
goed rondkomen?**

*Je arbeidsomstandigheden
zijn daarin belangrijk: let
op gevaarlijke stoffen!*



Geld verdienen als zzp'er in de techniek

Om als zzp'er in de techniek tot aan je pensioen te kunnen werken, zijn twee factoren belangrijk: het werk moet er zijn en je lijf moet toelaten om het werk nog te kunnen uitvoeren. Of het werk er tegen die tijd zal zijn, dat kan niemand met zekerheid zeggen. Maar of jij als 60-plusser lichamelijke je werk nog aankunt, daar kun je zelf veel aan doen.

Op welke risico's moet je extra letten?

Afhankelijk van het werk dat je uitvoert in de techniek zijn meerdere risico's van belang. De risico's van lichamelijke zwaar werk, vallen en blootstelling aan gevaarlijke stoffen kunnen ervoor zorgen dat jij je werk misschien niet tot aan je pensioen kunt volhouden. Via de volgende links vind je welke risico's in jouw werk belangrijk zijn en praktische informatie:

- www.arbotechniek.nl
- Voor gevaarlijke stoffen: www.arbotechniek.nl/arbocatalogus/gevaarlijke-stoffen/

Gevaarlijke stoffen in de techniek

In de techniek kun je te maken krijgen met drie groepen gevaarlijke stoffen:

1. Kankerverwekkende stoffen
2. Glas- en steenwol
3. Overige gevaarlijke stoffen

Kankerverwekkende stoffen

Als je kankerverwekkende stoffen inademt, dan kun je daar over 10 tot 30 jaar kanker door krijgen. Als je als zzp'er kanker krijgt, dan heb je niet alleen een groot gezondheidsprobleem, maar ook een financieel probleem, omdat je je werk niet meer kunt uitvoeren. Tenzij je een goede arbeidsongeschiktheidsverzekering hebt.

In de techniek kun je met de volgende kankerverwekkende stoffen te maken krijgen:

- Asbest
- Chroom 6+ dat vrijkomt bij lassen / bewerken van roestvaststaal
- Kwartsstof dat vrijkomt door bijvoorbeeld boren
- Dieselluitlaatgassen
- Kankerverwekkende stoffen in producten die je koopt

Glas- en steenwol

Glas- en steenwol zijn minerale kunstvezels. Deze vezels worden samengeperst tot dekens en platen. De platen en dekens worden gebruikt in de woningbouw en industrie als warmte- en geluidsisolatie.

Door werkzaamheden uit te voeren met glas- of steenwol kunnen verschillende vormen van irritatie ontstaan, waaronder oogirritatie, irritatie of ontsteking van neusslijmvlies of longschatte (longfibrose). Ook bij contact met de huid kan irritatie ontstaan. Deze irritatie kan verergeren bij vochtige en warme omstandigheden. Kijk voor tips over het werken met glas- en steenwol op: www.arbotechniek.nl/wp-content/uploads/2019/07/hand-out-werken-met-glaswol-en-steenwol-2.pdf

Overige gevaarlijke stoffen

Als je producten gebruikt zoals lijmen en kisten, dan is de leverancier verplicht om daarbij een veiligheidsinformatieblad (VIB) aan te leveren. Deze bladen zijn meestal niet zo gemakkelijk te lezen, maar de indeling is standaard. In hoofdstuk 2.2 staat wat de gevaren van het product zijn en in hoofdstuk 8 vind je de maatregelen die je moet nemen om het gevaar voor de blootstelling aan die stof zo veel mogelijk te beperken.

Meer informatie over gevaarlijke symbolen vind je in de gevaarlijke stoffen app:

www.inspectieszw.nl/onderwerpen/stoffen-check-app-voor-gevaarlijke-stoffen

Hoe weet je of je te maken hebt met gevaarlijke stoffen?

Wie er verantwoordelijk is om te weten of je met gevaarlijke stoffen werkt, jij of je opdrachtgever, is afhankelijk van voor wie je je werk uitvoert.

Als jij door een bedrijf wordt ingehuurd, dan heb jij het recht om aan dat bedrijf te vragen of jij blootgesteld kunt worden aan gevaarlijke stoffen. Het bedrijf heeft die informatie opgenomen in hun RI&E (risico-inventarisatie en -evaluatie). De RI&E kun je bij jouw opdrachtgever opvragen.

Als jij direct, zonder andere opdrachtgever, voor bijvoorbeeld een particulier werkt, dan moet je zelf deze informatie verzamelen. Er zijn dan twee groepen van de gevaarlijke stoffen voor jou belangrijk:

1. Stoffen die ontstaan tijdens het werk, zoals kwartsstof door boren van gaten;
2. Producten met gevaarlijke stoffen die je gebruikt.

Voor gevaarlijke stoffen die ontstaan tijdens het werk is het niet eenvoudig om de gevaren goed in te schatten. In de arbocatalogus van de techniek (zie de weblinks) kun je hier informatie over vinden.

Kijk voor de risico's van producten die je inkoopt naar het veiligheidsinformatieblad. Als je de situatie waarin je moet werken niet vertrouwt, begin er dan niet aan totdat je voldoende informatie en hulpmiddelen hebt om veilig aan de slag te gaan.

Wat kun je zelf doen om de blootstelling zo klein mogelijk te maken?

Voor veel risico's geldt: gebruik je gezond verstand. Als je met een product werkt waar op de verpakking allerlei symbolen staan over de gevaren, let daar dan op. Naast die symbolen staan er ook zogeheten H-zinnen op de verpakking. Die zeggen wat voor soort risico je loopt. De P-zinnen geven aan welke beheersmaatregelen je moet nemen om het risico voor je gezondheid zo klein mogelijk te maken.

Zorg dat je ook als je ouder wordt je werk nog kunt blijven doen! Neem maatregelen om de blootstelling aan gevaarlijke stoffen zo klein mogelijk te maken en voorkom dat je ziek wordt door je werk. Kijk ook daarvoor in de hierboven genoemde arbocatalogi.



Dit informatieblad is opgesteld door de Nederlandse Vereniging van Arbeidshygiëne (NVvA). Daarbij is nauw samengewerkt met en input verzameld bij verschillende arboprofessionals, waaronder arbeidshygiënisten.

Dit informatieblad is gratis beschikbaar en mag worden vrij worden verspreid.

Copyright © 2020 NVvA
Nederlandse Vereniging voor Arbeidshygiëne

www.arbeidshygiene.nl