

# Welzijn en veiligheid in de klas



Wat kan ik als leerkracht daar aan doen ?

# Preventie in het onderwijs

- Heeft een wettelijk kader
  - Welzijnswet van 4 augustus 1996
  - CODEX
  - Uitvoeringsbesluiten (KB 27 maart 1998)
- Is de verantwoordelijkheid van de werkgever
  - Moet er voor zorgen dat de school voldoet aan de wettelijke verplichtingen.
  - Moet de bestaande risico's inventariseren, analyseren en evalueren.
  - Neemt maatregelen om risico's te voorkomen.
  - Stelt middelen ter beschikking om deze maatregelen te realiseren
- Veiligheid en welzijn is ook onze verantwoordelijkheid
  - De leerkracht heeft een belangrijke voorbeeldfunctie.
  - Signaleer mankementen en onveilige situaties op school.
  - Werk mee aan risicoanalyses.

# Kijken naar onze klas

- We denken na over de veiligheidsaspecten van iedere taak en nemen de juiste voorzorgsmaatregelen.
- We onderkennen tijdig risico's en verbannen roekeloosheid en nonchalance.
- Een positieve instelling zal bijdragen tot meer welzijn en een veilig werkklimaat.



# 7 welzijnsvelden

- Arbeidsveiligheid
- Gezondheid
- Psycho-sociale belasting & pesten
- Ergonomie
- Arbeidshygiëne
- Verfraaiing van de arbeidsplaats
- Leefmilieu



# 1. Arbeidsveiligheid

## Maatregelen tegen valgevaar

- Voorwerpen, dozen, kisten,... zijn veilig opgeslagen en kunnen geen letsel veroorzaken bij het omvallen.
- De vloer is effen en onbeschadigd, er is geen struikelgevaar.
- De doorgangen en looppaden in de klas zijn voldoende breed (90cm) en vrij van hindernissen (boekentassen).
- Er liggen geen voorwerpen, snoeren op de grond die mogelijk valgevaar betekenen

- Signalering en evacuatie
  - Er is een evacuatieplan en er zijn evacuatie-instructies aangebracht op een goed zichtbare plaats bij de uitgang van het lokaal.
  - De leerlingen kennen de betekenis van de meest voorkomende pictogrammen.
  - De leerkracht en de leerling weten wat te doen in geval van nood.



# Wat doe ik als leerkracht in geval van brand

De belangrijkste evacuatie-richtlijnen voor de leerkracht zijn:

- Blijf kalm.
- Laat alles liggen.
- Sluit alle vensters.
- Laat het licht aan.
- Verlaat het lokaal en doe de deur dicht (= niet op slot).
- Volg de normale evacuatieweg, indien versperd volg je de alternatieve weg.
- Ga naar de evacuatieplaats en keer nooit terug.
- Doe een aanwezigheidscontrole.
- Meld eventuele vermisten onmiddellijk aan het hoofd van het crisisteam.
- Blijf bij je klas en hou nauwlettend toezicht.
- Wacht verdere instructies af.





- **Arbeidsmiddelen en apparaten**
- Bij aankoop van nieuwe machines/apparaten is het wettelijk verplicht een preventief beleid te voeren met als doel nieuwe risico's op vlak van veiligheid en gezondheid te beheersen.
- We brengen dus als leerkracht geen oude elektrische apparaten mee van thuis om die in de klas te gebruiken.
- Ook geen TV's

- **Gevaarlijke producten**

- We komen ze overal tegen, de gevaarlijke producten: stoffen die brandbaar zijn of ontploffingen veroorzaken, stoffen die de gezondheid schaden doordat ze giftig of irriterend zijn, stoffen die schadelijk zijn voor het milieu.
- In de klas vinden we poets- en onderhoudsproducten, verfproducten, lijmproducten, spuitbussen,...
- We moeten aandacht hebben voor de etiketten van de producten die we gebruiken, pictogrammen duiden aan welk gevaar ze inhouden.







- Bijtend of corrosief



- Giftig



- Schadelijk en irriterend



- Licht ontvlambaar



- Oxiderend



- Ontplofbaar



- Milieugevaarlijk

- Gewijzigde pictogrammen



## Richtlijnen bij het gebruik van gevaarlijke stoffen:

- Bewaar huishoudproducten, knutselmaterialen buiten het bereik van kinderen.
- De meeste ongevallen gebeuren tijdens het gebruik van producten ! Hou kinderen op afstand wanneer u gevaarlijke producten gebruikt zoals ontstoppers, oplosmiddelen...
- Bewaar producten in hun originele verpakking. Giet ze nooit over in flessen voor levensmiddelen.
- Lees altijd het etiket voor u met een product begin te werken.
- Noteer de naam van de planten die je in de klas hebt, koop bij voorkeur onschadelijke soorten.
- Schenk speciaal aandacht voor het verwijderen - deze stoffen behoren tot het kleine gevaarlijke afval.

Antigifcentrum 070/245.245



# Stof X:

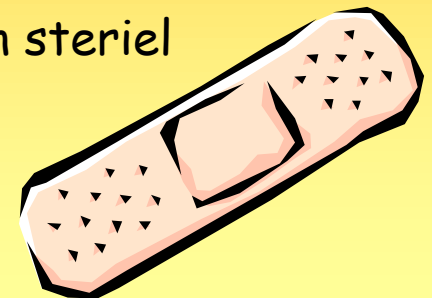
- kan sterk zweten en braken veroorzaken
- vormt een belangrijke component van zure regen
- bij overgang naar gasvorm volgt een enorme drukverhoging
- kan zware brandwonden veroorzaken
- kan fataal zijn bij inademing
- wordt aangetroffen in de tumoren van terminale kankerpatiënt



## 2. BESCHERMING OP DE GEZONDHEID

### EHBO - Wat te doen bij een klein ongeval?

- Blijf zelf rustig.
- Stel het slachtoffer steeds gerust.
- Was je handen voor en na elke verzorging.
- Kom niet in contact met het bloed of andere lichaamsstoffen van het slachtoffer. Gebruik werphandschoenen.
- Spoel de wonde met zuiver koud stromend water.
- Laat het water rechtstreeks op de wonde stromen om het vuil uit de wonde weg te spoelen. Blijf spoelen tot er geen vuil meer in de wonde zit. Wrijf niet in de wonde om het vuil eruit te halen.
- Droog na het spoelen de omgeving van de wonde, maar kom niet aan de wonde zelf.
- Ontsmet de wonde na het reinigen en dek deze met een steriel kompres af.

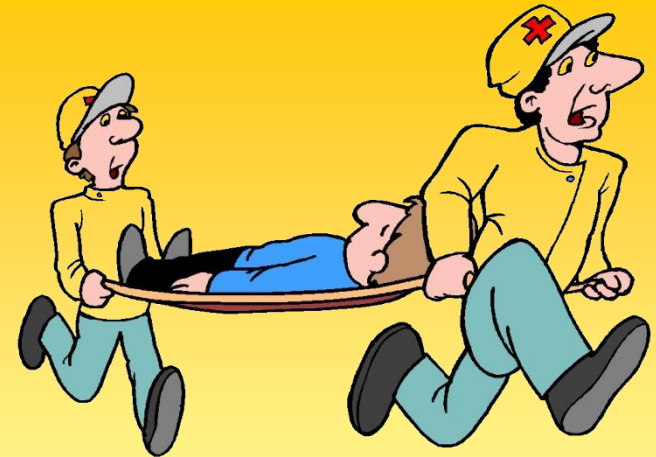


## Ga met het slachtoffer naar een arts of ziekenhuis als:

- het slachtoffer niet ingeënt is tegen tetanus.
- je de bloeding niet kan stelpen.
- je de wonde niet goed kan reinigen.
- een schaafwonde groter is dan de helft van de handpalm van het slachtoffer.
- er botten, spieren of andere onderhuidse weefsels zichtbaar zijn.
- het gezicht, de ogen of de geslachtsdelen gekwetst zijn.
- de wonde is veroorzaakt door een vervuild voorwerp.
- er een voorwerp in de wonde steekt.
- de wonde veroorzaakt werd door beet van mens of dier.



EHBO begint bij preventie, ongevallen voorkomen is voor een leerkracht zijn grootste en belangrijkste taak. Veiligheid en voorkoming van ongevallen is ieders verantwoordelijkheid.



# Afspraken geneesmiddelen



## *Alleen geneesmiddelen voor:*

- ofwel om een kind dat herstellend en bijna genezen is, maar nog gedurende enkele dagen geneesmiddelen moet nemen (vb. antibiotica of hoestsiroop)
- ofwel om een kind dat dagelijks geneesmiddelen moet gebruiken omwille van een langdurige ziekte (vb. suikerziekte, epilepsie, ..)
- ofwel om een kind dat in plotse, dringende situaties geneesmiddelen moet gebruiken (met procedure)

## *Goede afspraken over:*

- welk geneesmiddel, hoe vaak, welke hoeveelheid
- hoe gebruiken, hoe bewaren en opbergen
- geneesmiddel uitgeschreven op naam van het kind en in originele verpakking.
- bijsluiter wordt voor toedienen van geneesmiddel gelezen.
- maak afspraken over wie en wanneer het middel toedient op school.
- de persoon die het geneesmiddel mag toedienen is geïnstrueerd.
- er is een schriftelijke procedure aanwezig hoe gehandeld moet worden in geval van een calamiteit met een geneesmiddel / zelfzorgmiddel.

# 3. Psycho-sociale belasting

*Respectvol omgaan met kinderen kan ook kinderen helpen om met leeftijdgenoten respectvol om te gaan en ook om ten volle te begrijpen dat volwassenen gerespecteerd moeten worden. Het geweldloos socialiseren van kinderen vandaag kan een belangrijke bijdrage betekenen aan de geweldloze samenleving van morgen*



## PESTEN: Wie? Wat? Wanneer en Hoe? Gevolgen?

- Pesten gebeurt berekend en telkens opnieuw.
- Bijna altijd staat een individu alleen tegenover een groep.
- De pestkoppen zijn meestal dezelfde, de slachtoffers ook.
- Pesten komt vooral voor als de klas ontsnapt aan toezicht van volwassenen.
- Pesten gebeurt verbaal, lichamelijk, door bezittingen te stelen of vernielen, door uitsluiten of negeren.
- Buitenstaanders merken de pesterijen wel op. Sommigen supporteren of lopen mee, anderen vinden het vervelend, maar reageren niet
- Vaak leggen de slachtoffers de oorzaak van het pesten bij zichzelf. Ze voelen zich schuldig voor het verdriet dat ze zichzelf en hun ouders aandoen.
- Sommige slachtoffers reageren agressief en gaan verbitterd anderen pesten.
- De sfeer in de klas is bedrukt en onveilig. De leerlingen wantrouwen elkaar.
- Leerkrachten komen niet graag meer voor een klas waar gepest wordt, ze reageren korter en gebruiken







## 6 tips voor een pestvrije school:

- Leerlingen als vol bekijken, met ze praten, ze geloven, vertrouwen en verantwoordelijkheid geven, voorkomt frustraties en agressie.
- Zorg voor een school waar iedereen zijn plaats heeft, waar geen anonimiteit heerst en niemand aan zijn lot wordt overgelaten.
- Stel samenwerking boven competitie. Kanaliseer geldingsdrang naar activiteiten als discussie en sport.
- Werk een gedragscode uit, een soort reglement met betrekking tot pesten.  
Duidelijke afspraken over wat men toelaat of niet.
- Een goed uitgebouwde dialoog tussen ouders en school en tussen leerkrachten en opvoeders onderling en zorgt voor een vlugge opsporing van een probleem.
- Veel nevenactiviteiten en een overzichtelijke en boeiende speelplaats voorkomen verveling en (dus) pesten.

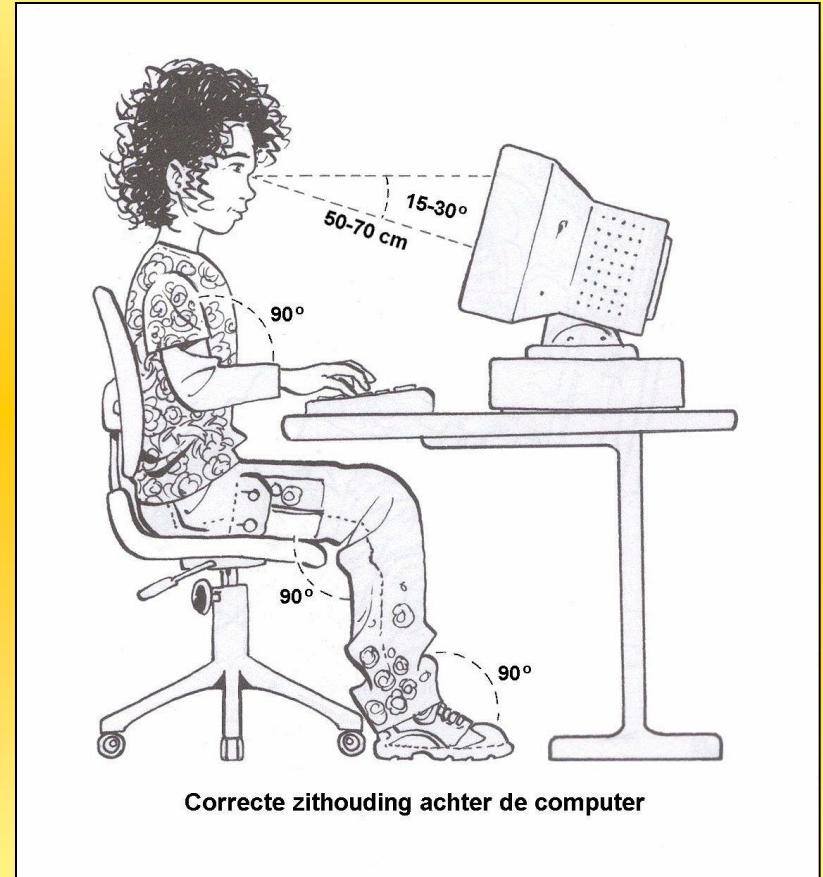
# Stappenplan personeel

- Zelf reageren op dader
- Lokale vertrouwenspersoon of directeur
- Vertrouwenspersoon
- PAPA

# 4. Ergonomie

## Beeldschermwerk

- Stel het beeldscherm zo op dat u recht voor het scherm zit
- Stel het beeldscherm zo op dat de bovenrand van het scherm zich op of net iets onder ooghoogte bevindt.
- De aanbevolen horizontale afstand tussen scherm en ogen bedraagt ongeveer 50 à 70 cm
- Plaats het beeldscherm niet tegen een heldere achtergrond (raam). - Vermijdt reflecties



# Zithouding



- De zithoogte van de stoel is zodanig, dat rechtop zittend en met beide voeten plat op de vloer, uw bovenbenen een hoek van ongeveer  $90^\circ$  maken met uw romp.
- De rugleuning van de stoel moet zo zijn ingesteld dat deze de rug in het "lumbale" gebied steun geeft. Zodoende wordt het natuurlijke S-kromming van de wervelkolom behouden.
- Ga achteraan in uw stoel zitten. Om voldoende dijbeenondersteuning te verzekeren, zonder de bloedsomloop af te knellen, houdt u best ongeveer 3 vingers tussen de voorzijde van de zit en de achterkant van de knieën.
- De hoogte van het werkblad moet zo hoog zijn dat wanneer we de voorarmen op het tafelblad leggen, de voorarmen horizontaal zijn en een hoek van  $90^\circ$  of iets meer maken ten opzicht van de bovenarmen.
- Zorg ook voor voldoende vrije been- en voetruimte onder de tafel.



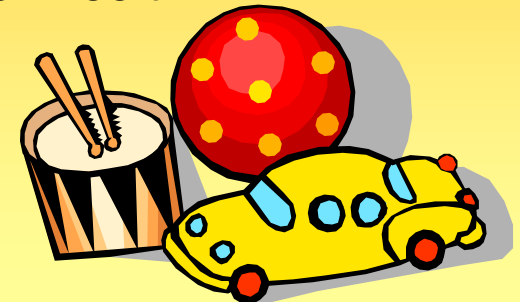
# Speelgoed & didactisch materiaal

Speelgoed = Ieder product of deel hiervan dat ontworpen of kennelijk bestemd is om door kinderen onder de leeftijd van veertien jaar bij het spelen gebruikt te worden.

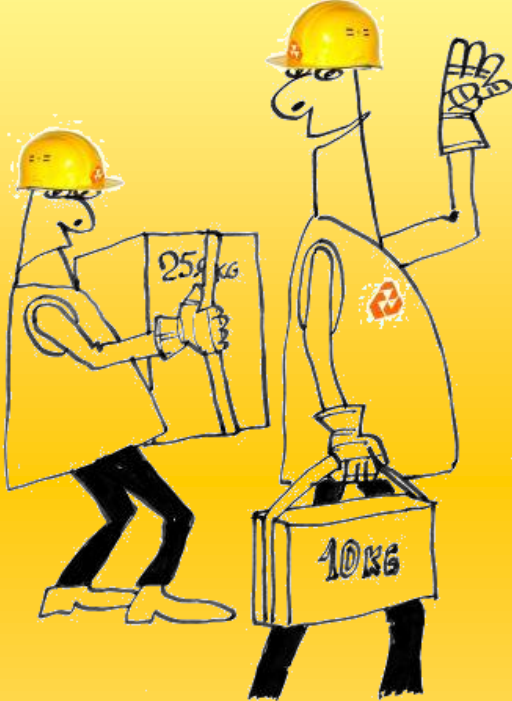
De CE-markering is verplicht op speelgoed. Hiermee verklaart de fabrikant dat het speelgoed beantwoordt aan de fundamentele veiligheidsvoorschriften.

Opgepast! Het plaatsen van de CE-markering is overgelaten aan de fabrikant en er is geen onafhankelijke controle voor het speelgoed op de markt komt.

Let er op dat speelgoed stevig, van onbreekbaar materiaal is en geen scherpe hoeken of kanten heeft.



PAS OP, NIET OVERDREVEN TILLEN  
...JE MOET NOG LANGER MEE.



## Heffen en tillen

- De last moet dichtbij het lichaam kunnen worden gehouden
- Neem een goede houding aan, waarbij je gemakkelijk je evenwicht kan bewaren
- Rug rechthouden en wervelzuil vergrendelen. Tillen vanuit de benen
- De last moet met twee handen kunnen worden opgepakt
- De tilhouding moet vrij kunnen worden gekozen
- De romp mag tijdens het tillen niet worden gedraaid





# Kamerplanten in de klas

Planten hebben een positieve invloed op hoe kinderen zich voelen op school. Met planten in de klas ervaart ze minder stress. Planten verminderen ook de bloeddruk en spierspanning. Verder regelen planten mee de luchtvochtigheidsgraad, ze zorgen voor geluidsabsorptie, ze reguleren mee de warmte en zuiveren de omgevingslucht.

Goede luchtzuiveraars zijn: krulvaren, palm, ficus, klimop & draceana



Opgelet! Sommige planten zijn giftig. Vooral kleine kinderen (0-4 jaar) worden het slachtoffer van vergiftiging door planten.

De planten in de lijst onderaan zijn zeer giftig of vergiftiging komt er vaak bij voor! En in deze optiek volledig te mijden in klasverband, tenzij duidelijke educatieve waarde én oordeelkundig gebruik.

1. *Aronskelk*



2. *Christusdoorn*



3. *Dieffenbachia*



4. *Gatenplant*



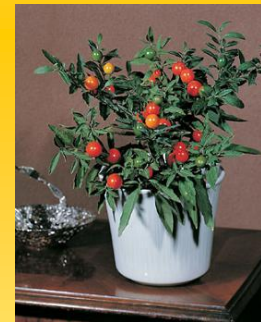
5. *Flamingoplant*



6. *Hulst*



7. *Kerstster*



8. *Oranjeappelboompje*



9. *Philondendron*



10. *Sleutelbloem*



11. *Wolfsmelk sp.*



# 5. Arbeidshygiëne

Hygiëne = de zorg voor het in stand houden van de gezondheid

## Hoesthygiëne

- Niet hoesten of niezen in de richting van een ander.
- De hand voor de mond houden.
- Op tijd de neus snuiten, om de snottebelverspreiding te voorkomen.
- Gebruik papieren zakdoekjes, gooi deze na gebruik weg.
- Het is noodzakelijk om de klas voldoende te ventileren



# Handen wassen

Handen wassen behoort plaats te vinden voor het eten en na:

- iedere zichtbare verontreiniging van de handen;
- spelen in de zandbak;
- gebruik van het toilet;
- contact met lichaamsvloeistoffen
- schoonmaakwerkzaamheden.



Hoe moet je de handen wassen?

- Maak de handen nat en voorzie ze van een beetje vloeibare zeep uit een zeepompje.
- Was de handen ongeveer tien seconden: wrijf de handen over elkaar, vingertoppen, duimen, gebieden tussen de vingers en de polsen moeten worden ingewreven.
- Spoel af onder flink stromend water, waarbij het water van de pols naar de vingertoppen toe moet stromen.
- Droog de handen af met, bij voorkeur, een papieren handdoek; ook tussen de vingers en de polsen.
- Gooi de papieren handdoek na gebruik in een afvalcontainer.



# Toilethygiëne

Kinderen op de basisschool worden geacht zelfstandig naar het toilet te kunnen gaan.

Zorg dat de toiletten zijn afgestemd op kindhoogte

Na het toiletbezoek handen wassen bij een wastafel eveneens op kindhoogte; deze moet in de toiletruimte aanwezig zijn of in de directe nabijheid.

Het is handig als er met name in de kleutergroepen reservekleding aanwezig is die gebruikt kan worden als een van de kinderen een 'ongelukje' heeft.

Bevuilde kleding kan in een afgesloten plastic zak meegegeven worden aan de ouders





## Drinkwater

Kinderen hebben minstens 1  $\frac{1}{2}$  liter vocht per dag nodig. Dat zijn ongeveer 8 bekers. De hele ochtend zonder drinken is te lang. Bij kinderen kan onvoldoende drinken snel leiden tot obstipatie (verstopping).

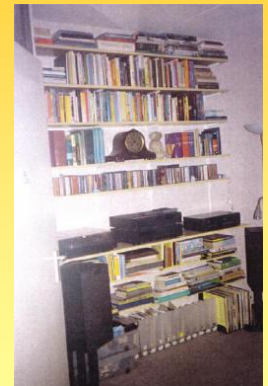
De kinderen drinken fris water bij drankfonteintjes of in de klas bij de aanwezige gootsteentjes uit hun eigen beker of uit liefst recyclebare wegwerpbekertjes.



# Orde en netheid

Een ordelijk en opgeruimd klaslokaal heeft een gunstige invloed op het werk en de concentratie.

- Verlaat, bij het einde van de lesdag nooit een lokaal in slordige toestand.
- Durf ook van de leerlingen orde en netheid eisen.
- Schakel bij de voorbereiding van activiteiten bewust de momenten uit waarbij er kans op wanorde ontstaat. Voorzie tijd voor het opruimen van het lokaal.
- Ruim gemorste producten dadelijk op, vermijd zo glij- en struikelgevaar.
- Houd doorgangen, trappen, vluchtwegen, blustoestellen, toegangen tot bedieningsapparatuur en schakelkasten vrij.

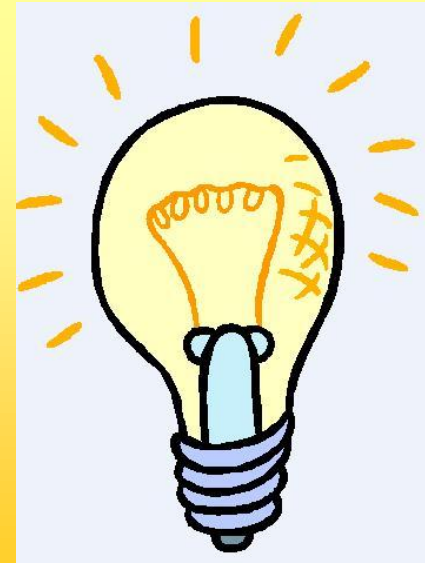


# 6. Verfraaiing van de arbeidsplaats

## Elektrische installatie

- Schakel elektrische apparaten na gebruik uit.
- Defecte of beschadigde snoeren, machines of toestellen schakel je onmiddellijk uit en je verwittigt de bevoegde personen van het defect.
- Breng stekkers in en uit stopcontacten op een deftige manier.
- Snoeren en kabels die op de grond liggen moeten beschermd worden.
- Zorg dat je het elektrisch net niet overbelast door het overmatig gebruik van verdeelkasten.
- Zorg voor een droge omgeving voor elektriciteit.
- Niet iedereen mag zomaar aan de elektriciteit werken, daarvoor moeten bevoegde personen worden aangesteld.





## Verlichting

- De natuurlijke verlichting in de nabijheid van de vensters is niet te sterk en is ook achteraan in het lokaal voldoende. Ze mag niet hinderlijk zijn voor het werk. De zonwering is vastgemaakt aan de ramen en laat toe het licht dat van buiten komt te temperen;
- De kunstmatige lichtbronnen mogen niet flikkeren. Geen enkele leerling zit met het gezicht rechtstreeks naar een lichtbron gericht;
- Er valt voldoende licht op het werkblad om goed te kunnen werken. De verlichting is eenvormig: grote schaduwzones en te grote contrasten zijn te vermijden;
- Stel beeldschermen zo op dat er geen reflecties zijn op het scherm en de gebruiker niet verblind wordt.
- Zicht naar buiten is essentieel om af en toe te ontspannen



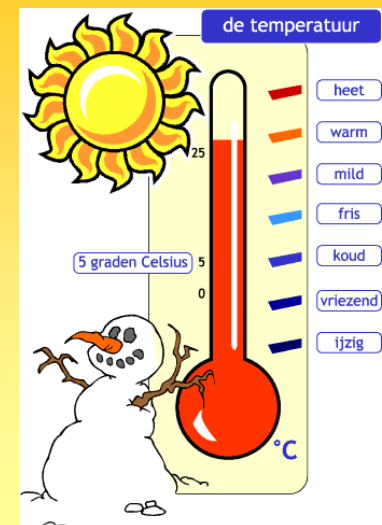


# Verwarming

Een optimale temperatuur is belangrijk voor een goede concentratie. Zorg voor:

- een minimum temperatuur van  $20^{\circ}\text{C}$  in de klas;
- een maximum temperatuur van  $30^{\circ}\text{C}$  in de klas;;
- de comfortwaarde in een klaslokaal ligt tussen  $20^{\circ}$  en  $23^{\circ}\text{C}$ .

Zorg voor een zonwering op het zuidoosten, zuiden, zuidwesten en westen zodat de temperaturen in de klas niet overschreden worden bij warm weer.



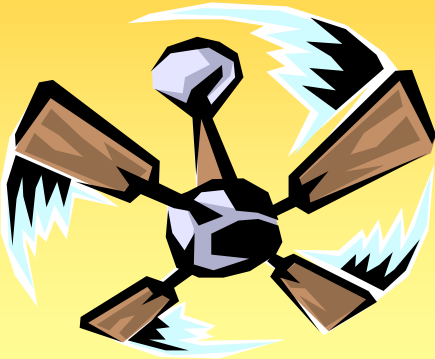


# Verluchting

Ieder kind produceert in de klas een enorme hoeveelheid bedorven lucht. Tel daarbij de verdamping van zweet, afgestorven organismen zoals huidschilfertjes Voeg daarbij de vervuiling van krijtstof, computers, printers, luchtverfrissers en schoonmaakmiddelen en we kunnen spreken van luchtvervuiling op school.

Welke klachten krijgen kinderen die werken in een ongezonde lucht?

- Hoofdpijn, vermoeidheid en concentratiestoornissen
- Vermoeide, prikkende of tranende ogen
- Jeuk, huiduitslag en droge huid
- Verstopte neus, loopneus
- Nekpijn

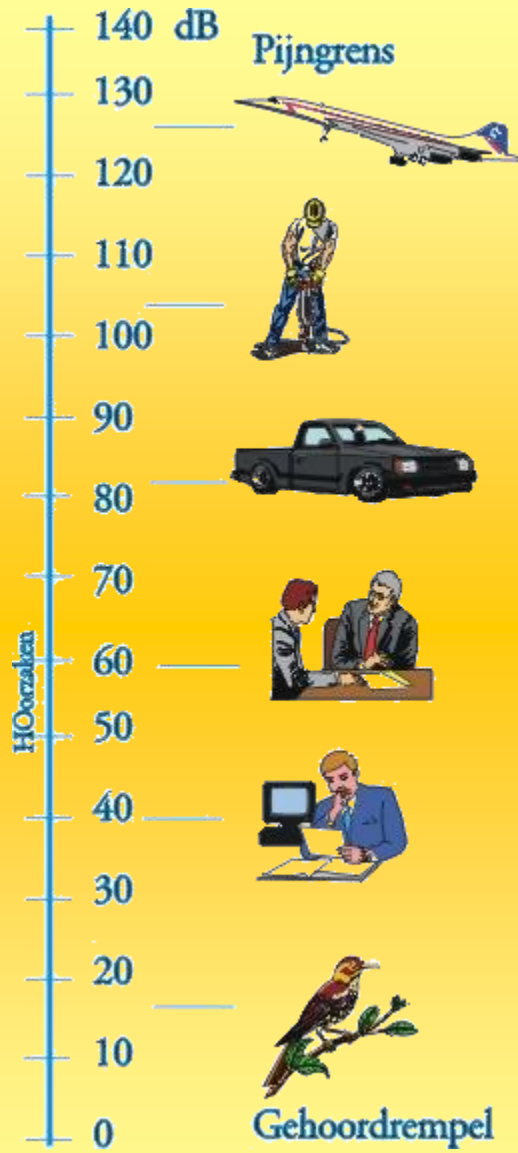


Is er dan een wondermiddel?

Het ideale recept voor zuivere lucht bestaat niet. Een combinatie kan wel helpen het klaslokaal en ook de huiskamer thuis gezonder te maken:

- Houd de ruimte stofvrij, gebruik spons en water
- Verlucht op tijd
- Zorg voor planten

# Akoestiek / lawaai



Het geluidsniveau en de nagalmtijd bepalen in hoofdzaak het geluidsccomfort voor de leerlingen en leerkrachten en beïnvloedt ook de concentratie van de leerlingen.

Let erop dat je:

- 35 dB(A) niet overschrijdt bij het lesgeven;
- 45 dB(A) niet overschrijdt bij beeldschermwerk;
- boven de 80 dB(A) bestaat het risico voor gehoorbeschadiging.

Hinderlijk geluid kan ertoe leiden dat de leerlingen de leerkracht moeilijk of niet verstaan, wat de belasting verhoogt en sneller tot vermoeidheid en concentratieproblemen zal leiden.

Lokalen met (na)galmende geluiden lokken ook rumoerig gedrag uit. Lokalen met optimale akoestiek daarentegen maakt rustiger en zorgen voor een aangename sfeer.

# 7. Leefmilieu

## Gescheiden verzamelen van afval

In de klas zorgen we voor verschillende vuilbakjes zodat we afval gescheiden kunnen ophalen:

- restafval (liefst een afvalbakje dat kan afgesloten worden)
- papier
- eventueel GFT (dient wel dagelijks te worden geledigd)



# Afvalpreventie

1. Koop alleen wat je echt nodig hebt
2. Kies voor losse producten
3. Wat langer meegaat, wordt minder snel vervangen
4. Het omhulsel kan nog dienen.
5. Vermijd schadelijke stoffen.
6. Gebruik gerecycleerde producten.
7. Wees zuinig op papier.
8. Creatief oplappen, een tweede leven.
9. De schoolmaaltijd zonder afval.
10. Milieubewust naar school.



# 8.Busevacuatie

- [ppt](#)

# Samen werken aan een veiliger school



Alvast bedankt voor jullie aandacht en  
medewerking