

Bewust Veilig-quiz



Kwartsstof

1. In welk materiaal zit het hoogste percentage kwarts?

- A. Keramiek
- B. Beton
- C. Zandsteen
- D. Baksteen



Kwartsstof

2. Bij welke werkwijze is blootstelling aan kwartsstof het beste beheerst?
- A. Knippen
 - B. Vegen
 - C. Hakken in openlucht
 - D. Gebruik perslucht om stof op te ruimen



Kwartsstof

3. Welke van onderstaande beheersmaatregelen neem je als eerste ter bescherming tegen kwartsstof?
- A. Gebruik mondkapje
 - B. Stofafzuiging op gereedschap
 - C. Ventilatie
 - D. Inzet stofschermen



Fysieke belasting & gedrag

4. Wat wordt bedoeld met 'fysieke belasting' op de werkplek?
- A. Het tillen van zware materialen
 - B. De belasting van spieren, gewrichten en wervelkolom door werkhoudingen, kracht en herhaling
 - C. Alleen het werken boven schouderhoogte
 - D. Het gebruik van machines



Fysieke belasting & gedrag

5. Welke situatie geeft het grootste risico op klachten aan rug, schouders en knieën?
- A. Afwisselend staand en zittend werken
 - B. Korte lichte werkzaamheden verspreid over de dag
 - C. Langdurig werken in gebogen of geknielde houding zonder hulpmiddelen of afwisseling in houding
 - D. Werken met tilhulpmiddel



Fysieke belasting & gedrag

6. Wat is de beste maatregel om fysieke belasting structureel te verminderen?
- A. Werknemers verplichten fitter te worden
 - B. Persoonlijke beschermingsmiddelen uitdelen
 - C. Het werk anders organiseren met hulpmiddelen, taakroulatie en werkhoogtes aanpassen
 - D. Alleen klachten registreren



Taalbarrières & cultuur

7. Wat is het grootste risico van taalbarrières op een werkplek?
- A. Onbegrip van veiligheidsinstructies, kans op ongevallen
 - B. Onnodige vertraging in de planning
 - C. Minder gezelligheid in de pauze
 - D. Hogere kosten voor vertalingen



Taalbarrières & cultuur

8. Welke aanpak vergroot de veiligheid voor anderstalige collega's het meest?
- A. Alleen protocollen in het Nederlands
 - B. Pictogrammen en visuele instructies
 - C. Mondelinge uitleg zonder check
 - D. Verbinding zoeken, tijd maken voor de ander en geduldig zijn



Taalbarrières & cultuur

9. Waarom durven sommige anderstalige medewerkers geen vragen te stellen?
- A. Ze vinden regels niet belangrijk
 - B. Angst om dom over te komen of baan te verliezen
 - C. Ze hebben altijd haast
 - D. Ze denken dat fouten geen probleem zijn



Taalbarrières & cultuur

10. Welke oplossing helpt om taalverschillen bij veiligheidsinstructies te overbruggen?

(2 antwoorden zijn goed)

- A. AR-brillen (Augmented Reality) met live vertaling
- B. Extra vergaderen in het Nederlands
- C. Complexe protocollen in meerdere talen
- D. Buddy-systeem met taal- en vakcoach



Taalbarrières & cultuur

11. Wat is een houding die bijdraagt aan een veilige werkvloer voor iedereen?

- A. Wachten tot iemand zelf om uitleg vraagt
- B. Je (mede)verantwoordelijk voelen, geduldig zijn en actief checken of iedereen alles begrijpt
- C. Alleen de voorman verantwoordelijk maken
- D. Veiligheid uitleggen met zoveel mogelijk vakjargon



DME

12. Welke van onderstaande beweringen over DME is onjuist?

- A. De afkorting DME staat voor dieselmotoremissies
- B. Diesel aangedreven materiaal moet vervangen worden zodra dat technisch mogelijk is
- C. Dieselmotoremissies zijn kankerverwekkend
- D. Bij het voorkomen van blootstelling aan dieselmotoremissies is altijd de eerste maatregel die je moet nemen een mondkapje met A2/P3-filter



DME

13. Welke gezondheidsklacht is direct gerelateerd aan blootstelling aan dieselmotoremissie (DME) op de bouwplaats?

- A. Verhoogde kans op gehoorbeschadiging
- B. Verhoogde kans op long- en blaaskanker
- C. Verhoogde kans op botontkalking
- D. Verhoogde kans op hitteberoerte



DME

14. Welke maatregel sluit het beste aan bij de arbeidshygiënische strategie voor het verminderen van DME-blootstelling op de bouwplaats?

- A. Vaker pauze nemen
- B. Ventilatie
- C. Dieselloortuigen vervangen door elektrisch materieel waar mogelijk
- D. Alleen PBM's inzetten zoals stofmaskers



Hijzen & heffen



15. Mag ik een kraanmachinist helpen en zelf een last vastmaken?
- A. Ja, als ik de last maar goed vastmaak
 - B. Ja, als de machinist heeft uitgelegd hoe ik het moet doen
 - C. Ja, als ik de juiste voorlichting en instructies heb gekregen



Hijzen & heffen

16. Wat is de juiste positie van de rigger als de last omhoog gaat?

- A. Op armlengte van de last
- B. Schuin onder de last, om te zien of alles vast blijft zitten
- C. Buiten de draaicirkel van de kraan en niet onder de last



Gedrag & risicobewustzijn

17. Wat helpt om risicobewustzijn te vergroten binnen een team?

- A. Incidenteel een keer iets melden
- B. Regelmatig risico's bespreken tijdens de dagstart
- C. Problemen verbergen om gedoe te voorkomen
- D. Alleen de leidinggevende laten nadenken over veiligheid



Hoogwerkers

18. Hoeveel kilo mag je, hangend aan de bak van je hoogwerker, mee omhoog nemen?

- A. 50 kilo
- B. 10 kilo
- C. 0 kilo
- D. Afhankelijk van de hoogwerker



Sociale & psychologische veiligheid

19. Wat draagt het meest bij aan een teamsfeer waarbij iedereen mag meedoen en zich kan uitspreken?

- A. Alle collega's moeten dezelfde mening hebben
- B. Alle collega's kunnen meedoen, meepraten, mogen fouten maken en kunnen hun zorgen delen
- C. Conflicten vermijden: 'We hebben het er niet over'
- D. Als er iets besproken moet worden dan doet altijd de leidinggevende dat zodat conflicten worden vermeden



Sociale & psychologische veiligheid

20. Welke van deze 4 situaties is een voorbeeld van een sociaal onveilige situatie?

- A. Collega's bespreken veilig werken met elkaar en iedereen kan zeggen hoe hij/zij dit beleeft op het project
- B. Tijdens overleggen wordt 1 collega altijd genegeerd omdat hij/zij het altijd beter weet
- C. Er worden verschillende meningen gegeven over een onveilige situatie. Er is ruimte om met elkaar hierover het gesprek aan te gaan
- D. De leidinggevende op het project vraagt de collega's om input over veiligheid



Sociale & psychologische veiligheid

21. Wat draagt het meest bij aan een situatie waarbij iedereen zich kan uitspreken over veiligheid?

- A. Problemen laat je lekker thuis, hier wordt gewerkt
- B. Fouten melden wij niet om confrontaties en de negatieve effecten te voorkomen
- C. Er is ruimte voor overleg en dat doen wij met respect voor elkaar
- D. De leidinggevende bepaalt alles. Hij/zij is de baas en daar past geen tegenspraak bij



Snijgevaar

22. Waarbij is de kans op een ongeval het grootst?

- A. Scherp mes
- B. Bot mes



Snijgevaar

23. Welke maatregel helpt het meest om snijgevaar bij het gebruik van stanleymessen te verminderen?

- A. Het mes nooit inklappen
- B. Werken zonder handschoenen voor meer gevoel
- C. Het mes na gebruik altijd intrekken of vergrendelen
- D. Het mes delen met collega's om tijd te besparen



Snijgevaar

24. Welke maatregel vermindert het risico op snijwonden het meest bij het hanteren van scherpe bouwmaterialen zoals metalen profielen, glas of plaatstaal?

- A. Toepassen van een voorafgaande LMRA (Laatste Minuut Risico Analyse)
- B. Snijbestendige handschoenen dragen die passen bij het risico (bijv. EN388 niveau C of hoger)
- C. Materialen zo snel mogelijk verwerken om minder tijd in risicozones te werken
- D. Het materiaal alleen horizontaal tillen zodat scherpe randen naar buiten wijzen



UV-straling

25. Hoeveel groter is de kans op huidkanker bij buitenwerkers?

- A. 2x zo groot
- B. 3x zo groot
- C. Buitenwerkers lopen niet meer risico



UV-straling

26. Vanaf wanneer moet je smeren met zonnebrandcrème?

- A. Als je voelt dat je begint te verbranden
- B. Vanaf 20 graden
- C. Vanaf zonkracht 3



UV-straling

27. Kun je nog verbranden in de schaduw?

- A. Nee, in de schaduw kun je niet verbranden
- B. Ja, de schaduw opzoeken heeft dus geen zin
- C. Ja, maar het blijft veiliger om wél de schaduw op te zoeken



Einde quiz!

Nu komen de antwoorden...



Antwoorden

1. C
2. A
3. B
4. B*
5. C*
6. C*
7. A
8. D
9. B
10. A en D*
11. B
12. D
13. B
14. C

15. C
16. C
17. B
18. C
19. B
20. B
21. C
22. B*
23. C
24. B
25. B
26. C
27. C

*Zie volgende slides voor toelichting



Toelichting bij vraag 4

4. Wat wordt bedoeld met 'fysieke belasting' op de werkplek?
- A. Het tillen van zware materialen
 - B. De belasting van spieren, gewrichten en wervelkolom door werkhoudingen, kracht en herhaling**
 - C. Alleen het werken boven schouderhoogte
 - D. Het gebruik van machines

Fysieke belasting gaat over álle vormen van belasting van het bewegingsapparaat: tillen, duwen, trekken, reiken, knielen, repeterende handelingen en langdurig dezelfde houding.



Toelichting bij vraag 5

5. Welke situatie geeft het grootste risico op klachten aan rug, schouders en knieën?
- A. Afwisselend staand en zittend werken
 - B. Korte lichte werkzaamheden verspreid over de dag
 - C. **Langdurig werken in gebogen of geknielde houding zonder hulpmiddelen of afwisseling in houding**
 - D. Werken met tilhulpmiddel

Langdurige statische houdingen zoals bukken en knielen zorgen voor sterke overbelasting van spieren en gewrichten.



Toelichting bij vraag 6

6. Wat is de beste maatregel om fysieke belasting structureel te verminderen?
- A. Werknemers verplichten fitter te worden
 - B. Persoonlijke beschermingsmiddelen uitdelen
 - C. **Het werk anders organiseren met hulpmiddelen, taakroulatie en werkhoogtes aanpassen**
 - D. Alleen klachten registreren

De bronaanpak is het meest effectief: werk slimmer inrichten met tilhulpmiddelen, verstelbare werkhoogtes en afwisseling in taken.



Toelichting bij vraag 10

10. Welke oplossing helpt om taalverschillen bij veiligheidsinstructies te overbruggen?

- A. AR-brillen (Augmented Reality) met live vertaling**
- B. Extra vergaderen in het Nederlands
- C. Complexe protocollen in meerdere talen
- D. Buddy-systeem met taal- en vakcoach**

A en D zijn beide goed. A is een innovatieve oplossing; D is een praktische oplossing.



Toelichting bij vraag 22

22. Waarbij is de kans op een ongeval het grootst?

- A. Scherp mes
- B. Bot mes**

Een bot mes levert meer risico op, omdat je hiermee meer kracht moet zetten. De kans dat je uitschiet of jezelf op een andere manier bezeert is dan veel groter.



Bewust Veilig-dag

De Bewust Veilig-dag is een initiatief van de volgende brancheverenigingen:

