

Veilig en gezond werken in de kapsalon: essentieel voor een langdurige carrière

Ons vakgebied; het kappersvak is een creatief en dynamisch beroep, maar het is ook fysiek veeleisend. Om dit vak met plezier en zonder klachten te blijven uitoefenen, is een veilige en gezonde werkomgeving essentieel. De Arbocatalogus voor de Kappersbranche bevat praktische maatregelen, die gericht zijn op veilig en gezond werken op het gebied van onder andere allergene en fysieke belasting en Psycho Sociale Arbeidsbelasting (PSA). Van een goede werkhouding tot optimale ventilatie: kleine aanpassingen kunnen een groot verschil maken in het voorkomen van klachten.

- **De Arbowet: verplichte regels voor een veilige werkplek**

De Arbowet bevat regelgeving die zowel werkgevers als werknemers moeten volgen om een veilige werkplek te garanderen. Binnen de kappersbranche zijn er specifieke afspraken gemaakt om risico's te beperken. Denk aan de juiste werkruimte, ergonomische materialen en voldoende ventilatie. Door deze regels na te leven, investeert je in een gezondere en duurzamere carrière.

- **Ruimte: werken zonder belemmeringen**

Voldoende bewegingsruimte is cruciaal voor een veilige werkhouding. Zo mag de afstand tussen de kapper en het hoofd van de klant maximaal 30 centimeter zijn, en moet er achter de wasbak minstens 50 centimeter vrije ruimte zijn. Dit voorkomt geforceerde houdingen en overbelasting van spieren en gewrichten.

- **Ventilatie: frisse lucht voor iedereen**

Een slechte luchtkwaliteit kan leiden tot klachten zoals hoofdpijn, vermoeidheid en duizeligheid. Zorg daarom altijd voor voldoende ventilatie in de salon. Open een raam indien mogelijk en stem dit af met je klant. Is dat geen optie? Neem dan regelmatig een korte pauze om frisse lucht te halen.

- **De juiste schaar: voorkom overbelasting**

De kappersschaar is een onmisbaar gereedschap, maar verkeerd gebruik kan leiden tot hand- en polsproblemen. Kies bij voorkeur voor een offset-schaar met pinksteun en een nikkelvrije of nikkelarme samenstelling. Dit vermindert spanning op de handspieren en verlaagt de kans op overbelasting.

- **De pompstoel: goed instellen is het halve werk**

Een verkeerd afgestelde pompstoel kan leiden tot rug-, nek- en armklachten. De rugleuning mag maximaal 50 centimeter hoog zijn vanaf de zitting, en de stoel moet voldoende draaibaar zijn (minimaal 45 graden). Ook is het belangrijk dat de pompstoel de bewegingsruimte rondom niet beperkt.

- **Veilig en gezond werken: een gezamenlijke verantwoordelijkheid**

Door bewuste keuzes te maken en te investeren in ergonomie, kunnen kappers niet alleen hun eigen welzijn verbeteren, maar ook dat van hun klanten. Veilig en gezond werken moet geen bijzaak zijn, maar een vast onderdeel van het vak.

Meer informatie en ondersteuning

We begrijpen dat het implementeren van deze eisen een uitdaging kan zijn. Daarom biedt Healthy Hairdresser uitgebreide ondersteuning en hulpmiddelen om je te helpen bij elke stap van het proces. Voor meer gedetailleerde richtlijnen en praktische tips, bezoek onze website:

www.healthyhairdresser.nl

