

SCHOONMAAKTIPS

Een kwestie van de juiste houding

Vijf tips voor een correcte houding bij de schoonmaak

Wilrijk, 24 maart 2016 – Schoonmaken betekent vaak achter meubels kruipen, zich uitstrekken, zich in bochten wringen, non-stop bezig zijn en op onstabiele laddertjes zijn evenwicht zoeken. Eens het vuil geëlimineerd is, valt het nogal eens voor dat de rug opspeelt of dat schouders pijn doen. Kärcher geeft tips om de schoonmaak ergonomisch aan te pakken en om risico's uit te schakelen.

Perscontact :
Annemie Van Dijck
Marketing Manager
Kärcher N.V.
Boomssteenweg 939
2610 Wilrijk (Antwerpen)

T +32 (0)3 340 07 11
F +32 (0)3 314 64 43
annemie.vandijck@be.kaercher.com

Tip n°1

Wanneer men schoonmaakt, is het belangrijk rechtop te blijven en je armen het werk te laten doen. Bij het stofzuigen bijvoorbeeld, is het belangrijk de steel van de stofzuiger losjes vast te houden en de armen licht te buigen ter hoogte van het middel. De zuigmond wordt verplaatst door vooruit te lopen, niet met de armen. Dit zorgt voor een rechte houding en voorkomt rugpijn.



KÄRCHER

SCHOONMAAKTIPS

Tip n°2

Een juiste houding is belangrijk. Daarom moeten apparaten altijd op de juiste hoogte worden ingesteld. Om je rug niet te verrekken, geldt deze algemene regel: houd het handvat van de borstel of veger altijd op schouderhoogte. Sommige apparaten hebben een telescopische lans voor de juiste aanpassing. Om niet voorover te moeten buigen tijdens het stofzuigen, kan bij sommige stofzuigers de zuigkracht worden geregeld op de handgreep zelf.

Tip n°3

Een gebrek aan tijd en de dagelijkse stress mogen geen reden zijn voor een hectische schoonmaak. Snel poetsen brengt immers niet de beste resultaten. Bovendien kunnen haastige, ongecontroleerde bewegingen leiden tot ernstige pijn in rug en gewrichten. Het is dan ook aangeraden de schoonmaak uit te stellen tot een geschikter moment. Schoonmaak heeft baat bij kalmte.

Tip n°4

Volgens onderzoek door het Robert Koch Instituut gebeuren jaarlijks in huis zo'n 2,8 miljoenen ongevallen. Nochtans kunnen heel wat risico's voorkomen worden. Wanneer je bijvoorbeeld de bovenkant van de keukenkasten wil afstoffen, gebruik dan altijd een anti-slipladder en draag goed schoeisel. Kärcher heeft een oplossing voor het schoonmaken van veranda's en hoge ramen; dankzij het verlengstuk van de Window Vac kunnen zelfs de moeilijkst te bereiken zones schoongemaakt worden zonder ladder te gebruiken.

Tip n°5

Voor frequent terugkerende schoonmaakjobs is het best methodisch te werk te gaan. Het begint al met het schoonvegen van de ontbijttafel. Wanneer je bij het wegnemen van de kruimels, je arm op de tafel steunt, wordt je rug minder belast. Zelfs een volle emmer water kan verkeerd gedragen worden. Om het gewicht te verdelen, draag je best de emmer met beide handen en dit zo dicht mogelijk tegen het midden van het lichaam.