

## Betonreparateur



Er werken circa 800 betonreparateurs in Nederland, merendeels bij gespecialiseerde betonreparatiebedrijven. Een deel van deze bedrijven is aangesloten bij de Vereniging van Betonreparatie Bedrijven (VBR). Onder de verzamelnaam betonreparateurs vallen ook de betonspuiters.

De betonreparateur heeft door zijn werk onder andere kans op aandoeningen van het bewegingsapparaat. Verder bestaat de kans op het ontwikkelen van gehoorschade. Hand-armtrillingen kunnen schade aan gewrichten en vingers veroorzaken. Doordat de betonreparateur ook met kwartsstof te maken heeft bestaat de kans op silicose en longkanker. Overgevoeligheid kan het gevolg zijn van het werken met epoxy / isocyaan. Bijna 50% van de betonreparateurs klaagt over het buitenklimaat, met name over koude en warmte.

### De belangrijkste risico's voor de betonreparateur zijn:

- [Fysieke belasting](#)
- [Gevaarlijke stoffen](#)
- [Klimaat](#)
- [Lawaai](#)
- [Trillingen](#)

# Server Error in Application "WWW.ARBOCATALOGUS-BOUWENINFRA.NL"

Internet Information Services 7.5

## Error Summary

### HTTP Error 404.0 - Not Found

The resource you are looking for has been removed, had its name changed, or is temporarily unavailable.

## Detailed Error Information

Module	<b>IIS Web Core</b>	Requested URL	<b>http://www.arbocatalogus-bouweninfra.nl:80/beroepen/betonreparateur/fysieke-belasting/index.htm</b>
Notification Handler	<b>MapRequestHandler</b>	Physical Path	<b>E:\inetpub\wwwroot\www.arbocatalogus-bouweninfra.nl\beroepen\betonreparateur\fysieke-belasting\index.htm</b>
Handler	<b>StaticFile</b>	Logon Method	<b>Anonymous</b>
Error Code	<b>0x80070002</b>	Logon User	<b>Anonymous</b>

## Most likely causes:

- The directory or file specified does not exist on the Web server.
- The URL contains a typographical error.
- A custom filter or module, such as URLScan, restricts access to the file.

## Things you can try:

- Create the content on the Web server.
- Review the browser URL.
- Create a tracing rule to track failed requests for this HTTP status code and see which module is calling SetStatus. For more information about creating a tracing rule for failed requests, click [here](#).

## Links and More Information

This error means that the file or directory does not exist on the server. Create the file or directory and try the request again.

[View more information >>](#)

## **Gevaarlijke stoffen**

Betonreparateurs hebben regelmatig met (kwarts-)stof te maken. Van de beroepsgroep heeft 57% hier klachten over. De hoeveelheid hangt af van de bewerkingsmethode. Vooral bij het droog boren, hakken of slijpen komt veel (kwarts-)stof vrij. Bij de verschillende werkzaamheden wordt de grenswaarde voor respirabel kwartsstof van 0,075 mg/m<sup>3</sup> dikwijls overschreden. Zo komen hoge stofconcentraties komen voor tijdens het droog stralen van beton. Bij spuiten hebben de betonreparateurs ook met spuitnevel te maken.

Betonreparateurs werken regelmatig met epoxy. Tijdens het injecteren gebruiken zij PUR. Oplosmiddelen worden gebruikt om gereedschap en injectieapparatuur schoon te maken. Epoxy en PUR (isocyaan) staan bekend om hun allergene eigenschappen; deze middelen kunnen de huid aantasten. Oplosmiddelen kunnen huidontvetting en huidirritatie veroorzaken. Daarnaast kunnen de vrijkomende dampen worden ingeademd. Huidirritatie en overgevoeligheid kunnen ook worden veroorzaakt door het in aanraking komen met cement. Veel betonreparateurs klagen over schadelijke stoffen. 29% heeft last van gas, damp en nevel. 47% heeft last van chemische middelen. Betonreparateurs zijn in vergelijking met het gemiddelde voor de bouw wat vaker behandeld voor (allergische) aandoeningen van de huid en luchtwegen.

De belangrijkste risico's zijn:

- Kankerverwekkende stoffen (kwartsstof)
- Schadelijke stoffen

## **Te nemen maatregelen:**

### **Bronmaatregelen**

- Vervang het droog stralen door nat stralen of stralen met een zuigkop.
- Gebruik een kwartsarme mortel voor het betonspuiten.
- Gebruik cementgebonden reparatiemiddelen in plaats van epoxyproducten.

### **Collectieve maatregelen**

- Voer stoffige bewerkingen waar mogelijk uit met watertoevoer of afzuiging.
- Zorg voor een goede industriestofzuiger.
- Zorg bij binnenwerk voor voldoende ventilatie of indien nodig aanvullende kunstmatige ventilatie.
- Zorg bij blootstelling aan kwartsstof voor ademhalingsbescherming, bijvoorbeeld een helm met gelaatsscherm voorzien van aanblaasfilter (type 2 of 3).
- Meng bij het injecteren de epoxycomponenten in een gesloten systeem.
- Hanteer bij het met de hand mengen van epoxy een toerental van maximaal 75 toeren per minuut
- Zorg voor veilig vervoer en een veilige opslagvoorziening voor gevaarlijke stoffen.
- Beperk zoveel mogelijk het gebruik van oplosmiddelen. Als toch oplosmiddelen moeten worden toegepast, kies dan een type met weinig schadelijke componenten. Aceton is minder schadelijk, maar wel erg vluchtig.
- Geef voorlichting en instructie over het werken met gevaarlijke stoffen. Houd hierbij rekening met anderstaligen.
- Zorg voor een goede was-, schaft- en kleedgelegenheid.
- Zorg dat de in het veiligheidsinformatieblad aangegeven beschermingsmiddelen aanwezig zijn.

### **Individuele maatregelen**

- Voer stoffige bewerkingen waar mogelijk uit met watertoevoer of afzuiging.
- Ruim stof en gruis met een stofzuiger op, niet door te vegen of te blazen met perslucht.
- Zorg bij binnenwerk voor voldoende ventilatie door de ramen of deuren te openen.
- Beperk zoveel mogelijk het gebruik van oplosmiddelen.
- Zorg voor een goede en veilige mengplek voor gevaarlijke stoffen en meercomponenten producten. Voorbeelden hiervan zijn een groot stuk zeil of stevige folie. Gebruik voor de stevigheid en vlakheid van de ondergrond een plaat

- multiplex. Zet de mengplaats af met linten of waarschuwborden.
- Ruim lege verpakkingen en afval zorgvuldig op.
  - Gebruik de voorgeschreven persoonlijke beschermingsmiddelen. Gebruik de verstrekte ademhalingsbescherming.
  - Eet, drink en rook niet tijdens het werk. Schaft niet in de ruimte waar ook de gevaarlijke stoffen staan opgeslagen. Schaft ook niet met verontreinigde kleding aan.
  - Wees extra voorzichtig met meercomponenten producten. Deze kunnen overgevoeligheid veroorzaken. Zorg dat gereedschap en kleding niet met één van de componenten verontreinigd raken. Vervang verontreinigde handschoenen en kleding direct. Was bovendien uw handen voorafgaand aan pauzes en toiletbezoek.

### **Arbovriendelijke hulpmiddelen voor de betonreparateur met betrekking tot gevaarlijke stoffen**

- [Boorhamer met stofafzuiging](#)
- [Polijstmachine, stofarm](#)
- [Siliconenspachtel](#)
- [Zakkenopener](#)

## **Wat zegt de wet- en regelgeving?**

### **Wettelijke verplichtingen**

#### **Kankerverwekkende stoffen**

Kern van de wet ( Arbobesluit, Hoofdstuk 4, afdeling 2 Aanvullende voorschriften kankerverwekkende of mutagene stoffen en kankerverwekkende processen) is dat alle kankerverwekkende stoffen vervangen moeten worden door minder schadelijke alternatieven.

Om de risico's van het werken met kankerverwekkende of mutagene stoffen en kankerverwekkende processen te kunnen inschatten, te vermijden en in elk geval tot een minimum terug te brengen, zijn in het Arbobesluit regels voor het werken met deze stoffen opgenomen. De werkgever is verplicht om alle mogelijke risico's door arbeid voor werknemers te inventariseren en te beoordelen. Dit geldt ook als er in het bedrijf gewerkt wordt met kankerverwekkende en mutagene stoffen.

#### **Arbobesluit: Hoofdstuk 4 afdeling 1 Gevaarlijke stoffen**

##### **Arbobesluit: Artikel 4.2 Nadere voorschriften risico-inventarisatie en -evaluatie, beoordelen**

##### **Arbobesluit: Artikel 4.2A Nadere voorschriften risico-inventarisatie en -evaluatie, aanvullende registratie**

##### **Arbobesluit: Artikel 4.4 Arbeidshygiënische strategie**

- Bronaanpak: pas alternatieve materialen of technieken toe.
- Afzuiging / ventilatie: werk met bronafzuiging, bronomsluiting en goede ruimteventilatie.
- Vermijden blootstelling: voer het meest risicovolle werk het eerst uit, of hou het gescheiden van andere werkzaamheden.
- Als bovenstaande maatregelen onvoldoende resultaat opleveren, moeten persoonlijke beschermingsmiddelen ter beschikking worden gesteld aan werknemers. Voor de juiste beschermingsmiddelen kunnen zij het [Productgroep Informatie Systeem Arbouw \(PISA\)](#) raadplegen.

##### **Arbobesluit: Artikel 4.5 Ventilatie**

- In geval er op een arbeidsplaats verontreinigde lucht wordt afgevoerd, moet er voldoende toevoer zijn van niet verontreinigde lucht.

##### **Arbobesluit: Artikel 4.12 Schakelbepaling**

- Bij werkzaamheden waarbij werknemers blootgesteld (kunnen) worden aan kankerverwekkende of mutagene stoffen, gelden, naast de regelgeving met betrekking tot gevaarlijke stoffen (Arbobesluit, hoofdstuk 4, afdeling 1), ook deze aanvullende voorschriften kankerverwekkende of mutagene stoffen en processen (Arbobesluit, hoofdstuk 4, afdeling 2).

##### **Arbobesluit: Artikel 4.13 Nadere voorschriften risico-inventarisatie en - evaluatie**

- In de RI&E moet in elke geval worden vastgelegd:
  - Met welk kankerverwekkende en mutagene stoffen of processen gewerkt wordt.
  - De gevaren van de desbetreffende stof.
  - De reden waarom het gebruik van deze stoffen en processen noodzakelijk is en waarom vervanging technisch niet mogelijk is.
  - Op welke afdelingen de stoffen en processen gebruikt worden.
  - In welke hoeveelheden stoffen worden gebruikt of hoe vaak een proces wordt toegepast.
  - Hoeveel werknemers ermee in aanraking kunnen komen.
  - Welke werkzaamheden met de stoffen verricht worden.
  - De wijze waarop blootstelling kan plaatsvinden.
  - Welke beschermende maatregelen zijn getroffen.

#### **Arbobesluit: Artikel 4.15 Lijst van werknemers**

- De werkgever houdt een lijst bij van werknemers die worden of kunnen worden blootgesteld aan kankerverwekkende of mutagene stoffen. De werknemers mogen deze lijst inzien.

#### **Arbobesluit: Artikel 4.16 Grenswaarden**

- De overheid heeft in bijlage XII van de Arbeidsomstandighedenregeling publieke grenswaarden vastgesteld voor een beperkt aantal chemische stoffen vast. Bijlage XIII A bevat grenswaarden voor ongeveer 120 stoffen (die geen kankerverwekkende stof zijn), bijlage XIII B bevat grenswaarden voor ongeveer 50 kankerverwekkende stoffen. De term MAC-waarden is vervallen. Als er voor een gevaarlijke stof geen grenswaarde is vastgesteld, stelt de werkgever een grenswaarde vast op zodanig niveau dat er geen schade kan ontstaan aan de gezondheid van de werknemer.
  - De wettelijke grenswaarde voor kwartstof is 0,075 mg/m<sup>3</sup> bij een achturige werkdag.
  - De wettelijke grenswaarde voor houtstof is 2 mg/m<sup>3</sup> bij een achturige werkdag.

#### **Arbobesluit: Artikel 4.17 Voorkomen van blootstelling/vervangen**

- De vervangingsplicht geldt in alle gevallen waarin met kankerverwekkende of mutagene stoffen en kankerverwekkende processen gewerkt moet worden en staat los van de resultaten van de RI&E. De vervangingsplicht geldt wanneer vervanging technisch uitvoerbaar is, ook al ook al gaan hier meer kosten mee gepaard.

#### **Arbobesluit: Artikel 4.18 Voorkomen of beperken van blootstelling**

- Als vervanging niet mogelijk is, wordt blootstelling, voor zover dit technisch mogelijk is, bij de bron voorkomen of teruggebracht tot een zo laag mogelijk niveau onder de grenswaarde;
- Als bronmaatregelen niet mogelijk zijn, moet de kankerverwekkende of mutagene stoffen afgevoerd worden waarbij gelijktijdig voldoende toevoer van niet-verontreinigde lucht plaatsvindt;
- Als blootstelling niet via de lucht plaatsvindt of ventilatie technisch niet mogelijk is, moeten maatregelen getroffen worden gericht op afscherming van de mens van de bron;
- Als bovenstaande maatregelen niet mogelijk zijn, moet de werkgever persoonlijke beschermingsmiddelen ter beschikking stellen.

#### **Arbobesluit: Artikel 4.19 Beperken van blootstelling**

- In aanvulling op het bovenstaande moet de werkgever ervoor zorgen dat de werknemers voldoende op de hoogte zijn van de risico's. Verder moet hij gevarenczones markeren en voorkomen dat onbevoegden deze zones betreden. Ook moeten er doeltreffende middelen worden gebruikt voor het veilig opslaan, gebruiken en vervoeren van kankerverwekkende stoffen.

#### **Arbobesluit: Artikel 4.20 Hygiënische beschermingsmaatregelen**

- Bij werkzaamheden met kankerverwekkende stoffen en processen moet de werkgever een zone inrichten waar werknemers zonder gevaar voor blootstelling kunnen eten en drinken. De werknemers krijgen doeltreffende werkkleding ter beschikking gesteld, die op een aparte plaats opgeborgen kan worden. Ook zijn er doelmatige wasgelegenheden en doucheruimten beschikbaar. De werknemers gebruiken, bewaren en reinigen de persoonlijke beschermingsmiddelen volgens instructie.

#### **Arbobesluit: Artikel 4.23 Uitvoering en inhoud van onderzoek**

- De Arbodienst heeft recht op inzage in de lijst blootgestelde werknemers.

#### **Cao voor de Bouwnijverheid**

- Artikel 70a Bijzondere veiligheids- en arbobepalingen lid 1 en 2.
- Artikel 70b Bijzondere veiligheids- en arbobepalingen bouwplaatswerknemers lid 9, 12 en 16.

#### **A-blad Epoxygebonden betonreparatiemiddelen**

- Epoxygebonden betonreparatiemiddelen worden alleen toegepast als:
  - Snelle uitharding van groot belang is.
  - Chemische bestendigheid noodzakelijk.

Cementgebonden betonreparatiemiddelen geven dezelfde of een betere kwaliteit en kennen minder gezondheidsrisico.

## Meer informatie

- [A-blad Epoxygebonden betonreparatiemiddelen](#)
- [A-blad Epoxyproducten in de afbouw- en onderhoudssector](#)
- [Adviezen voor beschermende kleding bij het werken met chemicaliën \(PDF\)](#)
- [Algemene informatie over epoxy's \(PDF\)](#)
- [Algemene informatie over het risico schadelijke producten \(PDF\)](#)
- [Algemene informatie over het risico \(schadelijk\) stof \(PDF\)](#)
- [Algemene informatie over kwartsstof \(PDF\)](#)
- [Arbouw-advies Ademhalingsbescherming](#)
- [Keuzewijzer stofvrij werken](#)
- [Gevaarlijke stoffen: weet waarmee je werkt \(info voor werknemers\)](#)
- [Gevaarlijke stoffen: weet waarmee je werkt \(info voor werkgevers\)](#)
- [Informatie over PBM](#)
- [Overzicht van alle H- en P-zinnen \(PDF\)](#)
- [Overzicht van gevaarsymbolen en hun uitleg \(PDF\)](#)
- [Productgroep Informatie Systeem Arbouw \(PISA\)](#)
- [Werken met epoxyproducten in de afbouw- en onderhoudssector \(info voor werknemers\)](#)



## **Klimaat**

Bij het werken in de buitenlucht treedt blootstelling op aan het buitenklimaat (koude, vocht, wind, warmte en temperatuurwisselingen). Beschutting tegen slechte weersomstandigheden is niet altijd aanwezig. Bij het werken in kelders of kruipruimten kan eveneens blootstelling aan slechte klimaatsomstandigheden optreden; zowel tocht en/of vocht, als te grote hitte en/of droogte kan voorkomen. De betonreparateur heeft significant meer klachten over het klimaat dan de gemiddelde bouwplaatswerknemer.

De meeste klachten gaan over:

- Koude
- Temperatuur wisselingen
- Tocht
- Warmte

## **Te nemen maatregelen:**

### **Collectieve maatregelen**

- Verstrek beschermde kleding passend bij het seizoen.
- Bij regenachtig en kil weer katoenen kleding met polyurethaan-coating.
- Bij winters weer een katoenen winterpak (niet geschikt bij nat weer).
- Maak afspraken met uw werknemers over wanneer er bij wind, regen en kou nog wel en wanneer er niet wordt gewerkt.

### **Individuele maatregelen**

- Draag een goed sluitende overall.
- Stem de werkkleding af op het weer om uw lichaam tegen tocht, kou en regen te beschermen.
- Bescherm in de zomerperiode bij zonnig weer blootgestelde lichaamsdelen met een beschermende crème en/of een klep of helm met nekflap.

## **Wat zegt de wet- en regelgeving?**

### **Wettelijke verplichtingen**

#### **Arbobesluit Artikel 6.1 Temperatuur**

- De werkgever moet zorgen dat de (minimum-) temperatuur geen gevaar oplevert voor de gezondheid van zijn werknemers.

#### **Cao voor de Bouwnijverheid**

- Artikel 56 Vergoeding werkkleding en gereedschap bouwplaatswerknemers.
- Artikel 70b Bijzondere veiligheids- en arbobepalingen bouwplaatswerknemers lid 6.
- Artikel 70c Bijzondere veiligheids- en arbobepalingen uta-werknemers lid 5.
- Artikel 73 Regeling bouwplaatswerknemers ten aanzien van werk en arbeidsverhinderend bij vorst en andere ongunstige weersomstandigheden.
- Artikel 74 (Aanvullende) Regeling onwerkbaar weer.

## Meer informatie

- [Arbouw-advies Afgeschermd werken](#)
- [Arbouw website: klimaat](#)
- [Kwaliteitscriteria voor werkkleding in de bouwnijverheid \(PDF\)](#)

## Lawaai

De betonreparateur heeft tijdens het hakken, boren, slijpen, stralen en spuiten te maken met geluidniveaus van wel 100 dB(A). Soms is het niveau zelfs nog hoger. Van de betonreparateurs klaagt 56% over lawaai. Gemiddeld over een werkdag ligt de blootstelling boven de grenswaarde voor lawaai van 80 dB(A). Gehoorschade is mogelijk als geen gehoorbescherming wordt gebruikt.

### **Te nemen maatregelen:**

#### **Bronmaatregelen**

- Kies bij de aanschaf of het vervangen van gereedschap voor types met een lage geluidemissie. Houd bij de keuze ook rekening met de lichamelijke belasting en de productie van stof en trillingen.

#### **Collectieve maatregelen**

- Verstrek gehoorbeschermingsmiddelen (verplicht boven een geluidniveau van 80 dB(A)). Kies een type in overleg met het personeel; een middel dat niet lekker zit, wordt vaak slecht gebruikt.
- Verstrek geen doppen of watten als beschermingsmiddel. Deze beschermen onvoldoende. Otoplastieken met een op het geluidniveau afgestemd filter bieden wel goede bescherming.
- Zie toe op het gebruik van de gehoorbescherming; zorg ervoor dat de leiding het goede voorbeeld geeft.

#### **Individuele maatregelen**

- Gebruik de verstrekte gehoorbeschermingsmiddelen. Gehoorbescherming dragen is verplicht bij geluidniveaus boven 85 dB(A).

### **Arbovriendelijke hulpmiddel voor de betonreparateur met betrekking tot lawaai**

- [Haakse slijper, trillingsarm](#)

## **Wat zegt de wet- en regelgeving?**

### **Wettelijke verplichtingen**

In het Arbobesluit, Artikel 6.8 zijn grenswaarden voor lawaai vastgesteld om werknemers te beschermen.

- Boven 80 dB(A) moet de werkgever zijn werknemers voorlichten en zorgen dat zij over de juiste gehoorbescherming beschikken. Daarbij moet hij zijn werknemers in de gelegenheid stellen om tenminste eens in de vier jaar een medisch onderzoek (PAGO = Periodiek ArbeidsGezondheidskundig Onderzoek) te ondergaan waarbij hun gehoor wordt getest. De werkgever hoeft hiervoor zelf niets te ondernemen, de werknemer wordt automatisch uitgenodigd door de arbodienst waarbij hij is aangesloten.
- Boven de 85 dB(A) moet de werkgever bronmaatregelen of collectieve maatregelen nemen om het geluidniveau te verlagen tot onder de 85 dB(A). De plaatsen waar het geluidniveau hoger blijft dan 85 dB(A), moet hij markeren. Werknemers zijn in het gemarkeerde gebied verplicht hun gehoorbescherming te dragen.

## **Meer informatie**

- [Algemene informatie over het risico lawaai \(PDF\)](#)
- [Keuzetabel Gehoorbeschermingsmiddelen \(PDF\)](#)
- [Keuzewijzer Gehoorbeschermingsmiddelen](#)

## Trillingen

Van de betonreparateurs heeft 45% last van lichaamstrillingen. Er wordt weinig gebruikgemaakt van materieel. De klachten zijn vermoedelijk (mede) een gevolg van de schokken bij het handmatig hakken met sloophamers.

Bij het werken met gereedschap als de hakhamer, boormachine en slijptol heeft de betonreparateur met hand-armtrillingen te maken. Van de beroepsgroep heeft 50% hier klachten over. De duur van de blootstelling is maximaal enkele uren per dag. Vooral tijdens hakken en boren wordt de grenswaarde overschreden. Gemiddeld over een achturige werkdag wordt soms ook de grenswaarde van  $5 \text{ m/s}^2$  overschreden en dat mag niet. Het niveau tijdens het stralen en spuiten is niet bekend. Op termijn kunnen hand-armtrillingen leiden tot gewrichtsschade en schade aan handen en vingers.

Het belangrijkste risico is:

- Hand-armtrillingen

### **Te nemen maatregelen:**

#### **Bronmaatregelen**

- Kies bij het vervangen van apparatuur voor trillinggedempte types. Vraag de leverancier om informatie over de hoeveelheid trillingen die ze veroorzaken; de leverancier moet deze informatie verstrekken. Houd bij de keuze ook rekening met de lichamelijke belasting en de productie van stof en lawaai.

#### **Collectieve maatregelen**

- Regel periodiek onderhoud en controle van hakhamers, boormachines, slijptollen en andere gereedschappen om onnodige trillingen te voorkomen.
- Zorg voor taakrotatie om de blootstelling te voorkomen.

#### **Individuele maatregelen**

- Wissel het werk waar mogelijk af.
- Draag handschoenen als het koud is. Bij hand-armtrillingen is het warm houden van de handen belangrijk.

### **Arbovriendelijke hulpmiddel voor de betonreparateur met betrekking tot trillingen**

- [Haakse slijper, trillingsarm](#)

## **Wat zegt de wet- en regelgeving?**

### **Wettelijke verplichtingen**

In het Arbobesluit (artikelen 6.11A t/m 6.11E) zijn de bepalingen met betrekking tot 'Trillingen' opgenomen.

- Voor hand-armtrillingen gelden de volgende grenzen:
  - Een actiewaarde ( $2,5 \text{ m/s}^2$  over een achturige werkdag): bij overschrijding van de actiewaarde mag de werknemer wel doorwerken, maar moet de werkgever maatregelen nemen om de trillingen te verminderen.
  - Een grenswaarde ( $5 \text{ m/s}^2$  over een achturige werkdag): dit is de absolute bovengrens. Deze grens mag nooit worden overschreden.

De werkgever moet voorlichting geven over de risico's en maatregelen bij lichaamstrillingen en hij moet de werknemers in de gelegenheid stellen een arbeidsgezondheidskundig onderzoek te ondergaan op het gebied van trillingen.



## Meer informatie

- [Algemene informatie over hand-armtrillingen \(PDF\)](#)
- [Algemene informatie over lichaamstrillingen \(PDF\)](#)
- [Arbouw-advies Hand-armtrillingen](#)
- [Arbouw-advies Lichaamstrillingen](#)