

LES 2

DE DRIE STEUNPUNTEN



Een incident ten gevolge van een val, kan ernstig zijn. In 2021 was dit de belangrijkste oorzaak voor verwondingen aan de benen en voeten. Deze ongelukken kunnen gebeuren bij het op- en aflopen van trappen (of stoepen), of wanneer we een zwaar voertuig instappen of uitstappen.

ENKELE OORZAKEN VOOR HET VALLEN, ZIJN:



WE ZIJN AFGELEID
en letten niet op waar we gaan.



WE HEBBEN TEVEEL HAAST,
waardoor we soms gaan rennen of springen.



ONVEILIGE TOESTAND
van de installaties, die wij moeten rapporteren en die we misschien zelf alvast hadden kunnen aanpakken.



SAMEN MET HET VORIGE PUNT,
niet goed schoonmaken van oppervlakken waar we onze voeten zetten.



NIET GEBRUIK MAKEN
van de 3 steunpunten bij klimmen en afstappen.

We hebben maar een paar oorzaken genoemd waardoor je kan vallen, maar denk eraan: preventie is iets dat we voor onszelf willen, dus

WE GAAN OVER TOT ACTIE:



IN HET ALGEMEEN:



Wanneer je een trap omhoog klimt of “zakt”, **kijk dan goed en hou je gedachten erbij.**



De treden bij een deur of portier moeten schoon zijn, vrij van olie, smeerolie, modder of andere dingen waardoor je kan uitglijden.



Niet haasten. Door te rennen of springen kun je een blessure oplopen.



Check of je de juiste schoenen draagt of ze goed zijn vastgemaakt en in goede conditie zijn.



Zodra de installaties ergens onveilig zijn, dit onmiddellijk rapporteren en als je het zelf kan aanpakken, doe dat, maar neem alle nodige veiligheidsmaatregelen.



Wanneer je trappen, stoepen of treden op- of afloopt, **altijd 3 steunpunten** gebruiken.



BEHALVE DE EERDER GENOEMDE PUNTEN, BIJ IN- EN UITSTAPPEN VAN EEN VOERTUIG LET OP:



Vermijd springen als je uit het voertuig stapt. Om dit te doen, gebruik de juiste techniek: met je gezicht naar de cabine, 3 steunpunten gebruiken, doe het rustig en gebruik alle treden. Geen spullen dragen waardoor je je evenwicht kan verliezen.



Gebruik de handgrepen rechts en links op het equipment. Het meeste equipment heeft ze en die steunpunten zijn er speciaal voor gemaakt om vast te houden. Controleer of ze stevig en in goede staat zijn.



Het stuur van een voertuig niet gebruiken als steunpunt.



Voordat je uitstapt, moet je controleren of de grond waar je je voeten gaat zetten, hobbelig, vrij van stenen of schuin is, **en of er stoepranden zijn, waardoor je je evenwicht kan verliezen en vallen.**

Wees een **VOORBEELD** voor jezelf en anderen! Gebruik deze adviezen en help ook je collega's en familieleden om ze in praktijk te brengen.

IK WERK AAN MEER GROENE DAGEN!



Dit is een publicatie van de H&S afdeling. Als u opmerkingen of bezorgdheden heeft, stuur een e-mail naar: joel.zelaya@argos.co

Wij nodigen u uit om uw deelname aan de socialisatie van deze les hier te registreren.



I PROMISE
MORE GREEN DAYS