

LES 3

VEILIG RIJDEN

Concentratie REDT LEVENS! We hebben het al eerder gezegd, en dit is ook zo wanneer we een voertuig besturen. De meeste incidenten waar voertuigen bij betrokken zijn, zijn het gevolg van menselijke fouten, vooral gebrek aan concentratie of niet opletten wat er gebeurt op de weg of op de werkplek, en veranderde omstandigheden.



Daarom herhalen we de **5 gewoonten of "sleutels" om veilig te rijden, "defensief rijden"** volgens de methodologie van het Smith System™, dat een onderdeel is van de **trainingsprogramma's die verschillende** van onze chauffeurs al hebben gevolgd.



1. KIKK ALTIJD VOOR JE ®

Eigenlijk moet je in de toekomst kijken. **Onder het rijden moeten we letten op alle situaties die op de weg gebeuren, en niet alleen een paar meter voor ons.** We moeten informatie zoeken over wat verderop gebeurt, waar ik over een paar seconden met mijn voertuig langs rij. **Op deze manier kan je risico's** op tijd opmerken en tijdig **HANDELEN**, omdat je genoeg tijd en ruimte hebt om te voorkomen dat je betrokken raakt bij een aanrijding.

2. ZORG VOOR EEN PANORAMISCH UITZICHT ®

We moeten altijd opletten op wat er om ons heen gebeurt terwijl we rijden, **en observeren wat andere bestuurders en/of voetgangers doen.** Constant in de spiegels van het voertuig kijken, zal ons helpen om situaties op te merken die riskant kunnen worden. Het is ook belangrijk om genoeg afstand te houden van het voertuig voor ons, zodat we **GENOEG RUIMTE HEBBEN OM TE REAGEREN** wanneer er iets onverwachts gebeurt.

4. LAAT ALTIJD EEN UITWEG VRIJ ®

Zorg dat je niet in een situatie terecht **komt waar je niet uit kan.** Zorg ervoor dat je altijd ruimte rondom jouw voertuig en de anderen hebt, om te kunnen manoeuvreren, en zorg ervoor dat je niet in een soort "hok" terecht komt waar je niet weg kan als er iets onverwachts gebeurt. Dit kan je bereiken **DOOR AFSTAND TE HOUDEN** van andere voertuigen en te anticiperen op wat anderen gaan doen.

5. ZORG ERVOOR DAT DE ANDEREN JOU ZIEN ®

Ga er nooit van uit dat andere bestuurders en/of voetgangers jou gezien moeten hebben. **Zorg ervoor dat de andere weggebruikers hebben gezien** en begrepen hoe jij gaat rijden (bijvoorbeeld of je op een kruising rechts of linksaf gaat). Daarvoor maak je **OOGCONTACT EN GEBRUIK** je de hulpmiddelen van het voertuig, zoals **richting aanwijzers, knipperlichten, remlichten, nachtlampen, toeters, etc.**

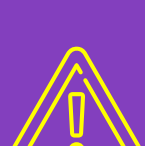
3. JE OGEN MOETEN CONTINU IN BEWEGING ZIJN ®

Alert zijn onder het rijden is de hoofdzaak, en onze ogen zijn het belangrijkste instrument, we moeten steeds onze ogen in beweging houden en sleutels 1 en 2 toepassen, zodat ons lichaam en **ONZE GEDACHTEN ALERT BLIJVEN.** Een belangrijke aanbeveling is, om niet langer dan 2 seconden naar iets te blijven kijken, anders verliezen we concentratie onder het rijden.



Herhaal de **PROGRAMA'S OVER VEILIG RIJDEN MET** de SISO professional bij jou op het werk.

EXTRA LES!



De laatste jaren heeft de technologie ons verschillende instrumenten gegeven die ons werk en ons persoonlijk leven gemakkelijker maken, vooral tijdens de COVID-19 pandemie. **Maar wanneer we technologische hulpmiddelen niet op de juiste manier gebruiken,** lopen we onnodig risico en een voorbeeld daarvan is het gebruik van "handsfree" of systemen waarbij de cell telefoon aan het voertuig gekoppeld wordt.

Wanneer we rijden en tegelijk een telefoongesprek voeren, **of een werkvergadering houden, bij welke activiteit is onze aandacht dan eigenlijk?**

Het antwoord is dat we zeker **niet geconcentreerd** zijn op de belangrijkste activiteit van dat moment, en dat is het rijden, want om **TE KUNNEN BESTUREN MOETEN WE 100%** attent zijn, om risico's op de weg te voorzien en op tijd te kunnen reageren.

Telefoongesprekken, persoonlijk of over het werk, **KUNNEN IN EEN VOERTUIG ALLEEN WORDEN GEVOERD WANNEER WE OP EEN VEILIGE PLEK GEPARKEERD ZIJN EN STILSTAAN.**

► Heb je gedacht aan de eventuele gevolgen voor jezelf, je familie en anderen, veroorzaakt door afleiding onder het rijden?

Denk aan ons SISO principe: **"Waar je ook gaat, neem integrale veiligheid met je mee".**

Nu vragen we aan jou om met je team op het werk en met je gezin te praten over waarom veilig rijden zo belangrijk is.

IK WERK AAN MEER GROENE DAGEN!



*Dit is een publicatie van de H&S afdeling. Als u opmerkingen of bezorgdheden heeft, neem dan contact op met de HSE Professional van uw Plant of stuur een e-mail naar: joel.zelaya@argos.com



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