



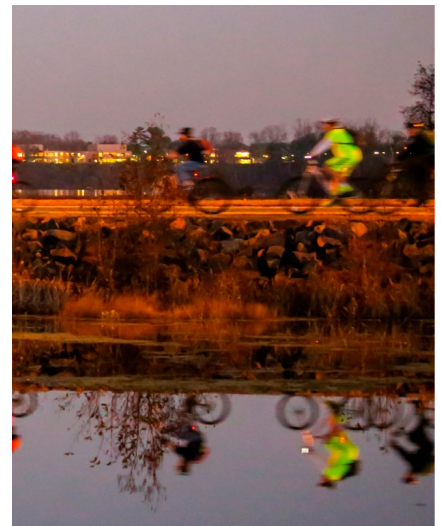
Maandelijks uitgave van het Gemeenschappelijk Comité voor Preventie & Bescherming, verdeeld aan het bedrijfsmanagement, het havenkader en alle havenarbeiders van de havenbedrijven aan de Haven van Antwerpen

Woon-werkverkeer: wees zichtbaar in het donker

Nu de dagen donkerder worden, is het nog belangrijker om goed zichtbaar te zijn wanneer je je als fietser of voetganger op de baan begeeft. **Val op in het verkeer** om veilig op je bestemming te geraken. **Zien en gezien worden is de boodschap.**

Met deze **tips** kan je je zichtbaarheid verhogen:

1. **Check** de staat van je fluo-reflecterende uitrusting. Zijn de reflecterende strips nog goed zichtbaar? Mogelijk is het tijd om je fluo-kledij te vervangen of te wassen.
2. Met donkere kledij ben je slecht zichtbaar in het verkeer. **Draag daarom kledij in lichte en felle kleuren.** Draag je toch liever een donkere jas, doe dan een fluohesje aan.
3. Draag je een **rugzak? Pimp hem met reflecterende strips of accessoires.**
4. Ga voor een **helm in een opvallende kleur** of kleef er reflecterende zelfklevers op.
5. Verplaats je bij voorkeur **op goed verlichte wegen** en zorg voor een felle en goed werkende verlichting.
6. Zorg dat geen items over je fietsverlichting hangen. **Je fietsverlichting moet steeds zichtbaar blijven.**



Over ongevallen door struikelen en uitglijden deel 4



In enkele vorige S-mails (182, 184 en 185) publiceerden we al heel wat informatie over het risico op struikelen, uitglijden of vallen. Deze ongevallen kunnen overal gebeuren: wanneer je aan de slag bent aan boord van een schip, op de voorkaai, in een magazijn, in een mobiel arbeidsmiddel ... Ook in alle soorten bedrijven kunnen ze voorkomen. Ongevallen door struikelen, uitglijden of vallen vormen gemiddeld 20% van het totaal aantal arbeidsongevallen. De kans is dus groot dat ook jij bent blootgesteld aan dit risico.

Wat kan je doen om jezelf en collega's te beschermen?

Let extra goed op de mogelijke risico's in jouw werkomgeving. Denk hierbij aan:

- Losliggende voorwerpen
- Oneffen ondergronden (drempel, borduur, spoorweg ...)
- Gladde ondergronden (regen, olie ...)
- Trappen, ladders, opstapjes
- Scheepsstructuur (niveaunderschillen, uitstekende elementen ...)

Stel je chauffeursstoel correct af

Omdat je als chauffeur vaak schokken opvangt tijdens het rijden met je voertuig op de kaai, kan je last hebben van je rug en/of nek. Veel van deze schokken kunnen echter opgevangen worden wanneer de stoel correct wordt afgesteld. In alle grote voertuigen is een geveerde stoel aanwezig, die op verschillende manieren kan worden ingesteld. Afhankelijk van het type toestel zijn er meer of minder instelmogelijkheden. Deze zijn voor elke stoel in de handleiding terug te vinden.

Enkele voorbeelden:



Grote heftruck, reach stacker ...



Kleine heftruck



Straddle carrier

Hoe stel je jouw stoel in?

1. Zet de stoel op de juiste afstand en hoogte van de pedalen. Schuif je zetel naar voor of naar achter zodat je de ontkoppelingspedaal volledig kan induwen met een lichte buiging in de knie, zonder je bovenbeen te verplaatsen. Zo kan je deze comfortabel bedienen. Als de hoogte instelbaar is, stel de zetel dan zo in dat de bovenbenen volledig op de zitting rusten wanneer de voeten op de pedalen staan.
2. Kantel de rugleuning zodat je voldoende steun hebt in rug en zij. De hoek tussen zitting en rugleuning is best 100° - 115°. Dat betekent dat de rugleuning steeds wat naar achter helt.
3. Stel de vering in op je eigen gewicht. Dit doe je meestal door de draaihendel te gebruiken: deze moet je, zittend op de stoel, verdraaien tot de aanduiding in het midden van de meter valt, samen met de rode lijn. De vering van de stoel mag niet te zacht ingesteld zijn, want daardoor raak je tijdens het rijden de boven- of onderlimiet van de vering en krijgt je lichaam schokken te verduren. Dit krijg je ook als de vering te hard staat afgesteld.
4. Extra: vaak kan je naast de stoel ook de stuurkolom instellen, en in sommige gevallen ook de pedalen en de armleniging.



Aanduiding vering



Draaihendel vering

Stel de positie van je stoel steeds in voordat je vertrekt om hinder tijdens de shift en in de toekomst te voorkomen.
Draag ook altijd je gordel zodat je beschermd bent bij een botsing.

Personenvervoer met havenkraan: enkel als de lamp brandt

Voor het personenvervoer met een giekkraan, een portaalkraan of een hydraulische kraan (voorbeeld Mantsinen) moet de kraanman de kraan in de stand 'personenvervoer' schakelen. Deze stand reduceert de snelheid en versnelling van de kraanbewegingen tot veilige en wettelijk opgelegde limieten. Het verkleint het gevaar op schokken en onbedoelde bruuske bewegingen die letsels kunnen veroorzaken.

Onder de kraancabine hangt een groene lamp die gaat branden zodra de stand 'personenvervoer' wordt geactiveerd. Zo kunnen de personen die willen instappen in de personenkooi of -flat, safetyflat of werkbak zien dat de kraan correct

ingesteld is. Stap niet in als de groene lamp niet brandt! Een kraan die niet uitgerust is met deze voorzieningen mag niet gebruikt worden voor personenvervoer.

De volledige instructies zijn terug te vinden in deze instructiekaarten:

- G-VIK- 008 "Overdraaien met personen-kooi en -flat"
- G-VIK-022 "Werken op hoogte – met werkbak aan één punt opgehangen"
- C-VIK- 020 "Overdraaien met safetyflat"

