

Regel 7

Systemen onder energie



Ik controleer de isolatie en de afwezigheid van energie en vloeistoffen voor elke interventie.

Zo werk ik aan **veiligheid**:

- Ik heb een werkvergunning en een veiligstellingsverklaring voor systemen onder energie.
- Ik heb geïnventariseerd welke energie- en vloeistofbronnen er zijn.
- Ik houd mij aan het isolatieschema.
- Ik bevestig dat de energie- en vloeistofbronnen zijn afgesloten, vergrendeld en gemarkeerd.
- Ik verzeker mij ervan dat de toevoer van energie en vloeistoffen is afgesloten.
- Ik verzeker mij ervan dat er geen energie en vloeistoffen zijn achtergebleven of opgeslagen.
- Ik verzeker mij ervan dat de werkzaamheden zijn voltooid en controleer vóór het opstarten of de isolatiemiddelen zijn verwijderd.

Regel 8

Besloten ruimtes



Ik betreed een besloten ruimte na verkregen toestemming.

Zo werk ik aan **veiligheid**:

- Ik heb een werkvergunning en een certificaat voor het betreden van besloten ruimtes.
- Ik verzeker mij ervan dat alle energie- en vloeistofbronnen zijn afgesloten.
- Ik controleer en gebruik een adembeschermingstoestel indien vereist.
- Ik bevestig dat er een noodplan aanwezig is.
- Ik bevestig dat de atmosfeer voorafgaand aan de interventie is getest en wordt gecontroleerd.
- Ik bevestig dat er toezicht is op in- en uitgaande personen en om alarm te slaan.
- Ik krijg toestemming om naar binnen te gaan.

Regel 9

Graafwerken



Ik beveilig zones waar wordt gegraven.

Zo werk ik aan **veiligheid**:

- Ik heb een werkvergunning en een graafvergunning.
- Ik bevestig dat het graafgebied goed is afgezet.
- Ik ben waakzaam op het lokaliseren van ondergrondse leidingen en structuren.
- Ik plaats werktuigen en opgegraven materiaal op meer dan een meter afstand van de uitgraving.
- Ik begeef mij alleen in een uitgraving dieper dan 1,3 m als de toegang beveiligd is.

Regel 10

Werken op hoogte



Ik bescherm mijzelf tegen valgevaar als ik op 1,5 m of hoger werk.

Zo werk ik aan **veiligheid**:

- Ik inspecteer mijn harnas, de vanglijn en de veiligheidslijn vóór gebruik.
- Ik zeker gereedschap en materialen om vallende voorwerpen te voorkomen.
- Ik draag een harnas en zeker mij aan goedgekeurde verankeringspunten conform de werkvergunning.
- Ik gebruik een geschikte en goedgekeurde steiger.
- Ik houd mij aan de minimale veiligheidsafstand bij werkzaamheden in de nabijheid van elektrische leidingen.
- Ik verzeker mij van de stevigheid van daken (tanks, gebouwen, afdaken enz.) voordat ik aan het werk ga en controleer of op gevaarlijke plaatsen aangepaste beveiligingen zijn aangebracht.
- Ik verplaats een hoogwerker alleen in neergelaten stand.

Regel 11

Warm werk



Ik vermijd warm werk waar mogelijk.

Zo werk ik aan **veiligheid**:

- Ik heb een vergunning voor warm werk.
- Ik identificeer brandbare stoffen en ontstekingsbronnen.
- Voordat ik warm werk uitvoer:
 - verzeker ik mij ervan dat er geen brandbare stoffen aanwezig zijn of dat deze zijn veiliggesteld
 - verkrijg ik schriftelijke toestemming
- In een gevaarlijke zone bevestig ik dat:
 - de afwezigheid van gas getest werd
 - de afwezigheid van gas permanent gecontroleerd zal worden

Regel 12

Gevarenlijn



Ik blijf buiten de gevarenlijn en zorg dat anderen dat ook doen.

Zo werk ik aan **veiligheid**:

- Ik positioneer mezelf om contact te voorkomen met:
 - bewegende voorwerpen
 - machines en voertuigen
 - drukontladingen
 - vallende voorwerpen
- Ik installeer afscheidingen en baken veiligheidszones af.
- Ik neem de nodige maatregelen om losse voorwerpen te zekeren.
- Ik respecteer afscheidingen en veiligheidszones.

Veiligheid op de werkplek

De 12 Gouden Regels



Regel 1

Risicosituaties



Ik voorkom risicosituaties.

Zo werk ik aan **veiligheid**:

- ✓ **Ik rook of vape niet** buiten de toegelaten zones.
- ✓ **Ik werk en rijd niet** onder de invloed van alcohol of drugs.
- ✓ **Ik stel de situatie veilig** als er problemen zijn en **waarschuw** mijn leidinggevende.
- ✓ **Ik ken** de risico's voordat ik begin met een ongebruikelijke of ingewikkelde klus.
- ✓ **Ik houd mij** aan de werkinstructies voor het stoppen en opstarten van toestellen en installaties.

Regel 2

Verkeer



Ik houd mij tijdens het rijden aan de veiligheidsvoorschriften.

Zo werk ik aan **veiligheid**:

- ✓ **Ik controleer** de toestand van mijn voertuig vóór gebruik.
- ✓ **Ik draag** altijd mijn veiligheidsgordel.
- ✓ **Ik houd mij** aan de maximumsnelheid en pas mijn rijgedrag aan de omstandigheden aan.
- ✓ **Ik gebruik** tijdens het rijden geen communicatieapparatuur, waaronder telefoon, portfoon en radio, ook niet handsfree.
- ✓ **Ik houd mij** aan de toegestane rijtijden en het reisplan.
- ✓ **Ik gebruik** de voorziene voet- en fietspaden.
- ✓ **Ik houd** op trappen de leuning vast.

Regel 3

Handelingen, houdingen en gereedschap



Ik gebruik gereedschap veilig.

Zo werk ik aan **veiligheid**:

- ✓ **Ik controleer** of mijn gereedschap:
 - vermeld staat in de werkvergunning of de werkinstructie
 - geschikt is voor de taak en de plaats waar ik ze uitvoer
 - in goede staat verkeert
- ✓ **Ik gebruik** gereedschap, inclusief test- of proefaccessoires, binnen de door de fabrikant gestelde grenzen.
- ✓ **Ik zorg** dat ik door mijn lichaamshouding overbelasting voorkom.

Regel 4

Persoonlijke beschermingsmiddelen (PBM's)



Ik draag de vereiste PBM's.

Zo werk ik aan **veiligheid**:

- ✓ **Ik controleer** de goede staat van mijn PBM's vóór gebruik.
- ✓ **Ik draag** mijn helm met de kinband vast.
- ✓ **Ik draag** PBM's die geschikt zijn voor de taak en de plaats waar ik werk.
- ✓ **Ik draag** een reddingsvest als dat vereist is.

Regel 5

Werkvergunningen



Ik werk met een geldige vergunning.

Zo werk ik aan **veiligheid**:

- ✓ **Ik heb gecontroleerd** of de vereiste vergunningen en certificaten in orde zijn.
- ✓ **Ik ben bevoegd en heb toestemming** om het werk uit te voeren.
- ✓ **Ik begrijp** de werkvergunning.
- ✓ **Ik verzeker mij ervan** dat de plaats voor de uitvoer van het werk is aangeduid.
- ✓ **Ik heb gecontroleerd** of aan de veiligheidsvoorwaarden voor de start van het werk is voldaan.
- ✓ **Ik stop mijn werk** en beoordeel de risico's opnieuw als de omstandigheden veranderen, en overleg met mijn leidinggevende.

Regel 6

Hijswerken



Ik werk conform het hijsplan.

Zo werk ik aan **veiligheid**:

- ✓ **Ik plaats** afscheidingen en baken veiligheidszones af.
- ✓ **Ik controleer** of de hijsmiddelen geïnspecteerd zijn, in goede staat verkeren en geschikt zijn.
- ✓ **Ik gebruik** alleen arbeidsmiddelen waar ik bevoegd voor ben.
- ✓ **Ik controleer** of de last goed is aangeslagen en gebundeld, en ik houd de bewegende last onder controle.
- ✓ **Ik verzeker mij** van de aanwezigheid van een bevoegde hijsmeester voor de hijsoperatie.
- ✓ **Ik begeef mij nooit** onder een hangende last.

STOP CARD

Ik grijp in als een situatie mij gevaarlijk lijkt!

