

## 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



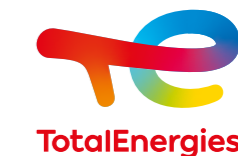
Ik blijf buiten de gevarenlijn en zorg dat anderen dat ook doen.

#### 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, portofoon 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!

