

VAKANTIEJOB IN DE LOGISTIEK?

Zo hou je het veilig

1 Safety first!

- ✓ Gebruik geen **toestellen** of voertuigen (zoals een heftruck) waarvoor je niet bent opgeleid.
- ✓ Ken het **intern verkeersreglement**.
- ✓ Draag altijd je **werkkledij**, fluohesje en **veiligheidsschoenen**.

2 Snijd niet in eigen vel

- ✓ Gebruik altijd een **scherp breekmes**.
- ✓ Snijd **weg van jou** en van de hand waarmee je het object vasthoudt.
- ✓ Snijd je een **metalen of plastic band** door, houd je hand er dan op om te zorgen dat die **niet in je gezicht** slingert.
- ✓ Schuif het **mesje terug** voor je het breekmes weer in je zak steekt.

3 Ergonomisch duurt het langst

- ✓ **Zwaar karwei?** Verdeel de last: gebruik **hulpmiddelen** (zoals een steekwagen) of vraag **hulp**.
- ✓ Stapel **zware verpakkingen** niet boven je hoofd.
- ✓ Wissel regelmatig van **werkhouding** om je spieren te ontspannen.

4 Gezondheid boven alles

- ✓ **Ongelukje?** Laat je **verzorgen** en breng je **leidinggevende** op de hoogte.
- ✓ Ben je **getuige** van een **werkongeval**, breng dan onmiddellijk je **leidinggevende** op de hoogte.
- ✓ Gebruik **gehoorbescherming** als je in een **luide omgeving** moet werken.

5 Speel niet met vuur

- ✓ Overbelast het **elektrisch circuit** niet. Open nooit een zekeringskast!
- ✓ Controleer het snoer van een **elektrisch toestel** voor je het in een stopcontact steekt.
- ✓ Zorg dat je weet waar de **brandblusapparaten** hangen.
- ✓ Informeer je over de **evacuatiweg** en **verzamelplaats** bij brand.

6 Gezonde geest in gezond lichaam

- ✓ Signaleer **stress** op tijd bij je **begeleider** on the job.
- ✓ Zit er je iets dwars? Praat erover met je leidinggevende of de **vertrouwenspersoon**.



?

*Nog vragen?
Stel ze aan je leidinggevende.*