



Hoe stap ik in en uit mijn vrachtwagen?



# Hoe stap ik in en uit mijn vrachtwagen?

Een kwart van de ongevallen bij vrachtwagenchauffeurs gebeurt bij het in- of uitstappen. Om ongevallen te voorkomen, volg ik deze eenvoudige regels:

- Basisregel**
- Ik stap in en uit met het **gezicht naar de cabine**. Ik kom dus achteruit uit mijn vrachtwagen.
- Steun**
- Ik gebruik steeds de **vaste handgreep**. Het handvat van de bewegende deur biedt immers niet voldoende steun.
  - Ik zoek **steun op drie punten**: dit wil zeggen twee handen en een voet of twee voeten en een hand. Ik gebruik bij voorkeur twee handen om me vast te houden, indien mogelijk zonder hierbij een voorwerp in de handen te nemen. Ik hou me altijd met minstens één hand vast aan de vaste handgreep.
  - Ik beklim en daal **sport per sport af**.
  - **Ik spring nooit uit mijn cabine**. Dit verhoogt het risico op ongevallen met voetkwetsuren, beenbreuken enz., omdat de steunvoet op een oneffen bodem niet voldoende stabiel staat.
- Treden**
- **Ik controleer de treden** bij iedere onderhoudsinspectie en meld beschadigde treden onmiddellijk aan de bedrijfsleiding.
  - **Ik hou de opstaprede schoon** en vrij van aarde, slijk, vet, ijs.
- Schoenen**
- Ik maak mijn schoenen **proper** zodat ik niet uitglijd door aanklevende modder.
  - Ik draag **stevige schoenen met antislipzolen** en een goede verdeling van het gewicht over de hele zool.
- Omgeving**
- Ik let erop dat er in de omgeving **geen obstakels** zijn en er geen voorwerpen rondslingeren zodat ik niet struikel, val en letsels oploop ...

## Uw veiligheid, onze zorg.

[www.baloise.be](http://www.baloise.be)

Baloise Belgium nv – Verzekeringsonderneming toegelaten onder codenr. 0096 met FSMA-nr. 24.941 A  
Maatschappelijke zetel: City Link, Posthofbrug 16, 2600 Antwerpen, België – Tel.: +32 3 247 21 11  
Zetel: Marsveldstraat 23, 1050 Brussel, België – Tel.: +32 2 773 03 11  
info@baloise.be – www.baloise.be – RPR Antwerpen – BTW BE 0400.048.883 – IBAN: BE31 4100 0007 1155 – BIC: KREDBEBB  
Baloise Insurance is de handelsnaam van Baloise Belgium nv.