

# 6 Life-Saving Rules



## Voorkom het vallen van gereedschap en apparatuur

Als je gereedschap, draagbare apparatuur of andere materialen gebruikt bij het werken op hoogte, neem dan maatregelen om schade of letsel door vallende voorwerpen te voorkomen.

- Wees je bewust van het risico van vallende voorwerpen.
- Werk niet boven elkaar, behalve wanneer dit is toegestaan op grond van een risicobeoordeling en wanneer de juiste beheersmaatregelen zijn genomen.
- Zeker zo mogelijk alle gereedschap, apparatuur en andere materialen tegen vallen, ook als ze op dat moment niet worden gebruikt.
- Plaats een afzetting of omheining rondom terreinen waar een risico bestaat op vallende voorwerpen.
- Zorg dat je voldoende fit bent om je werk goed uit te voeren.



## Houd je aan de veiligheidsregels voor het werken met elektriciteit

Elke vorm van energie kan grote gevaren opleveren voor de gebruiker wanneer er geen goede veiligheidsmaatregelen zijn genomen. Houd je daarom aan de volgende vijf veiligheidsregels voor het spanningsloos werken. Wanneer niet spanningsloos gewerkt wordt is daarvoor altijd een autorisatie nodig. Werk alleen met elektriciteit als je voldoende fit bent.

### Vijf veiligheidsregels voor spanningsloos werken

- Schakel de installatie volledig vrij.
- Beveilig de installatie tegen wederinschakeling.
- Controleer of de installatie spanningsloos is.
- Zorg dat de installatie goed geaard is en is kortgesloten.
- Voorkom contact met andere niet-spanningsloze installaties of onderdelen.



## Werk met een geldige (werk)vergunning wanneer dat vereist is

Wet- en regelgeving (interne) richtlijnen en of risico-beoordelingen schrijven voor, wanneer (werk)vergunningen moeten worden gebruikt. (Werk)vergunningen worden gebruikt om werkzaamheden gecontroleerd en gecoördineerd uit te voeren om zo te zorgen voor veilige arbeidsomstandigheden.

- Zorg dat je de (werk)vergunning begrijpt en houd je eraan.
- Controleer of de (werk)vergunning geldig is.
- Vraag aan je leidinggevende of de werkverantwoordelijke of het veilig is om met de werkzaamheden te beginnen.
- Controleer of je gekwalificeerd bent om de werkzaamheden uit te voeren.
- Zorg dat je voldoende fit bent om je werk goed uit te voeren.



## Neem maatregelen tegen vallen wanneer je werkt op hoogte

Neem maatregelen ter bescherming tegen vallen wanneer je werkt op hoogte. Werken op hoogte is een van de belangrijkste risico's binnen TenneT.

- Bescherm jezelf wanneer je werkt op hoogte, bij voorkeur door het werken met een steiger of hoogwerker.
- Als je een hulpmiddel gebruikt bij het werken op hoogte, zorg er dan voor dat deze in de juiste positie staat (d.w.z. stabiel en in de juiste hoek).
- Gebruik valbescherming wanneer dit wordt voorgeschreven in de (werk)vergunning en/of risicobeoordeling.
- Zorg dat je voldoende fit bent om veilig te werken op hoogte.



## Werk of sta niet onder een hangende last en loop er niet onderdoor

Het is niet veilig om onder een hangende last te werken of te staan of er onderdoor te lopen, aangezien de last op je kan vallen.

- Loop nooit zonder toestemming door een afzetting of omheining rondom een terrein met een hangende last.
- Verkrijg altijd toestemming voordat je gaat werken onder een hangende last.
- Houd je aan de aanwijzingen van de degene die verantwoordelijk is voor het hijsen van de last.



## Gebruik persoonlijke beschermingsmiddelen als dit vereist is

Gebruik persoonlijke beschermingsmiddelen waar dit vereist is, zoals een overlevingspak om je te beschermen tegen verdrinken, of een helm om (mogelijk dodelijk) hoofdletsel te voorkomen.

- Draag een veiligheidshelm op alle TenneT-locaties als dit vereist is.
- Gebruik persoonlijke drijfmiddelen als dit vereist is, en doe dit op de correcte manier (juiste maat, goed bevestigd, etc.).
- Controleer vóór gebruik of de goedgekeurde persoonlijke beschermingsmiddelen goed werken en niet beschadigd zijn.

Act safe,  stay safe!