



Et sikkert arbejdsmiljø - også i trafikken



SIKKER TRAFIK +



BYGGERIETS
ARBEJDSMILJØBUREAU

Sammen om sikker trafik



30 % af alle arbejds- ulykker med døden til følge sker i trafikken

Mange mennesker bruger halvdelen af arbejdstiden i deres firmabil. Kører du varebil, er der grund til at være ekstra opmærksom i trafikken.

Varebiler er høje, tunge og ofte læsset med materialer og værktøj. Det betyder, at de har ringere køreegenskaber. Og i kritiske situationer er de sværere at håndtere end personbiler. Så du har et særligt ansvar over for dig selv, passagerer og andre trafikanter, når du sidder bag rattet.

Hvor trafik-sikker er du bag rattet?

- Er din bil en sikker arbejdsplads?**
Sæt kryds, hvis din firmabil har et højt sikkerhedsniveau.
- Orienterer du din chef om fejl og mangler på firmabilen?**
Sæt kryds, hvis du altid giver besked om fejl og mangler på din firmabil, så snart du opdager dem.
- Læsser du dit køretøj sikkert?**
Sæt kryds, hvis du altid sørger for, at din last er placeret og fastspændt forsvarligt.
- Tjekker du dine dæk en gang om måneden?**
Sæt kryds, hvis du minimum én gang om måneden tjekker dæktrykket i dækkene på din firmabil.
- Har du opmærksomheden på trafikken?**
Sæt kryds, hvis du ikke bruger mobilen, mens du kører.
- Tager du en powernap, når du er træt?**
Sæt kryds, hvis du kører ind til siden og tager en powernap på 15-20 minutter, når du bliver træt eller søvngig.
- Overholder du fartgrænserne, og kører du efter forholdene?**
Sæt kryds, hvis du altid overholder fartgrænserne.
- Er selen altid spændt?**
Sæt kryds, hvis du altid har spændt selen.

Tæl sammen

hvor mange steder, du kunne sætte kryds i testen. Hvert kryds giver 1 point. Tæl dine point og se, om du er sikker i trafikken.

1-3 point: Du skal stramme dig an

Det halter rigtig mange steder. Læs de afsnit her i folderen, som du ikke kunne sætte kryds ved i testen, da det er nødvendigt, at du strammer op på sikkerheden.

4-7 point: Der er absolut plads til forbedringer

Der er stadig flere ting, som du skal forbedre. Læs de afsnit her i folderen, som du ikke kunne sætte kryds ved i testen, og bliv klogere på, hvad du kan gøre for din og andres sikkerhed.

8 point: Godt kørt

Du er en opmærksom og ansvarlig bilist, som sætter din egen og andres sikkerhed højt.



Der sker årligt
1500
trafikulykker med
sygefravær til følge

Er din bil en sikker arbejdsplads?

Bilens sikkerhedsniveau er afgørende for din sikkerhed.

En sikker firmabil har:

- ESC (elektronisk stabilitetssystem), som bliver et krav i alle nye varebiler pr 1. november 2014
- front-airbags til fører og passager som minimum – og helst side-airbag, gardin-airbag og front-airbag, der dækker den midterste passager
- 3-punktssikkerhedssele på midterpladsen foran
- selehusker
- fastspændingsmuligheder for gods i varerummet

Du kan også få eftermonteret:

- uopmærksomhedsalarm
- afstandsalarm
- linievogter

Flyt løse genstande som pc, flasker og kaffekander fra kabinen – de er livsfarlige ved en opbremsning og/eller kollision.

Orienterer du din chef om fejl og mangler på firmabilen?

Oplever du fejl, mangler eller slitage på din firmabil, så sørg for at give din chef besked så hurtig som muligt. Det gælder især fejl og mangler ved:

- bremsler
- styretøj
- dæk
- lygter
- viskere
- ventilationssystem

Ved fejlmeldinger i form af røde eller orange kontrollamper: kør straks ind til siden, kig i bilens instruktionsbog og følg anvisningerne.

Gør det også til en rutine at gå en runde om din firmabil, inden du sætter dig ind. Det er dit ansvar, at firmabilen er i forsvarlig stand.

Læsser du dit køretøj sikkert?

Forkert læsning kan give tabt gods, dårlig stabilitet og nedsatte bremse- og manøvremligheder. Det er faktorer, der kan være medvirkende årsag til mange alvorlige ulykker med varebiler. Når du læsser din firmabil og påhængsvogn, skal du:

- placere det tungeste gods midt på ladet
- spænde godset forsvarligt fast med solidt surringsmateriale (stroppe, reb, kæder) uanset, om det står i et lukket varerum eller på et åbent lad
- sikre tungt gods mod at skride fremad vha. bjælker og klodser

Tjekker du dine dæk en gang om måneden?

At køre med nedslidte dæk kan være farligt for køresikkerheden, men et lavt eller uens dæktryk reducerer også køreegenskaberne væsentligt. Det øger risikoen for, at man i en kritisk situation skrider ud eller vælter.

Sørg for at kontrollere dæktryk og undersøg dækkene for slid og revner månedligt.

Vinterdæk er vigtige på varebiler i vinterperioden. Men vinterdæk bremser dårligere end almindelige dæk, når vejene ikke er glatte. Så hold øje med farten.

Har du opmærksomheden på trafikken?

30 % af alle trafikulykker skyldes uopmærksomhed.

Er du uopmærksom, når du kører, kan du nemt miste herredømmet og komme over i modsatte vejbane eller ud i rabatten. Derfor er ulykker, der sker på grund af uopmærksomhed ofte meget alvorlige.

Der er meget, som kan fjerne dit fokus fra trafikken, når du kører. Kør derfor ind til siden, når:

- du bruger mobilen til at læse og skrive beskeder og til længere samtaler
- du taster din rute ind på gps'en
- du læser kort eller bladrer i papirer



Varebiler
har 3 gange større risiko
for at blive involveret i
en trafikulykke end
personbiler



68 %

af 255 trafikdræbte i 2010 kunne være reddet, hvis:

- hastighedsgrænsen var overholdt
- der ikke blev kørt spritkørsel
- alle havde brugt sele
- alle havde kørt efter forholdene

Tager du en powernap, når du er træt?

Træthed har betydning i mindst hver 10. trafikulykke. For ikke at falde i søvn bag rattet kan du:

- overlade rattet til en anden, når du bliver træt
- køre ind og tage en powernap på 15-20 minutter

Det hjælper ikke at rulle vinduet ned eller skrue op for musikken.

Overholder du fartgrænserne, og kører du efter forholdene?

Fart er det, der dræber allerflest mennesker i trafikken – faktisk sker 1 ud af 3 dødsulykker, fordi fartgrænserne ikke bliver overholdt.

Overholder du fartgrænserne, og kører du efter forholdene, er du med til at gøre vejene mere sikre samtidig med, at du kan opnå:

- færre bøder
- bedre brændstoføkonomi
- mindre CO₂-udslip

Er du sent på den så ring og sig, du er forsinket. Stress og høj fart er en farlig kombination.

Er selen altid spændt?

Ender du i en trafikulykke, mere end fordobler du chancen for at redde livet eller undgå alvorlige kvæstelser, når selen er spændt.

Varebiler vælter lettere end personbiler. De har store vinduer, og risikoen for at blive kastet ud ved ulykker er stor – så husk selen, lige som du gør, når du kører i din privatbil.

Gode råd om din sikkerhed:

Overhold fartgrænserne

og tilpas din fart efter
forholdene

Brug selen

– hver gang

Vær opmærksom

på trafikken – kør bil, når du
kører bil

Ta' en powernap

på 15-20 minutter, når du
begynder at føle dig træt – eller
overlad rattet til en anden

Last og spænd gods forsvaligt

i varerum, på lad og i
påhængsvogn

Fortæl din chef

hvis der er fejl og mangler ved
din firmabil

Folderens fakta er bl.a. baseret på Havarikommisionens undersøgelser i 2010.