

# İŞBAŞI İSG KONUŞMALARARI

## (TOOLBOX SAFETY TALKS)

No: 78

### ÜÇ NOKTA KURALI

#### Kamyondan Düşmek Zorunda Değilsiniz!

Kamyon veya traktör gibi ağır bir aracın kabinine binerken veya inerken, hava ve elektrik hatlarını bağlarken, treylerin montaj veya demontajını yaparken düşmek, ciddi şekilde yaralanmanın garantili yoludur. Bir sigorta şirketinin çalışmasına göre; araçlardan düşmelerin sebep olduğu yaralanmaların diğer türlerdeki yaralanmalardan hemen hemen %25 daha kötü olduğunu göstermiştir.

Bir ayak bileği burkulması dahi, debriyajı kullanmanızı engeller. Küçük yaralanmalar gelir kaybı ve işin aksaması nedeniyle size pahalıya mal olabilir.

Bir araçtan düşmenin en büyük ve tek sebebi sürücü hatası olup ÜÇ-NOKTA kuralının takip edilmemesidir.

#### DÜŞMELERDEN KAÇINMAK İÇİN NE YAPABİLİRSİNİZ?

Aracınızın ne türde erişim sistemine sahip olduğu hiç önemli değildir, kayma veya düşme riskini önemli ölçüde azaltmak için ÜÇ-NOKTA sistemini kullanın. ÜÇ-NOKTA sistemi; her zaman kol ve bacaklarınızdan üçünün (iki el ve bir ayak veya iki ayak ve bir el) araçla temas halinde olması demektir.

ÜÇ-NOKTA sistemi; bir kişiye maksimum denge ve destek sağlar, böylelikle kayma veya düşme olasılığını azaltır. ÜÇ-NOKTA sistemini uygulayın, kazanan siz olun.

#### YAPILACAKLAR:

Ayağınızı iyi şekilde destekleyen bir ayakkabı giyin—Asla terlik, çıplak ayak veya yüksek ökçeli ayakkabı olmasın.

- Yüzünüz kabine dönük şekilde binin ve inin.
- Kötü hava koşullarında yavaş davranın ve ekstra dikkat sarf edin.
- Ellerinizi tırabzanı veya tutamaçları sımsıkı tutun.
- Araçtan inmeden önce zeminde engel olup olmadığını kontrol edin.

#### YAPILMAYACAKLAR:

- Araçtan serbest elinizde bir şey tutarak inmeyin. Onu araç kabinine koyun, araçtan indikten sonra uzanarak alın.
- Uzun bir koşudan sonra araca tırmanmak için acele etmeyin. Kaslarınızı zorlamamak için yavaşça inin.
- Asla araçtan atlamayın. Dengenizi kaybedip veya düzgün olmayan bir zemine rastlayıp düşebilirsiniz.
- Tekerlekleri veya jantları basamak olarak kullanmayın.
- Kapı gövdesi veya kenarını tutamaç olarak kullanmayın.
- Yaralanma istatistiklerinin bir parçası olmayın.

# İŞBAŞI İSG KONUŞMALARI

## (TOOLBOX SAFETY TALKS)

**No: 78**

---

Düşmeyi engelleyebilecek tek kişi sizsiniz! Profesyonel bir sürücü veya operatör; araca binerken veya inerken tüm yapılacakları ve yapılmayacakları bilir ve her gün ÜÇ NOKTA KURALINI uygular.