



## VERMOEIDHEIDSSIGNALLEN

Indien je tijdens het rijden één van de volgende symptomen opmerkt, beschouw dat dan als een duidelijke waarschuwing:

- knikkebollen
- voortdurend geeuwen
- moeite hebben om je ogen open te houden
- je begint af te wijken van je rijstrook
- zware oogleden
- droge mond
- problemen om je blik te richten
- je weet niet meer wat je de laatste kilometer hebt gezien

Dit zijn tekenen dat je in slaap kan vallen zonder dat je het wil en zonder dat je het beseft!

De oplossing: **stoppen en rusten!**

Een initiatief van de politiezones Vilvoorde-Machelen, KASTZE, Grimbergen en Zaventem in samenwerking met het Belgisch Instituut voor de Verkeersveiligheid en de provincie Vlaams-Brabant.

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



[ikbenvoor.be](http://ikbenvoor.be) >>

in vijf  
**stappen**  
naar veilig  
vervoer



PROVINCIE  
VLAAMS • BRABANT



Vrachtwagens zijn minder vaak betrokken in ongevallen dan personenwagens, zeker als het aantal afgelegde kilometers in rekening wordt genomen. Maar een ongeval met een vrachtwagen heeft vaak ernstige gevolgen! De hoofdoorzaken zijn bekend: onvoldoende afstand houden, verzwakte aandacht, vermoeidheid en ladingverlies, combinatie snelheid en gewicht.

#### Uitgerust achter het stuur verlengt de levensduur

Lange ééntonige ritten, laden en lossen, lange werktijden, de verkeersdrukke, ... allemaal elementen die leiden tot vermoeidheid achter het stuur. In één op de drie ongevallen met vrachtwagens speelt vermoeidheid een belangrijke rol!

#### Vermoeidheid is meer dan even geeuwen

Door vermoeidheid...

- daalt de aandacht
- vermindert de reactiesnelheid
- verhoogt de irritatie
- verlopen de stuurbewegingen minder soepel

#### Rij- en rusttijden respecteren

De rij- en rusttijden werden ingevoerd om chauffeurs de kans te geven een welverdiende rustpauze te nemen en om daarna fris en vooral veilig weer de baan op te gaan. Door de rij- en rusttijden te respecteren, wordt de chauffeur beschermd en worden gezonde werkomstandigheden gegarandeerd.

#### Ongevallen vermijden rendeert

Investeren in verkeersveiligheid bespaart het bedrijf heel wat directe en indirecte kosten en nadelen (hogere verzekeringspremie, tijdverlies, verlies inzetbaarheid, mogelijk klantenverlies, ziekteverlof ...). Bedrijven en chauffeurs hebben baat bij een goed georganiseerd verkeersveiligheidsbeleid.

In deze brochure verneemt u welke 5 stappen u als bedrijfsleider en als chauffeur kunt zetten opdat elke rit een veilige rit wordt voor alle weggebruikers.

## WAT KAN DE CHAUFFEUR DOEN?

### STAP 1 verplichte documenten

- identiteitskaart
- geldig rijbewijs (met vermelding van geneeskundige schifting indien vereist)

### STAP 2 verplichte boorddocumenten per voertuig

- origineel kentekenbewijs
- origineel geldig verzekeringsbewijs
- origineel geldig keuringsbewijs met identificatieverslag of technische fiche
- keuringsvignet (wettelijk gekleefd)
- gelijkvormigheidsattest
- fiscaal kenteken

### STAP 3 verplichte specifieke documenten indien vereist

- vrachtbrief + vervoersvergunning
- eurovignet
- alle registratiebladen van de lopende week en in elk geval het blad van de laatste dag van de voorafgaande week waarin werd gereden
- vereiste ADR-documenten

### STAP 4 respecteren van rij- en rusttijden

- tachograaf gebruiken
- maximum 9 uur per dag rijden (dit mag 2 keer in de loop van 1 week verlengd worden tot maximum 10 uur per dag)\*
- per 4 ½ uur rijden minimum 45 min rusten (mag onderverdeeld worden in onderbrekingen van minimaal 15 minuten)
- per 24 uur minimaal 11 uur achtereenvolgend rusten (dit mag 3 keer in de loop van 1 week verkort worden tot 9 uur per dag; mits compensatie)
- geldigheid installatieplaatje nagaan
- netjes en goedgekeurd registratieblad
- correct en volledig ingevuld registratieblad
  - naam en voornaam chauffeur
  - plaats en datum vertrek (aankomst)
  - km-stand vertrek (aankomst)
  - kentekenplaat
- schakelorganen juist bediend

### STAP 5 overlading

controleren of de diverse maximale toegelaten massa's niet overschreden worden

## WAT KAN HET BEDRIJF DOEN?

### STAP 1

een haalbaar rittenschema opstellen en dorpskernen vermijden

### STAP 2

toezien op de naleving van de verschillende wettelijke bepalingen en indien nodig maatregelen nemen om inbreuken te voorkomen (rij- en rusttijden, overlading ...)

### STAP 3

toezien op de aanwezigheid van goedgekeurde en originele boord- en vervoersdocumenten in de voertuigen

### STAP 4

voldoende goedgekeurde schijven voorzien en de schijven gedurende één jaar geordend bewaren

### STAP 5

toezien op de juiste werking en gebruik van de tachograaf en instaan voor de opleiding inzake gebruik

\* 1 week = maandag 00.00 uur tot zondag 24.00 uur