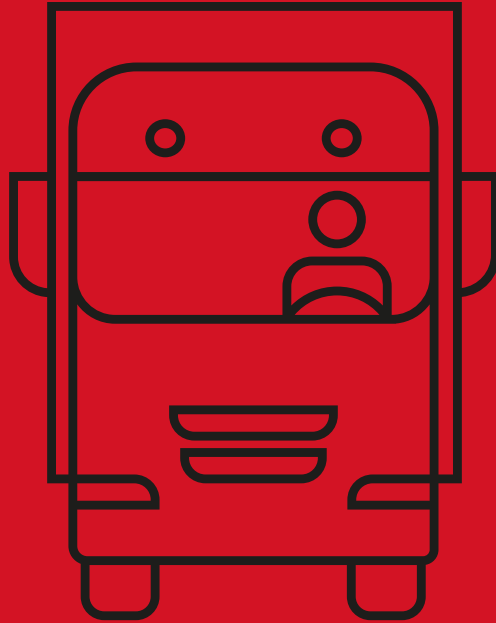


JAG ✓
JOBBAR
RÄTT



Jobba rätt

Vecka 38 2022

LASTBIL

Logga in när du börjar ditt pass, inte innan

Vi jobbar inte gratis för att hinna med!

Gör fordonskontrollen innan körning

Kom ihåg att fordonskontrollen skall göras innan du tar ditt fordon i bruk, efter att du har börjat dagens pass.

Ställ in stol och ratt för bästa komfort

Ditt fordon är ditt kontor, chefen har tid att ställa in sin stol, det har du också!

Använd bilbälte

Såklart ska du använda bälte, för din och andras säkerhet. Dessutom är det lag på det.

Kör i rätt hastighet

Om du kör 90 istället för 80 km/h så sparar du 50 sekunder varje mil, bränslenotan ökar och risken att en eventuell olycka blir allvarlig ökar också.

Fippla inte med mobilen när du kör

Vi ska inte kolla kör-ordning och skriva adresser när vi kör för att spara tid.

Kör inte med någon dörr helt eller halvt öppen

Någon som gjort detta? Mer eller mindre vanligt men naturligtvis inget vi ska pyssla med. Även om det är jobbigt att öppna låsta och kärvande dörrar!

Lås bilen vid lossning, kontrollera att dörrarna är låsta

Detta är nog det som ligger i topp på saker som missas. Lås dörrarna och kontrollera att det är låsta!

Lås baggaveln när du lämnar lastbilen

Även baggaveln ska låsas när du lämnar lastbilen.

Ha inte gods i förarhytten

Visst kan det vara lockande att ha gods i hytten men det får vi inte ha. Ur trafiksäkerhetssynpunkt är det livsfarligt. Att få ett paket i huvudet är nog inte så skönt.

Kom ihåg att ta påskrift

Fortfarande slarvas det mycket med påskrifter, enkelt såklart, men C19 har tyvärr upphört.

Styr en bur åt gången istället för att dra två stycken

Det blir en felaktig belastning om du drar burar längs med sidan, styr en bur framför dig så blir belastningen mindre.

Ställ godset på rätt plats, dra inte bara av det

Ordning och reda är A och O, ta dig tiden att ställa godset på rätt plats så riskerar det inte att missas av nästa person och ingen behöver städa upp efter dig.

Förlasta inte innan du börjar ditt pass

Detta är vanligt förekommande, men kan bygga upp en stress bland övriga kollegor att också behöva göra det. Det blir en ond spiral som är svår att bryta.

Ta ut din rast i verkligheten och inte bara på kortet

Visst är det enkelt att lasta medan färdskrivaren står på rast, men det är lätt att den verkliga rasten blir naggad i kanten.

Ta ut hela rasten, 10 minuter mindre per dag blir 40 timmar/år

Återhämtning är viktigt och många kronor som du bjuder på i slutändan.

Spring inte, gå i normalt tempo

Vi ska orka jobba till pensionen, tänk dig för!

Kom ihåg att ta dina små pauser under dagen

Vi har rätt till små pauser under dagen förutom rasten, många glömmer bort det och tänker kanske att man får igen det senare, krasst konstaterat så var det kanske enklare förr?

Tänk på arbetsställningen, hur du lyfter etc.

Det är din kropp som tar stryk om du slarvar med hur du lyfter, och du har tyvärr bara en kropp.

Slit inte ihjäl dig, använd arbetsredskap, eltruck, trappklättrare etc.

När det finns möjlighet ska vi naturligtvis använda arbetsredskap!

Stressa inte

Stress kan leda till fler olyckor samt att tempot drivs upp och kollegor känner sig pressade att göra detsamma för att hinna.

