

## De belangrijkste punten uit de film kort samengevat:

1. de lopende band moet zo ingesteld staan dat iedereen het werktempo kan bijhouden;
2. je moet voldoende voorlichting en instructie krijgen van je leidinggevende over de bediening en de gevaren;
3. draag gesloten kleding om grijpgevaar te voorkomen;
4. werk in een rechte houding;
5. werkzaamheden aan de lopende band kunnen bij voorkeur zowel staand als zittend worden uitgevoerd;
6. je kunt RSI voorkomen door regelmatig oefeningen te doen en je werkzaamheden af te wisselen met je collega;
7. als je gaat tillen doe het dan rustig en til niet zittend, zo raakt je rug niet overbelast;
8. overschrijd nooit de maximale belasting van een lopende band om schade aan het systeem te voorkomen;
9. als je constateert dat een lopende band gebreken vertoont, stop dan direct de band en breng direct je leidinggevende op de hoogte;
10. zorg voor orde en netheid in je werkomgeving zodat jij en je collega's niet voor onaangename verrassingen komen te staan.