

THEMA 1 - GOEDEREN EN/OF PRODUCTEN ONTVANGEN

INHOUD

Hoofdstuk 1	Veilig werken	4
	Arbowet	5
	Persoonlijke beschermingsmiddelen (PBM)	6
	Gevarenetiketten	7
	Borden en signalen	9
	Rugklachten door tillen	10
	Goed tillen	12
	Samenwerken en overleggen	14
	Vaktaal	20
Hoofdstuk 2	Ontvangst voorbereiden	21
	Distributiecentrum	21
	Ontvangst voorbereiden	23
	Retourgoederen	23
	Goederen ontvangen	25
	Goederen lossen	29
	Interne transportmiddelen	29
	Plannen en organiseren	33
	Vaktaal	37
Hoofdstuk 3	Goederen lossen	38
	Ontvangstruimte	39
	Veilig werken	39
	Veilig werken met interne transportmiddelen	41
	De laadklep	43
	Behandelingsetiketten	46
	Borden en signalen	47
	Veilig werken	48
	Vaktaal	54
Hoofdstuk 4	De vrachtbrief	55
	Colli	56
	Vrachtbrief controleren	57
	Onderdelen van de vrachtbrief	58
	Afwijkingen	61
	Overleggen	63
	Vaktaal	69

Hoofdstuk 5	Ontvangen goederen controleren	70
	Pakbon	71
	Kwaliteitscontrole	73
	Afwijkingen noteren	76
	Samenwerken en overleggen	78
	Vaktaal	82
Hoofdstuk 6	Voorraad	83
	Vorraadsysteem	83
	Vorraden	84
	Gevolgen van verschillen	86
	Derving	86
	Wat doe je bij afwijkingen?	88
	Vaktaal	94
Hoofdstuk 7	Eindopdracht	95

HOOFDSTUK 1

VEILIG WERKEN

Dit leer je in dit hoofdstuk.

1.	Je kunt uitleggen wat er in de Arbowet staat.
2.	Je kunt vertellen welke PBM's er zijn.
3.	Je kunt gevarenetiketten herkennen.
4.	Je kunt borden en signalen herkennen.
5.	Je kunt uitleggen hoe je gezond en veilig tilt.
6.	Je kunt samenwerken en overleggen.

Opdracht 1 Veilig werken

In een magazijn moet je er goed op letten dat je veilig en gezond werkt.
Je moet veiligheidsschoenen dragen. En een helm.
Je moet ook borden en symbolen herkennen.
En het is belangrijk dat je op de juiste manier tilt.

Waarom moet je in een magazijn veiligheidsschoenen dragen?



Arbowet

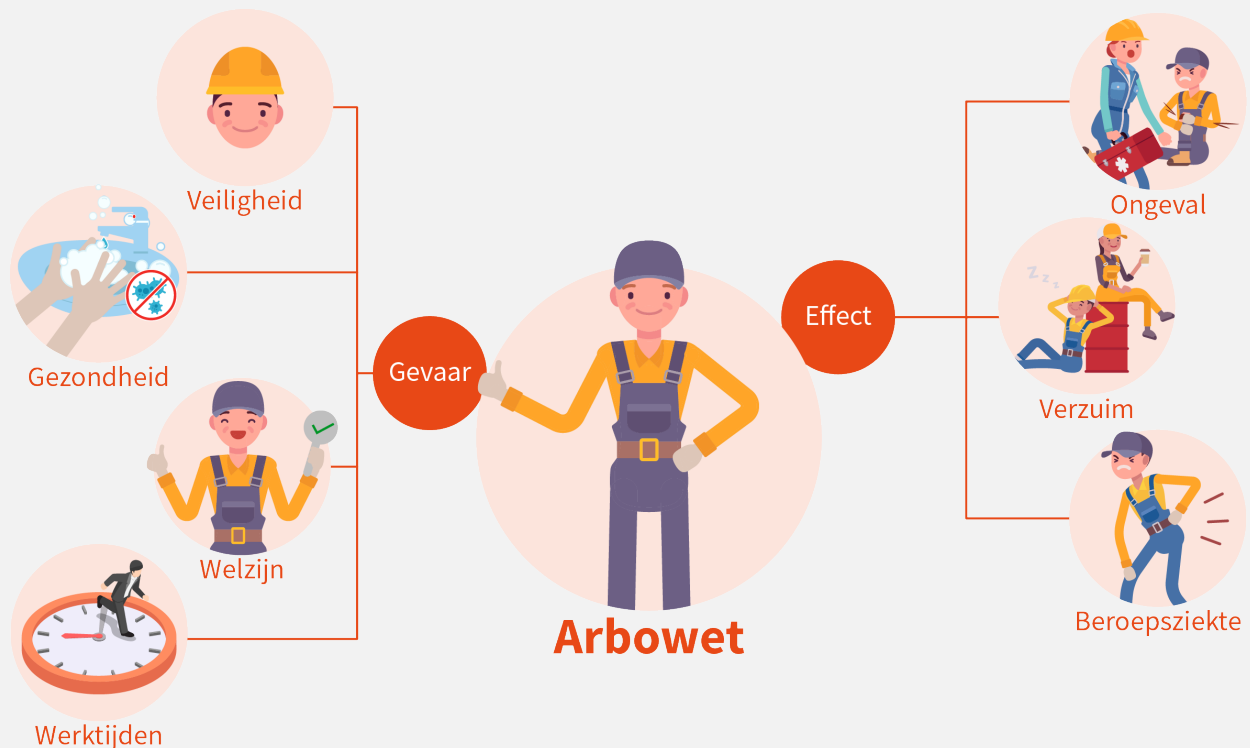
Elke werkgever is verplicht om ervoor te zorgen dat de werknemers veilig en gezond kunnen werken.

Dat staat in de **Arbowet**. De Arbowet beschermt de werkgever en de werknemer.

Het is voor de werkgever goed als er veilig en gezond wordt gewerkt.

Ziekteverzuim kost de werkgever namelijk geld.

Voor jou als werknemer is het belangrijk dat je veilig en gezond kunt werken. Zodat je geen ongeluk krijgt. Of rugklachten.



Opdracht 2 Ziekteverzuim

Als medewerkers niet veilig en gezond werken, kunnen ze ziek worden.

Waarom kost ziekteverzuim de werkgever geld?



Persoonlijke beschermingsmiddelen (PBM)

Als magazijnmedewerker moet je **persoonlijke beschermingsmiddelen** dragen. Bijvoorbeeld **veiligheidsschoenen**. En een helm.



Hoofdbescherming



Gehoorbescherming



Veiligheidsbril



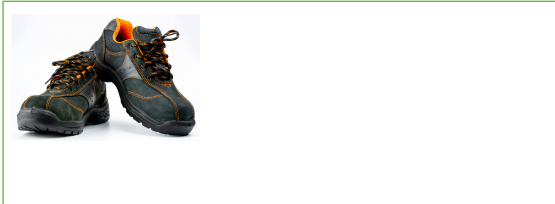
Werkhandschoenen

Opdracht 3 PBM

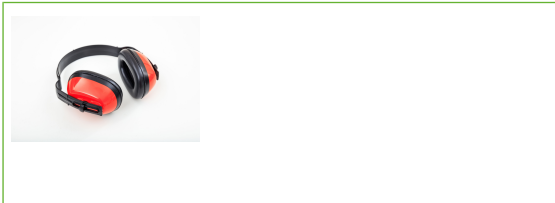
Wat bescherm je met een PBM? Verbind het PBM met het goede lichaamsdeel.



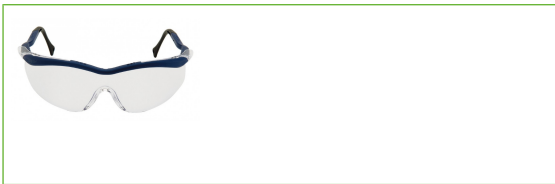
Je voeten



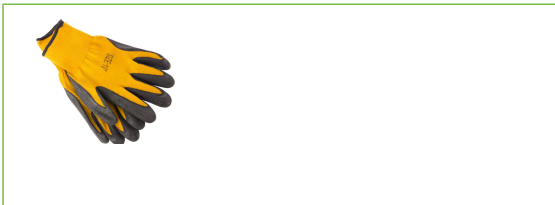
Je ogen



Je handen



Je hoofd



Je oren

Gevarenetiketten

Sommige goederen kunnen gevaarlijk zijn.
Bijvoorbeeld als goederen giftig zijn.
Dan staat er een gevarenetiket op de verpakking.

Deze gevarenetiketten moet je kunnen herkennen:

Gevaarsymbolen



Brandbare stoffen

Deze stoffen maken zuurstof vrij. Daardoor reageren ze met andere stoffen. Ze kunnen inwerken op je kleding en huid. Je kunt er brandwonden van krijgen.



Oxiderende stoffen

Deze stoffen kunnen gemakkelijk in brand vliegen.



Giftige stoffen

Deze stoffen zijn giftig. Adem deze stoffen niet in en laat ze niet op je huid komen.



Bijtende stoffen

Deze stoffen tasten je huis, je longen, je ogen en je kleding aan. Je kunt er zwaargewond door raken.



Explosieve stoffen

Deze stoffen kunnen gemakkelijk ontploffen. Pas op met vuur en vonken.



Schadelijk

Als je een schadelijke stof binnenkrijgt, zijn de gevolgen wel vervelend maar niet altijd heel ernstig.



Milieugevaarlijk

Deze stoffen zijn schadelijk voor het milieu. Je mag ze niet bij het gewone huisvuil doen, je moet ze afvoeren met het chemisch afval.



Lange termijn gezondheidsgevaar

Deze stoffen kunnen een tijd nadat je ermee gewerkt hebt problemen veroorzaken zoals kanker.



Gashouder onder druk

Deze houder kan ontploffen bij verhitting.

Opdracht 4 Gevarenetiketten



Je werkt in het magazijn.
Op een doos zie je dit symbool.
Wat betekent dit?

- ☐ Dat er giftige stof in de doos zit
- ☐ Dat er bijtende stof in de doos zit
- ☐ Dat er brandbare stof in de doos zit

Borden en signalen

In een magazijn kom je borden en signalen tegen.

Ze geven aan hoe je moet werken. Wat wel en niet mag. Dat is voor de veiligheid.

In een magazijn met veel zware goederen zie je bijvoorbeeld het bord 'Veiligheidsschoenen verplicht.'

En in een magazijn met licht ontvlambare stoffen hangt het bord 'Verboden te roken'.

Opdracht 5 Borden en signalen

Bekijk de borden. Zet erbij wat ze betekenen.













Rugklachten door tillen

Als je elke dag tilt of draagt, kun je last van je rug krijgen.

Daarom is het belangrijk dat je zoveel mogelijk **interne transportmiddelen** gebruikt als je goederen verplaatst. Bijvoorbeeld een **palletwagen** of een **steekwagen**.

Als je toch moet tillen, moet je dat zo verantwoord mogelijk doen.

Til niet meer dan 23 kilogram. Moet je zwaarder tillen? Gebruik dan een hulpmiddel.



Vaak tillen en te zwaar tillen is erg belastend voor je rug.

Je hebt kans op beschadiging van je rugspieren, de bindweefselbanden rond je wervelkolom of de tussenwervelschijven.

Te zwaar tillen is dus gevaarlijk.

Maar ook als je heel vaak lichte voorwerpen tilt, kan dat voor rugklachten zorgen.

Bijvoorbeeld doordat je met een verkeerde houding tilt. Of te lang achter elkaar doorgaat met tillen.

Dat komt vooral doordat je lichaam zelf gewicht heeft. En ook dat gewicht moet je steeds optillen. Elke keer als je bukt en omhoog komt.

Als je eenmaal rugklachten hebt, dan kom je daar maar moeilijk vanaf. Rugklachten zijn zelfs de belangrijkste oorzaak voor langdurig **ziekteverzuim** en **arbeidsongeschiktheid**.

Opdracht 6 Rugklachten

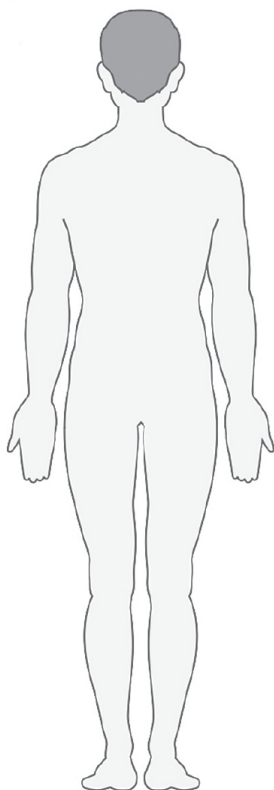
a. Welke klachten kun je krijgen doordat je te veel en te zwaar tilt?

b. Is het waar of niet waar?

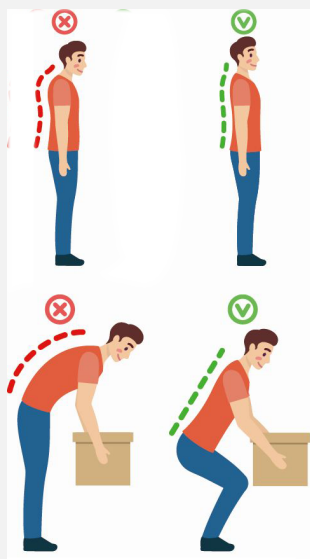
Als je eenmaal rugklachten hebt, kom je er heel gemakkelijk weer vanaf. **Waar / Niet waar**
Rugklachten zijn vaak de reden dat mensen zich ziek melden. **Waar / Niet waar**

Opdracht 7 Beschadiging

Je ziet hier een plaatje van een lichaam. Zet pijlen bij de plekken die kunnen beschadigen als je te veel en te zwaar tilt.



Goed tillen



Goed staan doe je zo:

- Steek je kin horizontaal naar voren.
- Zorg dat je hoofd, schouders en heupen recht boven elkaar staan.
- Overstrek je knieën niet.
- Je voeten wijzen recht naar voren, er past een voet tussen.

Goed tillen doe je zo:

- Houd je rug zo recht mogelijk.
- Ga zo dicht mogelijk bij het ding staan dat je moet tillen.
- Zak door je knieën, til vanuit je knieën en kijk recht vooruit.
- Trek je buik in.
- Adem goed in voordat je tilt.
- Laat je beenspieren het tilwerk doen.
- Til altijd met twee handen.
- Draai nooit tijdens het tillen (eerst tillen, dan draaien).
- Doe de tilwerkzaamheden zo veel mogelijk met zijn tweeën.

Vaak ontstaan lichamelijke klachten niet door het tillen zelf, maar doordat je tijdens het tillen een draaiende beweging maakt.

Ga dus in de richting staan waarheen je het gewicht moet verplaatsen.

Opdracht 8 Goed tillen

Vul de lege plekken in. Kies uit: - zware goederen - dicht bij je lichaam - 23 - je lichaam - twee handen - je rug - twee keer - collega's

Waar kun je zelf op letten als je moet tillen?

Til niet meer dan _____ kilogram.

Til altijd met _____ en zorg ervoor dat je beide voeten op de vloer staan.

Sta recht voor het voorwerp dat je moet tillen. Draai _____ niet tijdens het tillen.

Til het voorwerp _____, niet met gestrekte armen.

Vraag je _____ om te helpen bij zwaar tilwerk.

Til niet te veel tegelijk - het is verstandiger om _____ te lopen.

Til _____ tussen knie- en schouderhoogte.

Luister goed naar _____. Ga niet door als je pijn hebt.