

## Infocache veiligheidsopleiding heftruckbestuurder

*Heftruck: De klassieke vorkheftruck is een drie- of vierwieler waarvan de achterste wielen of het achterste wiel de stuurwielen zijn. Aan het heftraam zitten frontaal twee vorken die volledig voor de voorwielen zitten. Bij deze heftruck moet het ladingsgewicht gecompenseerd worden door het gewicht van de heftruck en spreekt men over een "contragewichtheftruck".*



### Omschrijving

Deze opleiding is een veiligheids- of sensibiliseringsopleiding voor ervaren bestuurders, zonder examen. De opleiding kan ook deels in de vorm van coaching op de werkvloer plaatsvinden.

De opleiding kan gevolgd worden:

- in de opleidingscentra van Athetys in groep (besloten opleiding) of individueel (open opleidingen).
- in-company bij de werkgever (onder voorwaarden).

### Doel

- De deelnemer sensibiliseren om veilig te werken als heftruckbestuurder.
- Deze opleiding kan ook dienen als 5-jaarlijkse heropfrissingsopleiding.
- De werkgever voldoet hiermee aan de wettelijke opleidingsplicht, op voorwaarde dat de opleiding overeenstemt met de taken op de reële werkvloer.

### Toelatingsvoorwaarden

De deelnemer is minimum 18 jaar, beschikt over een attest medische geschiktheid voor het werken met een heftruck en is de Nederlandse taal voldoende machtig.

### Inhoud

Deze opleiding omvat 3 uur theorie in groep en 1 tot 5 uur praktijk per deelnemer. In de opleidingscentra van Athetys zijn meerdere heftrucks aanwezig en gebeurt de praktijk in groep. In-company bij de werkgever zijn er meestal slechts 1 of 2 heftrucks beschikbaar en gebeurt de praktijk daarom individueel.

## Theorie

- Samenvatting wetgeving  
Basiskennis ARAB/ARBO, Codex, aansprakelijkheden en verantwoordelijkheden.
- Risico's en ongevallen  
Risico's eigen aan de job en toestellen en ruimte kunnen vaststellen, analyseren en controleren.
- Veiligheidsvoorschriften  
Kennen van de veiligheidsvoorschriften zoals daar zijn: rijrichting, afremmen voor bocht, afstand tussen de heftrucks, gebruik van de veiligheidskooi, verbod om passagiers mee te nemen, aangepaste rijnsnelheid, voorschriften bij het koppelen/ontkoppelen batterij en in een laadstation, rijhoogte vorken, stand van de mast in functie van de last, wisselen van een gasfles.
- Last en laaddiagram  
Weten welke factoren de belasting en de stabiliteit van de heftruck beïnvloeden. Begrijpen en kunnen gebruiken van laaddiagrammen.
- Werken met de heftruck  
De elementen kennen waaruit de begincontrole bestaat: handrem, voetrem, hydraulisch systeem testen, controle geluidshoorn, visuele bandencontrole, stuurspel, kettingspanning, vorken. Draaipunt.

## Praktijk

- Begincontrole heftruck juist kunnen uitvoeren, herkennen van gevaarlijke defecten en ze melden.
- Juiste op- en afstaptechniek toepassen en de truck veilig parkeren.
- De bedieningsorganen correct kunnen gebruiken.
- Toepassen van de veiligheid- en verkeersregels: defensief rijden, interactie met mensen en andere bestuurders.
- Batterijen kunnen aansluiten en ontkoppelen.
- Een goede rijtechniek hanteren: vooruit, achteruit. Draaipunt.
- Volgende manoeuvres kunnen uitvoeren: draaigedrag en bochtenwerk voor - en achteruit, passeren in zeer nauwe doorgangen. Rijden met 3 en 4 wielers.
- Kunnen schatten van afstanden, diepte en hoogte.
- Correct werken met de heftruck (grondwerk, stellingen, vrachtwagen, lange lasten etc)
- Orde en netheid toepassen.

### Certificaat – geldigheidsduur

Elke deelnemer ontvangt een digitaal 'deelnamebewijs veiligheidsopleiding heftruckbestuurder' dat 5 jaar geldig is. Na 5 jaar dient een nieuwe veiligheidsopleiding te worden gepland, hetzij in een erkend opleidingscentrum, hetzij bij de werkgever zelf.

### Inschrijving

Open opleidingen: via de website.

Besloten of in-company opleiding: neem contact op met een opleidingsadviseur van Athetys.