

## 3 gode råd

### 1. Pas på ved op og nedstigning

- ▣ **Se dig for**
- ▣ **Lav hastighed**
- ▣ **Brug håndbøjlen**

### 2. Pas på mellem vognene

- ▣ **Se dig for**
- ▣ **Gå under pufferne**
- ▣ **Brug rangerbøjlen**

### 3. Pas på snuble-genstande

- ▣ **Se dig for**
- ▣ **Vær foran »osten« ved op- og nedstigning.**

Få gode råd om sikkerhed  
– kontakt din  
sikkerhedsrepræsentant

# DSB

## Undgå arbejdsskader

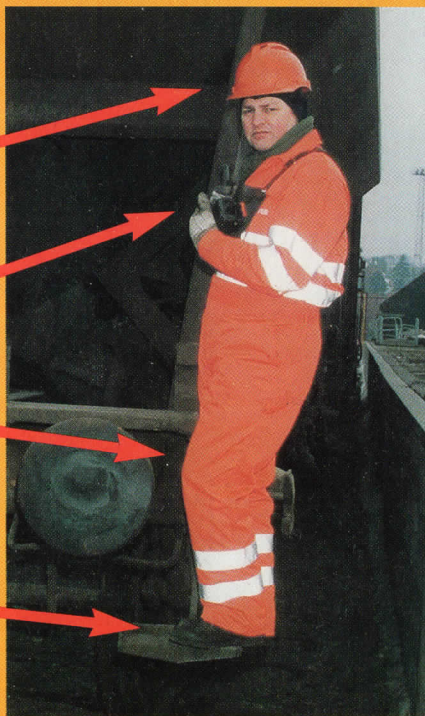


– ved klargøring og rangering



## Brug sikkerhedsudstyr

- Sikkerheds- eller beskyttelseshjelm
- Handsker
- Orangerfarvet arbejdstøj med reflekser
- Sikkerhedsfodtøj



### Indhold :

Se faren	4
Rangerradio	5
Brug hemsko rigtigt	6
Kørsel tæt ved perron, rampe mm.	7
Opstigning	8
Nedstigning	9
Stå på trinbræt	10
Mellem vogne	11
Klemskader	12
Kobling	13-14
Løft og ophæng af kobling	15-16
Snublegenstande	17
Under køreledninger	18

DSB gods  
DSB passager  
Januar 1997

Foto: TS-foto  
Tryk: Alfa Bogtryk · Sorø

## Uheld sker næsten aldrig af sig selv

Der kan være mange grunde til, at Du kommer ud for uheld. Nogle har Du selv indflydelse på – andre skyldes udstyr eller arbejdsforhold.

- \* *Er uopmærksom*
- \* *Ikke er forudseende nok*
- \* *Har fået en mangelfuld instruktion*
- \* *Glemmer sikkerhedsudstyret*
- \* *Er træt*
- \* *Er under tidspres.*

Det meste kan Du selv gøre noget ved. For eksempel ved at bruge handsker og hjelm.

Men et tæt samarbejde med dine arbejdskolleger har også stor betydning for sikkerheden.

Dette hæfte handler om, hvordan Du kan hjælpe med til at nedsætte antallet af arbejdsskader ved klargøring og rangering.

Du kan læse mere i »Rangerbestemmelser« og lokale instrukser.

Der går næsten altid et valg forud for vore handlinger – også de handlinger, der fører til uheld.

*Sammen kan vi nedsætte antallet af arbejdsskader.*

## Uheld kan ske, hvis Du

## Husk



## Det rigtige valg

- ❑ Vær opmærksom på, at vogne eller hele togstammer kan komme rullende næsten lyd-løst.
- ❑ Husk, at et pludseligt rangerstød kan sætte en stillestående vogn igang med et voldsomt ryk.

## Fordi

- ❑ I et rangerområde er det ofte vanskeligt at se og høre faren. På hovedspor er faren derimod normalt til at se hvis Du da er opmærksom.

## Vidste Du

– at f.eks. sne gør det svært at høre et tog eller rangertræk, der nærmer sig.

## Se faren !



## Det rigtige valg

- ❑ Bær altid rangerradio i en tilhørende bæresele.
- ❑ Benyt altid kontroltone, når rangerbevægelser ledes af radio.
- ❑ Giv alle meldinger kort og klart.
- ❑ Bryd kun i nødstilfælde ind på en rangerkanal, som anvendes af et andet rangerhold. Ellers kan Du forhindre, at et vigtigt signal høres.

## Fordi

- ❑ rangerradioen er en vigtig del af sikkerheden.

## Vidste Du

– at føreren af maskinen skal holdes orienteret om rangerarbejdet ?

## Rangerradio

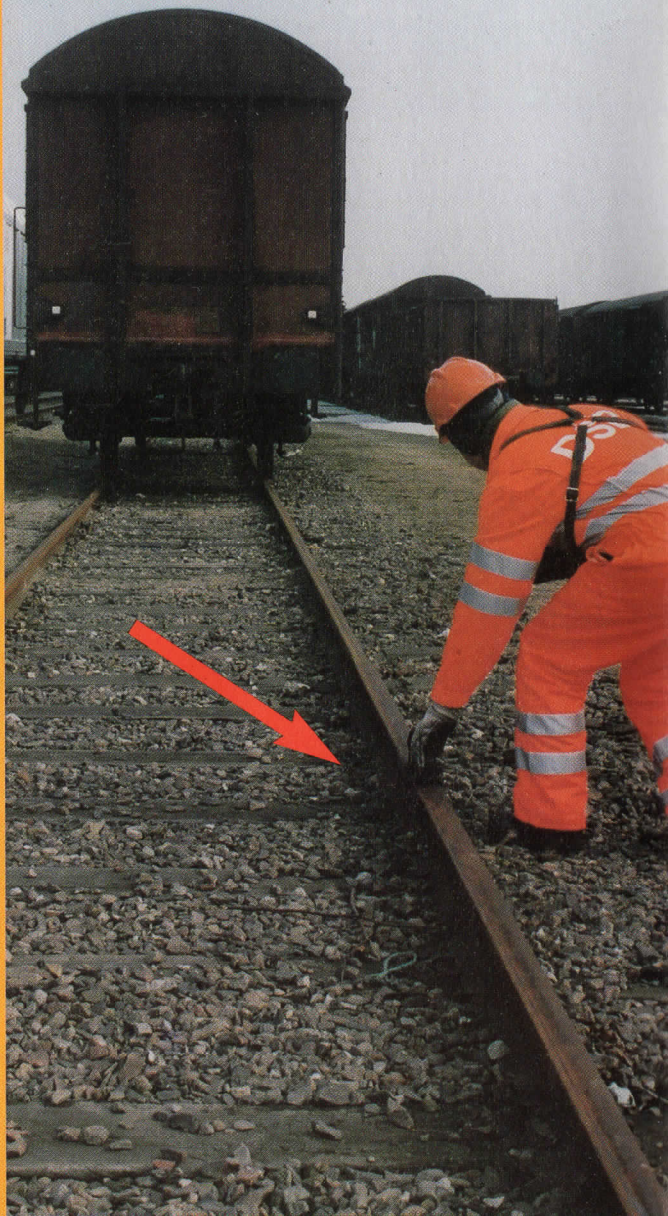




## Det rigtige valg

- ▣ Læg hemske på skinnen i god tid, før vognen kommer.
- ▣ Brug kun hemske, der ikke er beskadiget.

## Brug hemske rigtigt



## Det rigtige valg

- ▣ Gå helst ved siden af vognen på perron eller rampe. Ellers stå tæt ind til vognen.
- ▣ Se frem i køreretningen.

## Kørsel tæt ved perron rampe m.v.



## Fordi

- ▣ Der skal mange kræfter til at standse en vogn, der kører. Det kan Du ikke klare med din egen fysiske kraft.

## Fordi

- ▣ Hvis du hænger ud fra vognen tæt ved en perron, mast eller lignende, er der stor risiko for en alvorlig ulykke, fordi der ikke altid er plads til en person mellem vogn og perron.

## Vidste du

- at hemske, som ikke bruges, skal anbringes i stativer eller lignende? Så falder du eller dine kolleger ikke over dem i mørke.

## Vidste du

- at der hvert år sker alvorlige ulykker, fordi en rangist har hængt ud fra en vogn under rangering.



## Det rigtige valg

- ▣ Vent på rigtig hastighed (langsom gang).
- ▣ Brug håndbøjlen.
- ▣ Vær sikker på at få fødderne op på trinbrættet.
- ▣ Stå ikke i en skydedør.

## Fordi

- ▣ Hvis du træder op på trinbrættet, før du har fat i håndbøjlen, risikerer du at miste fodfæstet. Du kan falde ned eller ind mellem vognene.

## Vidste du

– at en skydedør, der ikke er låst, kan medføre alvorlige uheld f.eks. ved acceleration og opbremsning.

## Opstigning



## Det rigtige valg

- ▣ Vent på rigtig hastighed (langsom gang).
- ▣ Se dig for.
- ▣ Hold fast i håndbøjlen.
- ▣ Bøj i knæene – så får du kortest mulig afstand til jorden.
- ▣ Bevæg dig *med* køretningen væk fra vognen.

## Fordi

- ▣ Nedspring ved for høj hastighed giver skader på fødder og skinneben – og på længere sigt også rygskader.

## Vidste du

– at der årligt sker mange alvorlige uheld i forbindelse med op- og nedstigning.

## Nedstigning





## Det rigtige valg

- ▣ Stå på trinbrættet, så du kan se frem i kørselsretningen.
- ▣ Stå tæt ind til vognen.
- ▣ Hold fast med begge hænder.

## Fordi

- ▣ Hvis du ser modsat køreretningen, kan du ikke se, om en anden vogn kommer tæt på. Så er der risiko for at komme i klemme.

## Vidste du

- at du aldrig må stå på vognbunden af åbne vogne. Læsset kan forskybe sig, eller du kan miste balancen.

## Stå på trinbræt



## Det rigtige valg

- ▣ Brug altid sikkerhedshjelm.
- ▣ Vent til vognene er kørt sammen og holder stille.
- ▣ Brug rangerbøjlen.
- ▣ Bøj ned i knæene.

## Fordi

- ▣ Det er meget farligt at gå oprejst mellem vogne i bevægelse. Du kan komme i klemme mellem pufferne.

## Vidste du

- at arbejdsbevægelsen med bøjede knæ er meget belastende. Brug den dog altid mellem vogne.

## Mellem vogne

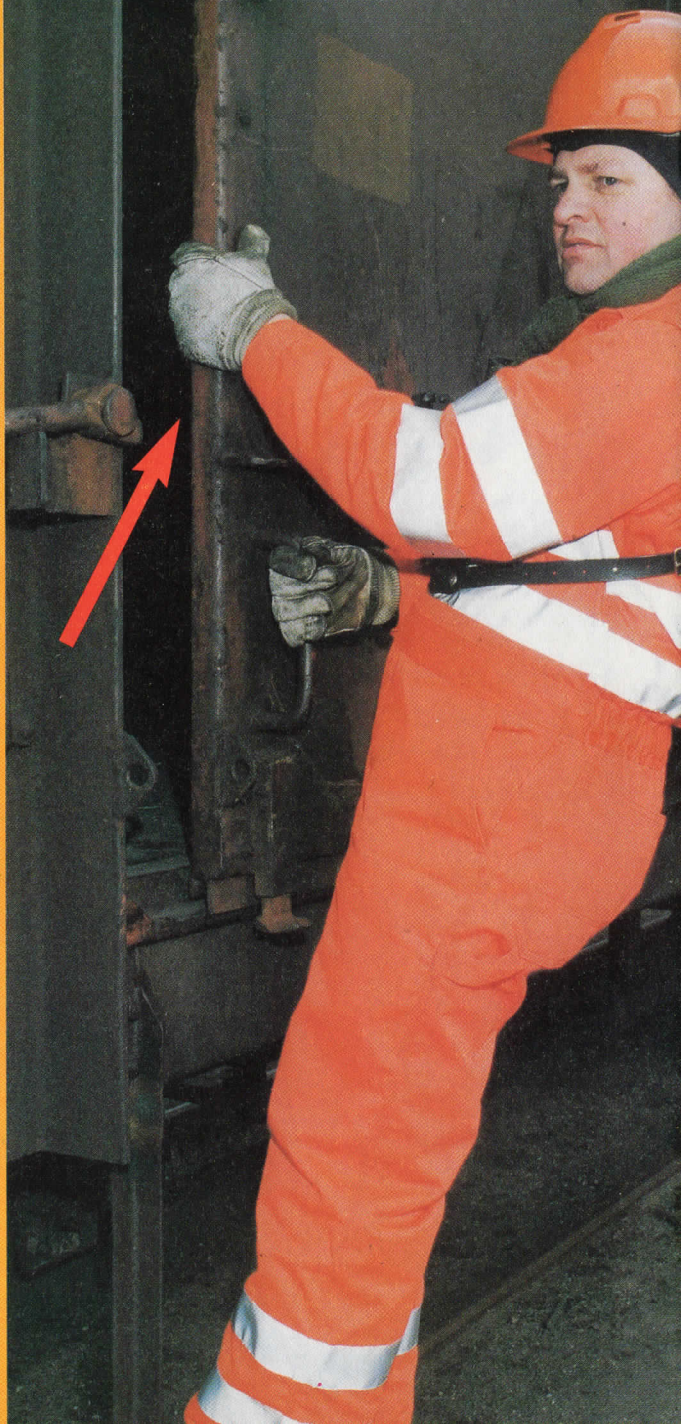




## Det rigtige valg

- ▣ Brug handsker og sikkerhedshjelm.
- ▣ Pas på ved:
  - Kobling
  - Lukning af døre
  - Isætning af sidestøtter mm.
- ▣ Brug kræfterne med omtanke. Nogle gange skal en dør »tænkes« i.
- ▣ Løft kun ende- og sidelemme sammen med en kollega.

## Klemskader



## Det rigtige valg

- ▣ Brug altid handsker.
- ▣ Brug kobling i køreretning, så du ikke skal dreje dig for at se.

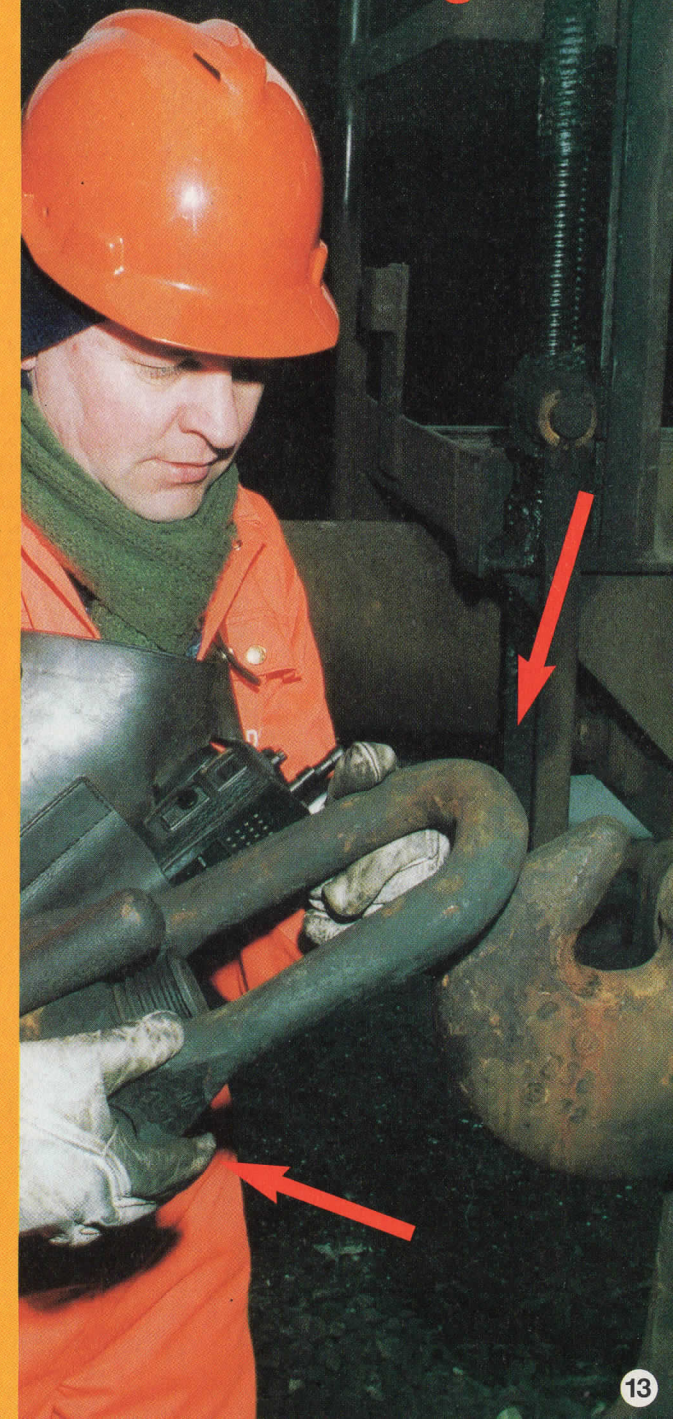
## Fordi

- ▣ Hvis du kobler på mod køreretningen, skal du gå baglæns og dreje rundt. Så falder du nemt over en sporskiftestang, en glemt hemsko eller andet du ikke kan se.

## Vidste du

- at du først må koble til eller fra, når togdelene står stille.  
Det er dog tilladt at koble, hvis rangerbevægelsen kontrolleres af tilkoblet lokomotiv, og rangerhastigheden samtidig ikke er hurtigere end langsom gang.

## Kobling



## Fordi

- ▣ Du kan ellers let få klemskader eller hold i ryggen.

## Vidste du

- at klemskader ofte sker, fordi en ting pludselig smutter fra en.



## Det rigtige valg

- ▣ Ved sammenkobling er rækkefølgen:
  1. Skruekobling
  2. Fødeledning
  3. Bremsledning
  4. Varmekabel
- ▣ Ved adskillelse skal alle koblingshaner være lukkede.
- ▣ Afhent altid EL-varmenøgle hos lokomotivføreren inden samling og adskillelse.

## Kobling



## Fordi

- ▣ Hvis der er tryk på en trykluftslange, kan den slå hårdt.

## Vidste du

– at du skal passe særlig på ved EL-varme – der kan være 1500 volt i EL-varmekablet?

## Det rigtige valg

- ▣ Brug altid handsker.
- ▣ Løft med fingrene på den udvendige side af koblingen.

## Fordi

- ▣ Hvis dine fingre er inde i koblingen, kan du få klemskader.

## Vidste du

– at der årligt sker mange alvorlige klemskader ved kobling?

## Løft af kobling





## Det rigtige valg

- ▣ Brug altid handsker og sikkerhedshjelm.
- ▣ Gå ned i knæ og tag fat i koblingen.
- ▣ Brug vægtstangsprincippet, når du løfter.

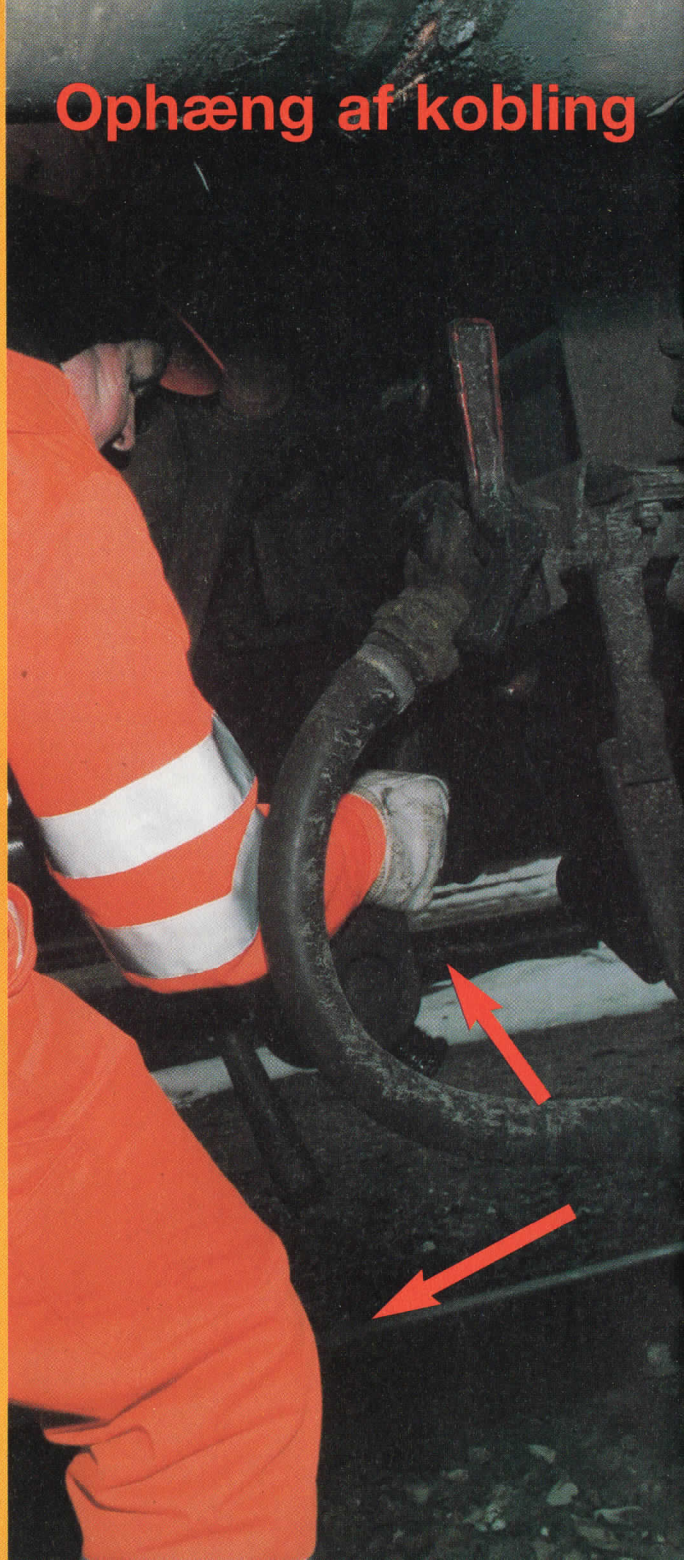
## Fordi

- ▣ Hvis du ikke bruger dine benmuskler i løftet, går det ud over din ryg.

## Vidste du

- at det er svært at undgå en rund ryg, selvom du bruger det rigtige løft?
- Det er derfor meget vigtigt, at du er påpasselig med at få den bedst mulige stilling.

## Ophæng af kobling



## Det rigtige valg

- ▣ Se dig altid godt for.
- ▣ Stå foran »osten«, så du ikke rammer den.
- ▣ Ryd ordentlig op efter dig.

## Fordi

- ▣ Når du arbejder i terrænet, er der meget, du kan falde over: Kabeldåser, gasflasker, sporskiftetrækstænger og justerpinde eller glemt materiale.

## Vidste du

- at der på terrænet ofte ligger henslængte hemske, løse presenninger, gammelt rustent ståltråd, brædder og andre glemte materialer.

## Snublegenstande





## Under køreledninger

## Notater / lokale regler

### Det rigtige valg

- ❑ Gå altid rundt om vogne – ikke over.
- ❑ Overhold en sikkerhedsafstand til køreledningerne på 1,75 meter. Brug aldrig høje bremseperroner – find en anden bremsevogn.
- ❑ Få kørestrømmen afbrudt og anlægget jordforbundet, hvis vognen ikke kan flyttes.

### Fordi

- ❑ Det er livsfarligt at komme for tæt på – eller røre køreledningerne.

### Vidste du

*– at du ikke må kaste presenningssnor eller andre stropper over læs?  
De kan ramme ledningerne, hvor der er 25.000 volt.*

