

**CODE
95**

CCV cursuscode U45 - Module 4 Veiligheid tijdens het werk, leefstijl & gezondheid

Het beroep stelt hoge eisen aan de fysieke en mentale gezondheid van de chauffeur. Veilig werken en gezond leven zijn essentieel om langdurig inzetbaar te blijven.

Deze cursus geeft praktische handvatten en onderstreept de eigen verantwoordelijkheid van de chauffeur. Inzicht in beroepsrisico's, oorzaken van arbeidsongevallen en hoe deze te voorkomen helpen de chauffeur om zijn beroep te kunnen blijven uitoefenen.

Onderwerpen die aan bod komen zijn onder andere:

- Leefstijl
- Gezonde voeding
- Alcohol, drugs en medicijnen
- Stressfactoren van het moderne leven
- Voorkomen van blessures en ziekteverzuim
- Arboveiligheid inclusief oorzaken van arbeidsongevallen
- Gebruik van hulpmiddelen bij laden en lossen (onder andere laadklep)
- Handelen en hulpverlening bij ongevallen (inclusief schadeformulier)

Overkoepelend leerdoel

De cursist leert welke factoren in de uitvoering van zijn beroep en zijn privéleven de kans op (arbeids)ongevallen, blessures en gezondheidsklachten vergroten en wat hij kan doen om deze factoren positief te beïnvloeden.

Cursusuitvoering

De cursist volgt naar keuze 4,5 uur zelfstudie + 2,5 uur klassikale theorieles, of een volledige dag (7 uur) theorieles.

Cursusinformatie

- CCV cursuscode: U45 (deel 2)
- Waarde nascholing: 7 uur

Studiemateriaal

- Zelfstudie (e-learning)
- Cursusboek
- Klassikale lespresentatie

