



INSTRUCTIE | TRAPPEN EN LADDERS

Soms moet er gewerkt worden met een trap of ladder en dat brengt risico's met zich mee. Volgens de Nederlandse Arbeidsinspectie wordt er bijna dagelijks een ernstig ongeval gemeld waarbij een medewerker van een trap of ladder gevallen is, soms met dodelijke afloop of blijvend letsel.



GEVAREN & RISICO'S

- **Lichamelijke belasting**
Door tillen, trekken, neerleggen, opstellen en verplaatsen van de trap of ladder maar ook door het (te) lang op smalle sporten staan
- **Werken op hoogte**
Bij het werken op hoogte ontstaat valgevaar
- **Klimaat**
Bij werken op hoogte hebben de weersomstandigheden extra veel invloed op de veiligheid
- **Verstoring door andere activiteiten**
Zoals aanrijdgevaar, aanstootgevaar en gevaar van vallende voorwerpen
- **Blootstelling aan andere risico's**
Denk aan het raken van of werken nabij elektriciteit zoals bovenleidingen en elektrische installaties



VEILIGHEIDSINSTRUCTIES



- Draag schone veiligheidsschoenen;
- Maak alleen gebruik van (goed)gekeurd materiaal;
- Voer voorafgaand aan het werk een visuele inspectie uit;
- Gebruik materiaal niet bij schade(s);
- Meld schade(s) bij je leidinggevende;
- Plaats materiaal op een vaste ondergrond;
- Stel de ladder op onder de juiste hoek (75 graden);
- Veranker de ladder tegen omvallen;
- Zorg ervoor dat er altijd een veilige doorgang mogelijk is voor derden;
- Beklim of daal een ladder/trap af met het gezicht naar de sporten toe;
- Maak nooit met meer dan een persoon gebruik van een ladder/trap;
- Zorg altijd voor dat je minimaal drie steunpunten (handen/voeten) hebt;
- Ga bij een ladder nooit op de bovenste sporten/treden staan;
- Voer uitsluitend lichte en kortstondige werkzaamheden uit;
- Reik nooit verder dan een armlengte;
- Werk rustig en in een normaal tempo;
- Borg materialen zodat deze niet naar beneden kunnen vallen;
- Neem de tijd en moeite om een ladder/trap met de handen te verplaatsen;
- Plaats ladders/trappen nooit voor ramen en deuren (mits deze vergrendeld zijn);
- Plaats ladders/trappen nooit voor een nooduitgang;
- Hanteer geen voorwerpen zwaarder dan 10kg of langer dan 1 meter op trappen/ladders.

RISICOVERMINDERING

Technische staat

Werk uitsluitend met (goed)gekeurde trappen/ladders. Voor je de trap/ladder gebruikt is het raadzaam altijd een visuele inspectie uit te voeren op deuken/defecten. Is dit het geval? Gebruik de ladder niet en meld dit bij je leidinggevende.

Weersomstandigheden

Werk niet buiten op een trap/ladder bij windkracht 5Bf of hoger, gladheid, zware regen of onweer.

Ondergrond

Zorg voor een horizontale stevige vlakke en harde ondergrond. Neem zo nodig maatregelen om wegzakken te voorkomen zoals bijvoorbeeld: een stabiliteitsbalk onder de ladder.

Omgevingsfactoren

Zorg bij het plaatsen van een trap/ladder altijd voor voldoende vrije ruimte om de ladder heen en zet deze ruimte waar nodig af en laat deze nooit onbeheerd achter.

PBM's

Draag altijd een helm bij werken op hoogte en schone veiligheidsschoenen wanneer je met een trap/ladder gaat werken om uitglijden te voorkomen.

Plaatsen

Neem de tijd om de trap/ladder te plaatsen en doe dit altijd in een hoek van 75 graden. Plaats de ladder nooit met de ladderbomen tegen onderdelen die daar niet op berekend zijn, zoals dakgoten, randen, etc. en zorg ervoor dat ramen of deuren geblokkeerd zijn wanneer de ladder/trap ervoor moet staan.

Fysieke belasting

Een trap/ladder zwaarder dan 25kg of langer dan 4 meter dien je altijd met 2 personen te (ver)plaatsen. De maximale statijd per project is voor een ladder <2 uur en voor een trap <4 uur.



CONCLUSIE

We gebruiken trappen en ladders liever niet als werkplek, maar als het niet anders kan:

- Zet de trap/ladder goed neer;
- Sta op twee voeten, houd met minimaal één hand de ladder vast en verplaats deze als je ergens niet goed meer bij kunt;
- Zet de omgeving wanneer nodig af en laat de trap/ladder nooit onbeheerd achter.