



Voorbeeld werkinstructie Ladders en trappen

Doel

Doel van deze voorbeeld werkinstructie is werkzaamheden op hoogte zo veilig mogelijk uit te voeren indien het gebruik van een trap of ladder hierbij wordt overwogen.

De trap en de ladder zijn in principe geen geschikte werkplek. Vanaf een ladder (of trap) mogen alleen maar kleine werkzaamheden met licht gereedschap en weinig materiaal worden uitgevoerd. Dit gedurende een korte tijd. Wat hieronder voor ladders is geschreven, geldt in het algemeen ook voor mobiele trappen.

Nagenoeg alle ongelukken met ladders gebeuren, of door verkeerd gebruik ervan, of doordat ze in slechte staat verkeren.

Ga eerst na of het gebruik van een ladder noodzakelijk is. Het is veiliger om de klus uit te voeren via een vast bordes of met een arbeidsmiddel zoals een steiger, rolsteiger of hoogwerker.

Ga ook na of het gebruik van een ladder of trap is toegestaan bij de voorgenomen werkzaamheid. Het gebruik van een ladder is bijvoorbeeld niet toegestaan bij:

- transport van zware voorwerpen zwaarder dan 10 kg, en
- het gebruik van hogedrukreinigers, koevoeten en dergelijke, en
- als de werkzaamheden teveel tijd in beslag nemen (maximaal 6 uur per project of 2 uur per persoon verspreid over een werkdag), en
- op een stahoogte van meer dan 7,5 m boven de vloer; voor trappen geldt 3,5 m.

Controleer of er een geschikter of veiliger arbeidsmiddel mogelijk is dan het gebruik van een ladder. Als er met een ladder in de buitenlucht wordt gewerkt moeten de weersomstandigheden dit niet belemmeren. Ongeschikte omstandigheden zijn in elk geval vorst, sneeuw, ijzel, hagel, zware regenval, onweer en windkracht 7 (harde wind) of hoger.



Goede staat van de ladder

Kijk de ladder voor gebruik eerst na op de volgende punten:

- Is de ladder gekeurd (conform NEN2484)?
- Zijn er geen gescheurde of losse sporten?
- Is de optreklijn nog in goede staat?
- Werkt de borginrichting bij de opsteek- of uitsteekladders?
- Is de stabilisatie met voetverbreeders of ladderschoenen nog in goede staat?
- Is het materiaal van de ladder geschikt voor de werkzaamheden? Gebruik een ladder van hout of kunststof - geen metaal ! - in de buurt van elektra zoals bij onder spanning staande elektrische apparatuur en (niet-geïsoleerde) elektrische leidingen.
- Is het transport van de ladder goed geregeld? Het tillen van een ladder zwaarder dan 25 kg gebeurt uitsluitend door twee personen.

Keuring

Veilig plaatsen van een ladder

- Gebruik geen ladder buiten bij ongeschikte weersomstandigheden.
- Zorg voor voldoende vrije ruimte om de ladder op te stellen.
- Zet zo nodig de omgeving van een ladder af.
- Zorg dat bewegende delen zoals deuren, ramen en zonwering geblokkeerd zijn.
- Zorg voor voldoende steun van beide ladderbomen aan de bovenzijde; gebruik eventueel hulpstukken.
- Plaats een ladder met de ladderbomen tegen vlakke constructieve delen van het verticale vlak of gebruik dwarssteunen; dakgoten, randen, ramen en waterslagen zijn meestal niet berekend op het gewicht van ladder plus een persoon.

- Plaats de ladder met een brede stabiliteitsbalk - voetverbreeders of ladderschoenen - op een stevige, vlakke en onbewegelijke goed dragende ondergrond.
- Plaats een ladder in een hoek van (ongeveer) 75 graden (1 : 4) t.o.v. het verticale vlak. Tip: zet je tenen tegen de onderkant van de ladder en pak de ladder vast met gestrekte armen recht vooruit.
- Laat de ladder minimaal 1 m aan de bovenkant uitsteken; dit geldt ook als de ladder wordt gebruikt om op een bordes of dak te komen.
- Borg meerdelige ladders en schuifladders zodanig dat de verschillende delen niet ten opzichte van elkaar kunnen bewegen.
- Zorg dat ladderdelen elkaar minstens twee sporten overlappen.
- Borg de ladder aan de bovenzijde zodat deze niet kan wegglijden of omvallen; gebruik hiervoor een stevig touw, klemmen, banden, muurankers of borgriemen.



Veilig gebruik van een ladder

- Houd de toegang van de ladder steeds vrij van obstakels.
- Controleer of de ladder veilig is opgesteld.
- Draag schoeisel dat in goede staat verkeerd met een stevige en ruwe zool met profiel; draag nooit slippers, schoenen met hoge hak, klompschoenen of versleten werkschoenen met loshangende zool.
- Zorg ervoor dat de laddersporten schoon blijven.
- Beklim de ladder steeds met maximaal één persoon gelijktijd.
- Gebruik alleen handschoenen als die voldoende contact hebben met de ladder en blijvend stroef zijn, ook bij natte omstandigheden; het gebruik van dikke of stugge handschoenen wordt afgeraden.
- Beklim de ladder nooit hoger dan tot de vierde tree van boven.
- Reik niet te ver buiten de ladderboom: maximaal één armlengte.
- Steun nooit met een voet op een raamkozijn of dorpel; dan kan de ladder gaan schuiven.
- Berg de ladder op direct na gebruik.
- Laat een ladder niet onbeheerd achter.



Registratie en archivering

wat	wie	waar	hoe lang

Source URL: <https://arbocatalogus-afvalbranche.nl/voorbeeld-werkinstructie-ladders-en-trappen>