



Ladders en trappen zijn bedoeld om een hoger niveau te bereiken en in principe niet als werkplek. Het risico bij het gebruik van ladders en trappen is het vallen van hoogte¹ en overbelasting door het langdurig op de ladder of trap staan. Vallen van hoogte is meestal de oorzaak van ernstige verwondingen, soms resulterend in blijvende invaliditeit of de dood.

BIJ VOORKEUR EEN VEILIGER ARBEIDSMIDDEL

Bij voorkeur wordt een veiliger arbeidsmiddel toegepast, zoals een steiger of hoogwerker. Deze hulpmiddelen zijn ook minder belastend voor het lichaam. Toch worden ladders en trappen in een aantal gevallen gebruikt als arbeidsmiddel voor het uitvoeren van werkzaamheden. Kenmerkend bij de toepassing van een ladder of trap in de installatie- en isolatiesector is de geringe tijdsduur van de werkzaamheden en de veelal moeilijke bereikbaarheid van de plaats waar de werkzaamheden moeten worden uitgevoerd. Vaak zijn installatiedelen aangebracht op moeilijk bereikbare plaatsen, waardoor de inzet van (rol)steigers of hoogwerkers technisch niet mogelijk is. Soms is het valrisico bij de inzet van een (rol)steiger groter dan bij de inzet van een ladder of trap. Dit omdat de nodige opbouwtijd van de steiger groter is dan de inzettijd van de ladder of trap.

TIPS VOOR VEILIG GEBRUIK

Voor alle toe te passen arbeidsmiddelen, dus ook een ladder of trap, geldt dat je eerst controleert of deze in goede staat zijn, zijn goedgekeurd en dat je weet hoe je het arbeidsmiddel veilig kunt gebruiken. Wordt de ladder of trap, na beoordeling en evaluatie van de gevaren toch gebruikt, houd je dan aan onderstaande aanwijzingen voor het veilig gebruik:

- Er moet voldoende vrije ruimte zijn voor plaatsing van de ladder of trap.

- Het gebruik bij windkracht 6 of hoger is niet toegestaan.
- Schuif- of opsteekladders moeten minimaal door 2 personen opgesteld of verplaatst worden.
- Met één stabiel opgesteld, draagbare ladder mag men klimmen tot maximaal 6 meter.
- Een ladder moet worden opgesteld onder een hoek van ca. 75 graden (een vuistregel is om de tenen tegen de onderkant van de ladder te plaatsen en de ladder met gestrekte armen recht vooruit te pakken).
- Een ladder moet aan de onderzijde niet kunnen wegzakken of uitglijden; zonodig de ladder voorzien van een stabiliteitbalk.
- Een ladder moet aan de bovenzijde tegen zijdelings wegglijden worden geborgd; eventueel moet de ladder worden vastgezet met een touw.
- Een ladder moet tenminste een meter uitsteken boven de plaats waartoe hij toegang geeft. Bij het afstappen van de ladder op hoogte moet er een deugdelijke steun zijn. Op het te betreden vlak moet aan weerszijden van het afstappunt, over een afstand van minimaal 4 meter, een randbeveiliging zijn aangebracht of moet het afstappunt aansluiten aan de bestaande randbeveiliging.
- Plaats een ladder of trap niet op een hellend vlak, een zachte oneffen of gladde ondergrond, op een tafel of kist, achterstevoren of ondersteboven.
- Houd sporten en ladderschoenen schoon.

¹ Onder werken op hoogte wordt verstaan: het uitvoeren van werkzaamheden waarbij de voeten op meer dan 2,50 meter boven het vloerniveau staan (= stahoogte).

VERVOLG

WERKEN OP EEN LADDER OF TRAP

- Beklim de ladder of trap niet met gladde of vervuilde zolen.
- Beklim een ladder met het gezicht naar de ladder toe en gebruik twee handen; materiaal en gereedschap kunnen beter met een touw omhoog worden gebracht.
- De toegang van de ladders steeds vrijhouden van obstakels, zonodig markeren met schrikhekken.
- Sluit een deur af of blokkeer de doorgang als u een ladder voor een deur moet plaatsen.
- Plaats metalen ladders nooit in de buurt van onder spanning niet geïsoleerde, onder spanning staande elektrische delen; houdt minimaal een afstand van twee meter aan of gebruik een geïsoleerde ladder (hout/kunststof).
- Reik nooit te ver buiten de ladder of trap en steun nooit met een voet (op bijvoorbeeld een raamkozijn of dorpel. de ladder kan gaan schuiven.
- Plaats een ladder niet direct tegen een raam; gebruik in dit geval dwarssteunen.
- Beklim een ladder of trap (zonder platform) nooit hoger dan de vierde tree van boven (bij sommige fabrikanten heeft deze trede een afwijkende kleur).
- Uit veiligheidsoverwegingen voor het publiek, in het bijzonder kinderen, mogen ladders en trappen niet onbeheerd worden achtergelaten.

