



# Werken op hoogte met hoogwerker, rolsteiger, ladder of trap

## Werken op hoogte met hoogwerker, rolsteiger, ladder of trap



Goedgekeurd door Sociale Partners

Bij onder meer reparatie- en onderhoudswerkzaamheden in de kas, magazijn en andere ruimten kan op hoogte worden gewerkt. Bij het werken op hoogte kan gebruik worden gemaakt van verschillende arbeidsmiddelen zoals trappen, ladders, rolsteigers en hoogwerkers. Werken op hoogte brengt risico's met zich mee. Naast het vallen van hoogte, het vallen door een vloeropening of geraakt te worden door een vallend voorwerp bestaat ook het risico op fysieke klachten door te zwaar tillen. Bijvoorbeeld bij het verplaatsen van ladders of trappen. De meeste ongevallen door vallen ontstaan door het verlies van evenwicht, onvoldoende beveiliging of het ontbreken daarvan en verkeerd gebruik van arbeidsmiddelen om op hoogte te werken. Vallen van hoogte (ook al is de hoogte beperkt) is een belangrijke oorzaak van letsel. Valincidenten kunnen blijvende invaliditeit of de dood van het slachtoffer tot gevolg hebben. Op een werkplek boven de 2.50 meter is sprake van werken op hoogte en bestaat er een verhoogd risico op ongelukken en zijn maatregelen nodig. Onder de 2.5 meter zijn maatregelen nodig als de omstandigheden risicovol zijn. Bijvoorbeeld een hekwerk, paaltjes, glas, andere obstakels e.d. die onder de werkplek waar op hoogte wordt gewerkt aanwezig kunnen zijn.

Dit Arboblade gaat over het risico dat een medewerker valt en de te nemen maatregelen om vallen van hoogte te voorkomen, maar niet over voorwerpen die naar beneden vallen en fysieke overbelasting door te zwaar tillen. De onderwerpen veilig werken op hoogte met een [buisrailsysteem](#) en werken op daken en het kasdek vallen buiten de scope van dit Arboblade. De onderwerpen werken op daken en het kasdek worden in een ander Arboblade uitgewerkt.

### Wat is de gewenste situatie?

- ✓ Werken op hoogte wordt zoveel mogelijk voorkomen.
- ✓ Het meest geschikte arbeidsmiddel (hoogwerker, rolsteiger, ladder of trap) wordt gebruikt om werkzaamheden op hoogte zo veilig mogelijk uit te voeren.
- ✓ De arbeidsmiddelen voldoen aan de geldende richtlijnen, worden goed onderhouden en gekeurd.
- ✓ Voor elk gebruik wordt het arbeidsmiddel visueel gecontroleerd op deugdelijkheid. Eventuele mankementen worden vóór ingebruikname gemeld en verholpen.
- ✓ De medewerkers zijn deskundig en aantoonbaar geïnstrueerd.
- ✓ Er is toezicht georganiseerd op veilig werken op hoogte.

### Maatregelen



## Algemeen

- Ga voorafgaand aan de werkzaamheid met het stroomschema '[Stabiele werkplek op hoogte](#)' na welk arbeidsmiddel het meest geschikt is om het werk op hoogte veilig en verantwoord uit te voeren. Houd hierbij rekening met de werkomgeving, weersomstandigheden, duur en zwaarte van het werk.
- Zorg dat medewerkers bij het inwerken minimaal aantoonbaar worden voorgelicht over de risico's van het werken op hoogte afgestemd op de werkzaamheden, werkomgeving, de meeste veilige werkwijze en het veilig gebruik van de ingezette arbeidsmiddelen. Raadpleeg hiervoor de gebruikshandleiding of vraag training/uitleg van de leverancier of producent op de werkplek. Bespreek ook het gebruik van persoonlijke beschermingsmiddelen: wanneer gebruik je deze en hoe? en wat kun je doen als iemand toch valt? Zorg dat dit altijd een praktijkgedeelte bevat. Herhaal de voorlichting en instructie eens per 3 jaar.
- De leidinggevende houdt toezicht op veilig werken op hoogte door medewerkers aan te spreken op de naleving van de gemaakte afspraken.

Daarnaast verlangt de Arbowet dat de maatregelen in een bepaalde volgorde worden genomen, waarbij eerst naar de bron van het probleem wordt gekeken. Dit wordt de arbeidshygiënische strategie genoemd. Het is alleen toegestaan een maatregelen van een lager niveau toe te passen als daar goede redenen voor zijn (technisch, uitvoerende en economische redenen). Die afweging geldt voor elk niveau opnieuw. Als de maatregelen binnen een beheersingsniveau de risico's niet voldoende wegnemen, kunnen maatregelen uit verschillende niveaus gecombineerd worden.

Indien onderstaande volgorde bij het nemen van maatregelen wordt gehanteerd, wordt voldaan de arbeidshygiënische strategie die wettelijk is voorgeschreven.

### → (bron)

- Voorzie vaste werkplekken op hoogte en op plekken waar medewerkers regelmatig moeten zijn zoals verdiepingvloeren, bordessen, e.d. van een adequaat hekwerk of randbeveiliging en een vaste trap met aan minimaal één zijde een leuning en stroeve treden. EN:
- Ga na of het nodig is de geplande werkzaamheden op hoogte uit te voeren. Of zijn er mogelijkheden dit te voorkomen? Bijvoorbeeld door de machine naar beneden te halen voor reparatie of het toepassen van camera inspectie.

### → (collectief)

- Ontwikkel samen met de medewerkers veilige werkwijzen voor werkzaamheden op hoogte. EN:
- Voorzie werkplekken op hoogte van een adequaat tijdelijk hekwerk of randbeveiliging. EN:
- Ga na of de ondergrond voldoende vlak en draagkrachtig is voor plaatsing van het gekozen arbeidsmiddel zodat deze niet kan wegglijden, -zakken of kantelen. Plaats eventueel verstevigingen zoals een laddermat of rijplaten. EN:
- Zet het werkgebied af door het plaatsen van verkeershekken, -schildjes of -kegels. Dit voorkomt tegenaan lopen, aanrijding of contact met vallende objecten. EN:
- Laat medewerkers gereedschap of materiaal veilig naar boven brengen. Bijvoorbeeld met hijsmiddelen of heupgordels zodat zij hun handen zo veel mogelijk vrij kunnen houden. EN:
- Maak afspraken met betrekking tot de weersomstandigheden (regen, harde wind (vanaf windkracht 6), vorst, sneeuw). EN:
- Zorg dat andere mensen in de buurt zijn als op hoogte wordt gewerkt. Zo kan meteen hulp worden verleend, mocht

het mis gaan. EN:

- Zorg voor een opgeruimde werkplek. Rondslingerend gereedschap, snoeren en ander materiaal vormen een risico, omdat je er gemakkelijk over kunt struikelen. EN:

### Ladders en verplaatsbare trappen

- Gebruik een ladder als het werk echt niet op een andere manier kan en alleen voor kortdurende, lichte werkzaamheden. Gebruik het [stroomschema stabiele werkplek op hoogte](#). EN:
- Zorg dat ladders en trappen voldoen aan de NEN 2484 of EN 131. EN:
- Voorzie trappen met een vergroot stavlak 60 cm boven de hoogste staplaats van een steunpunt. EN:

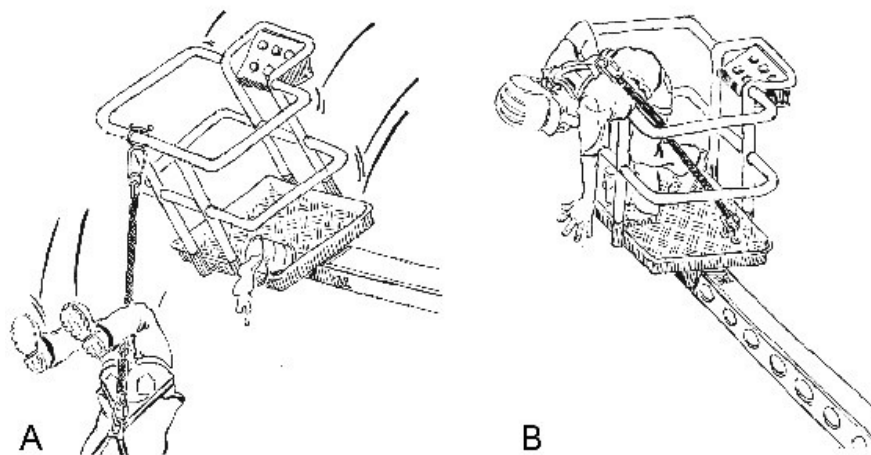


- Zorg dat ladders en trappen voor elk gebruik door de gebruikers worden gecontroleerd op [veilige plaatsing](#). EN:
- Stel ladders en trappen buiten gebruik als:
  - (her)keuringsmerken niet te lezen zijn;
  - de keuringstermijn verlopen is;
  - er gebreken, vervormingen of beschadigingen zijn. EN:
- Laat ladders en trappen minstens eenmaal per jaar door een deskundige inspecteren op slijtage, vervorming, scheurvorming en het juist functioneren van de verbindingen. Voor de gebruiker moet zichtbaar zijn dat de keuringsdatum niet verlopen is. EN:
- Voorkom dat beschadigde / afgekeurde ladders of trappen toch gebruikt worden door deze meteen van de werkplek te verwijderen of duidelijk te voorzien van een waarschuwing. EN:
- Berg ladders en trappen beschermd tegen beschadiging, weersinvloeden en onbevoegd gebruik op.

### Hoogwerker

- Ga na welke hoogwerker het best kan worden ingezet. Hoogwerkers zijn er in allerlei soorten en maten. EN:
- Gebruik hoogwerkers die een CE-markering hebben. EN:
- Zie er op toe dat de door de fabrikant opgestelde gebruiksaanwijzing bij de hoogwerker ligt en dat de aanwijzingen door de gebruiker worden opgevolgd. EN:
- Zorg dat men vóór het werk een check hoogwerker wordt uitgevoerd. EN:

- Zorg voor communicatiemiddelen tussen de medewerker op hoogte en de grondmedewerker. EN:
- Gebruik de hoogwerker niet om medewerkers naar hoger gelegen plekken te transporteren: in- en uit de werkbak stappen is verboden. EN:
- Zorg voor een positioneringssysteem (valbeperkende gordel) (B) voor werkzaamheden in een hoogwerker. Check de gebruikshandleiding voor de juiste bevestigingspunten. EN:



A: onjuiste gordel. De bevestiging van de werkbak is hier niet op berekend en de gordel kan te lang zijn waardoor je toch de grond raakt.

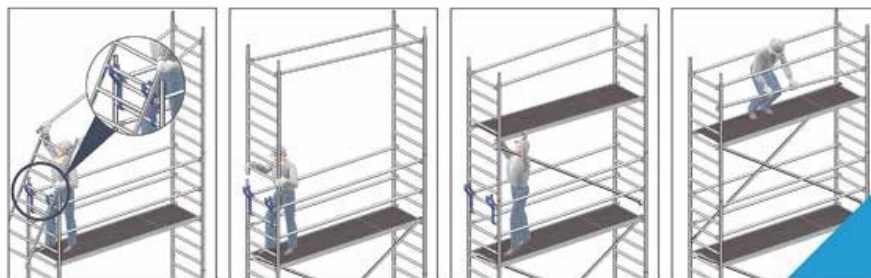
B: Het juiste positioneringssysteem (De juiste valbeperkende gordel). Deze voorkomt dat je uit de werkbak kan vallen.

- Zorg voor preventief onderhoud zoals omschreven in de gebruikshandleiding. EN:
- Laat de hoogwerker minimaal één keer per jaar keuren door een deskundig persoon, rechtspersoon of instelling. EN:
- Voor de gebruiker moet zichtbaar zijn dat de keuringsdatum niet verlopen is. EN:
- Wordt een hoogwerker gehuurd zorg er dan voor dat:
  - de hoogwerker recentelijk is gekeurd. Vraag naar het keuringsbewijs, zijn keuringsstickers aanwezig en goed leesbaar?
  - de handleiding beschikbaar is;
  - de noodstop en nooddaalinrichting werkt;
  - er geen beschadigingen of lekkages zijn die tot onveiligheid kunnen leiden (hydraulische leidingen of de mast);
  - een goedgekeurd positioneringssysteem (valbeperkende gordel) met harnas wordt bij de huur meegeleverd. EN:
- Stel de hoogwerker buiten gebruik als merk en herkenningstekens e.d. (o.a. toegestane belasting) niet meer te lezen zijn, het keuringstermijn verlopen is of als er gebreken, vervormingen of beschadigingen. EN:
- Markeer de buiten gebruik gestelde hoogwerker en verwijder deze van de werkplek.

### Rolsteiger

- Zorg dat de rolsteiger voldoet aan de NEN-EN 1004. EN:
- Zie er op toe dat de door de fabrikant opgestelde gebruiksaanwijzing bij de rolsteiger ligt en dat de aanwijzingen door de gebruiker worden opgevolgd. EN:
- Wordt een rolsteiger gehuurd? Vraag dan om de gebruikshandeling. EN:

- Gebruik de rolsteiger volgens de gebruikshandleiding. EN:
- Zorg dat het opbouwen en afbreken van de steiger plaatsvindt onder toezicht van of door een terzake deskundig persoon. Zie [vuistregels bij de opbouw van een rolsteiger](#). EN:
- Zorg dat vóór het werk een [check rolsteiger](#) wordt uitgevoerd. EN:
- Voorzie de werkvloer van de rolsteiger rondom van een heup-, knieleuning en een kantplank. De kantplank voorkomt dat voorwerpen naar beneden vallen en schade of letsel veroorzaken en is tenminste 0.15 m. hoog. Uitgangspunt hierbij is dat de randbeveiliging, bestaand uit minimaal een heupleuning, wordt aangebracht voordat het platform wordt betreden. EN:



- Zorg dat alle plateaus binnendoor bereikbaar zijn via goed afsluitbare openingen. EN:
- Laat de onderdelen van de rolsteiger minimaal jaarlijks door een deskundige inspecteren op slijtage, vervorming, scheurvorming en het functioneren van verbindingen. EN:
- Voor de gebruiker moet zichtbaar zijn dat de keuringsdatum niet verlopen is. EN:
- Stel de rolsteiger buiten gebruik als merk en herkenningstekens e.d. (o.a. toegestane belasting) niet meer te lezen zijn, keuringstermijn verlopen is of als er gebreken, vervormingen of beschadigingen. EN:
- Markeer de buiten gebruik gestelde rolsteiger en verwijder deze van de werkplek. EN:
- Zet een verlaten rolsteiger vast in verband met omvalgevaar

→ (individueel)

- Ga na of de medewerker op basis van onder andere bekwaamheid, ervaring, leeftijd, hoogtevrees en fysieke geschiktheid in staat is de arbeidsmiddelen te gebruiken. Evalueer zo nodig met de bedrijfsarts over de eventuele geschiktheid van medewerkers. Laat de medewerker bij twijfel andere werkzaamheden verrichten. EN:
- Zorg voor afwisseling van werkzaamheden tussen werk op grond en op hoogte door taakrotatie.

→ (persoonlijke beschermingsmiddelen)

- Zorg dat tijdens het werken op hoogte veiligheidsschoenen en zo nodig een veiligheidshelm - waar er sprake is van risico op vallende objecten - worden gedragen. Wanneer medewerkers de kans lopen zich te stoten, kunnen stootkappen een oplossing zijn. EN:
- Gebruik persoonlijke valbescherming als dit in de gebruikshandleiding is aangegeven. Deze bescherming bestaat uit een ankerpunt, positioneringslijn en een harnasgordel, die tot gevolg heeft dat een persoon nooit over een leuning kan vallen. EN:
- Als het gebruik van een valbescherming niet in de gebruikshandleiding is opgenomen, wordt door de werkgever op basis van de risico's bepaald of een valbescherming noodzakelijk is. EN:
- Gebruik alleen een goedgekeurde valbeveiliging (CE-merk fabrikant is voldoende). EN:

- Laat de valbeveiliging jaarlijks volgens de huidige geldende norm(en) keuren. EN:
- Verwijder beschadigde valbeveiliging direct, zodat deze niet opnieuw kan worden gebruikt. Na een val moet de valbeveiliging voor gebruik eerst opnieuw worden gekeurd. EN:
- Werk alleen met een valbeveiliging als ermee geoefend is.

## Toelichting op de maatregelen

### Vaste werkplekken of plekken op hoogte

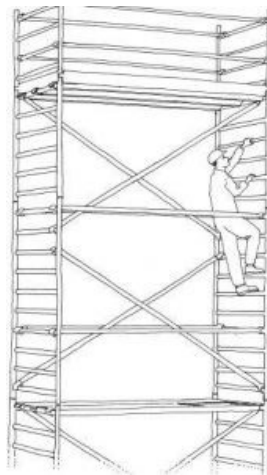
- Als bij het incidenteel betreden van de hoog gelegen (werk)plek een ladder wordt gebruikt, zorg dan dat dit veilig gebeurt (veilige ladder die vastgezet kan worden). Bij het plaatsen van lasten met een heftruck op een zolder of verdiepingsvloer mag het hekwerk afneembaar zijn. Een kantplank voorkomt dat ronde voorwerpen van zolder rollen en op mensen terecht kunnen komen. De hoogte van het hekwerk of de randbeveiliging is minimaal 100 cm met een tussenreling op circa 55 cm. De kantplank is tenminste 15 cm hoog.

### Ladders en verplaatsbare trappen

- Het inspecteren moet gebeuren door een deskundige die daartoe is opgeleid. De deskundige mag in dienst zijn van het eigen bedrijf. In geval van een positieve beoordeling, wordt de ladder of trap gewaarmerkt (bijvoorbeeld met een keuringssticker).

### Rolsteiger

- Rolsteigers mogen via de opbouwframes aan de binnenzijde worden beklommen, mits de sportafstand tussen de 0,23 m en 0,30 m ligt, de afmeting/vorm van de sporten een goede grip voor de handen (diameter tussen 20 en 51 mm) mogelijk maakt en de sporten antislip zijn uitgevoerd.



## Preventief medisch onderzoek (PMO)

Er gelden geen specifieke aandachtspunten in het PMO t.a.v. dit onderwerp.



## Aandachtspunten voor medewerkers

### ALGEMEEN

- ] Meld hoogtevrees bij je werkgever.
  
- ] Kies een stabiele en stevige werkplek. Raadpleeg het stroomschema [Stabiele werkplek op hoogte](#).
  
- ] Begin het werk niet zonder een aantoonbare instructie die afgestemd is op het uit te voeren werk.
  
- ] Gebruik beveiligingen zoals ze bedoeld zijn en zoals aangegeven in de instructie en gebruikshandleiding.
  
- ] Zorg voor voldoende verharde ondergrond. Maak eventueel gebruik van rijplaten.
  
- ] Zorg rondom de werkplek voor een schoon en opgeruimde werkplek, vrij van obstakels.
  
- ] Zet de werkplek zodanig af dat er geen gevaar voor aanrijding, tegen aan lopen of vallende voorwerpen is.
  
- ] Breng gereedschap of materiaal veilig naar boven en houd je handen zoveel mogelijk vrij.
  
- ] Draag de voorgeschreven persoonlijke beschermingsmiddelen afhankelijk van het ingezette arbeidsmiddel.
  
- ] Werk niet bij windkracht 6 of hoger, tenzij het om een beschutte plek gaat.



## Checklist

### HOOGWERKER

- ] Zorg dat je de gebruikshandleiding van de hoogwerker kent en weet te vinden.
  
- ] [Check de hoogwerker](#) vóór aanvang van het werk.
  
- ] Zorg dat de medewerker op de grond een instructie over de bediening van de nooddaalinrichting heeft ontvangen.
  
- ] Verlaat een werkbak niet op hoogte: in- en uitstappen op hoogte mag beslist niet.
  
- ] Werk op hoogte altijd met zijn tweeën: één op de grond en de ander op hoogte.
  
- ] Gebruik een persoonlijke valbeveiliging. Dit is een positioneringsstelsel (valbeperkende gordel) met een harnasgordel. Bevestig de positioneringsgordel onderin de werkbak op het aanwezige ankerpunt van de fabrikant van de hoogwerker, zodat je er niet uit kan vallen.

### ROLSTEIGER

- ] [Check de rolsteiger](#) vóór aanvang van het werk.
  
- ] Zorg voor een opgeruimde werkvloer op steiger, vrij van obstakels.





- ] Werk op hoogte altijd met zijn tweeën: één op de grond en de ander op hoogte.
  
- ] Beklim een rolsteiger alleen via de binnenzijde en sluit de werkvloeren na het klimmen af.
  
- ] Verplaats een rolsteiger nooit met materiaal of personen erop.
  
- ] Blokkeer de rolsteiger tegen ongewild verplaatsen.
  
- ] Stabiliseer haaks op de langste zijde van de rolsteigerconstructie.
  
- ] Veranker de rolsteiger die buiten wordt gebruikt, bij een vloerhoogte hoger dan 8 m. en bij een steiger die binnen wordt opgesteld bij een vloerhoogte hoger dan 12 m aan het gebouw of andere constructie.

#### LADDER

- ] Controleer een ladder en trap 'op het oog', voor elk gebruik.
  
- ] Bestaat de ladder uit meer delen; vergrendel de ladderdelen goed (minstens 3 treden overlap).
  
- ] Stel de ladder/trap veilig op. [Zie bijlage.](#)

Aandachtspunten met betrekking tot bijzondere groepen

---



Zwangeren

De wet schrijft geen specifieke richtlijnen en regels voor deze doelgroep voor op dit gebied. De inzet- en belastbaarheid van deze werknemers vereist maatwerk in overleg met een leidinggevende, bedrijfsarts of andere bevoegde.

Anderstaligen

Bied instructie en voorlichting in meerdere talen aan. Pictogrammen kunnen hierbij een visuele ondersteuning geven.

Jongeren (jeugdigen/kinderen)

Werken op hoogte door jeugdigen (16 en 17 jaar) is alleen toegestaan onder deskundig toezicht, wanneer daarmee de (specifieke) gevaren voorkomen worden. Kinderen (13, 14 en 15 jarigen) werken niet op hoogte.

## Relevante wetgeving

1. Jeugdige werknemers: (Arbobesluit artikel 1.37).
2. Inrichting arbeidsplaatsen: (Arbobesluit artikel 3.11, 3.15 lid 1, 3.16 en 3.17)
3. Geschiktheid arbeidsmiddelen (Arbobesluit afdeling 1 artikel, 7.2 lid 1 en 2, afdeling 2: artikelen 7.3, 7.4, 7.4a, lid 3, 5 t/m 6, artikel 7.5, artikelen 7.11a, afdeling 4: 7.17a lid 1 t/m 4, 7.18b lid 1b, 7.23, 7.23a lid 1, 7.23b lid 8, 7.23d lid 11a).
4. Persoonlijke beschermingsmiddelen (Arbobesluit artikel 8.1. t/m 8.3)

## Meer info/gebruikte basisdocumenten

- Onder een ladder verstaan we draagbaar klimmaterieel, bestaande uit ladderbomen, sporten en beslag. Onder trappen verstaan we draagbaar klimmaterieel met een vaste lengte, bestaande uit stijlen (bomen) en platte (treden). De trap kan zijn voorzien van een platform (bordestrap)
- Laat de BHV'ers met elkaar bespreken en oefenen hoe mensen te redden bij calamiteiten op hoogte.

### Gebruikte basisdocumenten

- Het stroomschema '[Stabiele werkplek op hoogte](#)'
- Bijlage: [Check de hoogwerker](#)
- Bijlage: [Check de rolsteiger](#)
- Bijlage: [Veilig plaatsen van ladders en trappen](#)
- Instructie en presentielijst '[Werken met de hoogwerker](#)'
- [Vuistregels bij de opbouw van een rolsteiger](#)



- Arbo-informatieblad 17: Hijs- en hefmiddelen
- [Basisinspectiemodule Arbeidstijdenwet Arbeid door jeugdigen en kinderen](#)