



## Werken op hoogte met ladders en trappen

## Werken op hoogte met ladders en trappen



Goedgekeurd door Sociale Partners



Getoetst door Nederlandse Arbeidsinspectie

Een val van een ladder of trap geeft ernstige verwondingen. Daarom is het zaak dit te voorkomen. 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).





## Wat is de gewenste situatie?

- ✓ Medewerkers werken veilig op een ladder of trap.

## Maatregelen

- Beoordeel of het werk veilig en verantwoord met een ladder of trap kan worden uitgevoerd.
- Werk alleen met veilige ladders, trappen en andere arbeidsmiddelen.
- Stel vast of extra beschermende middelen nodig zijn. (Denk hierbij aan valbeveiliging en/of het borgen van de ladder).
- Zorg dat de risico's en veiligheidsvoorschriften bij de medewerkers bekend zijn.

## Toelichting op de maatregelen

### Organisatie en voorbereiding

- Kies op vaste werkplekken op hoogte en op plekken waar medewerkers regelmatig moeten zijn (zoals bordessen, hoog gelegen opslagplaatsen, e.d.) voor vaste trappen, hekwerken en leuning.



- Ontwikkel samen met medewerkers veilige werkwijzen voor regelmatig voorkomende werkzaamheden, zoals het hoog werken op of aan machines.
- Gebruik een ladder of trap als het werk niet op een andere manier kan worden gedaan en alleen voor kortdurende, lichter



werkzaamheden.

Gebruik [het beslisschema werken op hoogte](#).

- Zorg voor een stabiele en stevige werkplek waar de ladder niet kan wegzakken of omvallen.
- Ga na of de medewerker, zowel lichamelijk als geestelijk in staat is om de ladder of trap te gebruiken. Ga na of hoogtevrees problemen kan geven.

### **Veilig werken op hoogte aan machine.**

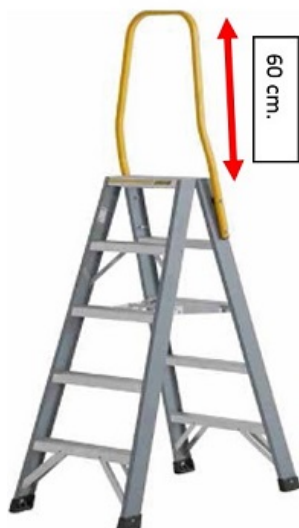
- Kies bij aanschaf van een nieuwe machine voor een GPS ontvanger die in het dakluik van de machine wordt ingebouwd. Hierdoor is het niet meer nodig om op de machine te klimmen om de GPS ontvanger, in verband met de kans op diefstal, dagelijks te verwijderen.
- Zet het werkgebied af. Dit voorkomt dat derden getroffen worden door vallende objecten.
- Zorg voor een opgeruimde omgeving, dit voorkomt dat mensen bij een val extra letsel oplopen doordat zij terecht komen op scherpe, harde objecten op de grond.
- Zorg dat er andere mensen in de buurt zijn, als er op hoogte wordt gewerkt. Zo kan er meteen hulp worden verleend als het toch mis gaat.
- Laat medewerkers gereedschap of materiaal veilig naar boven te brengen. Bijvoorbeeld met hijsmiddelen of heupgordels zodat zij hun handen zo veel mogelijk vrij kunnen houden.
- Zorg dat de ladder nooit als kapstok wordt gebruikt om zaken aan op te hangen.
- Staak het werk op een ladder of trap buiten bij ongunstige weersomstandigheden (zoals een windkracht van meer dan 6 Bf, vorst en zware regen).

### **Gereedschap, machines en apparaten**

- Ladders en trappen moeten voldoen aan de NEN 2484 of EN 131.



- Ladders en trappen moeten jaarlijks worden geïnspecteerd\* op slijtage, vervorming, scheurvorming en het juist functioneren van de verbindingen.
- Ladders en trappen moeten worden opgeslagen en beschermd tegen weersinvloeden. Tijdens de opslag moet de ladder of trap worden beschermd tegen beschadiging en moet onbevoegd gebruik worden voorkomen (denk aan kinderen).
- Een A-ladder en een trap moet zijn voorzien van een goed functionerende spreidstandbeveiliging.
- Een trap die bovenaan is voorzien van een vergoot stavlak moet 60 cm boven de hoogste staplaats voorzien zijn van een steunpunt.



- Check regelmatig of de treden nog stroef en heel zijn, de ladderdelen goed bevestigd kunnen worden en niet ongewild in elkaar kunnen schuiven.
- Voorkom dat beschadigde ladders of trappen toch gebruikt worden door ze meteen weg te doen of duidelijk te voorzien van een waarschuwing.
- Verplaats zware ladders met twee mensen om overbelasting te voorkomen.

*\* 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).*

### Opleiding en instructie

- Zorg voor voldoende voorlichting en kennis voor het werken op hoogte. Laat ook ervaring meewegen in de beslissing hoe hoog iemand mag klimmen.
- Bespreek ook de persoonlijke beschermingsmiddelen. Zorg dat mensen goed weten wanneer en hoe deze te gebruiken en wat ze moeten doen als zij toch vallen.
- Verzorg een [toolbox](#) over veilig werken met een ladder.

### Persoonlijke beschermingsmiddelen

- Zorg voor werkschoenen die in goede staat verkeren met een stevige en ruwe zool met profiel en de juiste veiligheidsklasse.
- Laat als dit nodig is medewerkers valbeveiliging gebruiken, die op ankerpunten kan worden bevestigd. Gebruik alleen gekeurd materiaal.
- Verwijder beschadigde valbeveiliging direct, zodat deze niet opnieuw kan worden gebruikt. Na een val moet de valbeveiliging voor gebruik eerst opnieuw worden gekeurd.



## Checklist

] Meld hoogtevrees bij je werkgever.

] Check of het werk veilig met de ladder kan worden uitgevoerd. Het stroomschema Stabiele werkplek op hoogte kan hierbij helpen.

] Zorg rondom de werkplek voor een schoon en opgeruimd vloeroppervlak.

] Zorg bij gebruik van een ladder of trap dat de ondergrond vlak is en dat de bovenkant stabiel kan worden geplaatst. Zet eventueel de ladder bovenaan vast.

] Zorg dat de ladder of trap niet omver gereden of gelopen kan worden. Spreek met collega's af dat er in de directe omgeving niet wordt gereden met machines.

] 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).

] Breng gereedschap of materiaal veilig naar boven en houdt je handen zo veel mogelijk vrij.

] Zet de plaats waar voorwerpen van hoogte kunnen vallen af.

] Stel de ladder op in een helling van ongeveer 75 graden. Hierbij is de afstand van de voet van de ladder tot de muur gelijk aan een kwart van de lengte van de ladder. (zie afbeelding 1)

] Zorg dat de ladder minstens een meter uitsteekt boven de toegangsplek die betreden moet worden en klim / werk niet voorbij de vierde trede van boven.



] Borg de ladder tegen wegglijden.

] Gebruik werkschoenen die in goede staat verkeren met een stevige en ruwe zool met profiel.

] Reik nooit verder dan armlengte.

Goed en fout



✓ GOED



✗ FOUT



Meer informatie

[Download LMRA Veilig werken met ladders en trappen als PDF](#)



# LMRA – Veilig werken met ladders en trappen

## Doe de LMRA

- **Ben jij veilig?**
  - Gebruik je alleen een ladder/trap als het werk niet met een rolsteiger of hoogwerker kan?
  - Kan je je werk binnen je armlengte doen?
- **Is je materiaal gekeurd en in orde?**
- **Staat de ladder/trap stabiel?**
  - Op een vlakke ondergrond?
  - Vergrendeld en geborgd?
  - Minimaal 1 meter uitstekend aan de bovenkant?



## Alles in orde?

Veel werkplezier!

## 1x Nee? STOP



Los het probleem op.  
Lukt dat niet?  
Meld het je  
leidinggevende.



Bekijk hier de  
Arbocatalogus



gezond, vitaal en veilig werkt