



Aangedreven mobiel intern transportmaterieel

Aangedreven mobiel intern transportmaterieel



Goedgekeurd door Sociale Partners

Het verplaatsen en opslag van goederen en pallets in de tuinzaadsector is een veel voorkomende werkzaamheid. Hiervoor worden interne transportmiddelen - binnen en/of buiten (eigen terrein) rijdend - ingezet, waaronder bijvoorbeeld heftrucks, elektrische meeloop of -rijd handpallettrucks, veegmachines en golfkarren. Aan het gebruik kleven diverse veiligheids- en gezondheidsrisico's. Bekende risico's zijn:

- aangereden worden
- omvallen van lasten
- bekneld raken, bijvoorbeeld onder een kantelende heftruck
- fysieke klachten
- blootstelling aan dieselmotoremissies (DME)

Ongevallen met transportmiddelen zoals heftrucks hebben regelmatig een ernstige of dodelijk afloop. Daarnaast kunnen fysieke klachten ontstaan door langdurige blootstelling aan lichaamstrillingen en/of werken in een ongunstige houding. Denk onder andere aan: lage rugklachten, rugaandoeningen (bijvoorbeeld een hernia), nek- en schouderklachten, maar ook aan vermoeidheid, maagklachten, verminderd prestatievermogen en op het moment van blootstelling slechter zicht en slechtere coördinatie. In dit Arboblade wordt beschreven hoe ongevallen, lichamelijke klachten met aangedreven interne transportmiddelen en het risico op blootstelling aan DME kunnen worden voorkomen. De risico's ten aanzien van met de hand voortbewogen transportmiddelen valt buiten de scope van dit Arboblade. Meer informatie over veilig werken met [loodaccu's](#), veilig werken met [magazijnstellingen](#) en [werken op hoogte met hoogwerker, rolsteiger en ladder](#) zijn in andere Arboblades uitgebreid beschreven.

Wat is de gewenste situatie?

- ✓ De transportmiddelen zijn veilig en worden conform de handleiding gebruikt, onderhouden en gekeurd.
- ✓ De werkomgeving is veilig ingericht en maatregelen om aanrijdgevaar en kantelen te voorkomen, zijn genomen.
- ✓ Voorkomen is dat medewerkers bekneld raken bij het kantelen van de heftruck.
- ✓ Maatregelen ter voorkoming van fysieke klachten bij de bestuurder zijn genomen.
- ✓ Medewerkers zijn deskundig en aantoonbaar geïnstrueerd.
- ✓ Er wordt toezicht gehouden op de gemaakte afspraken.

Maatregelen



Algemeen

- Breng risicovolle transportbewegingen in kaart en beschrijf of en hoe deze risico's kunnen opleveren.
- Zorg voor aantoonbare voorlichting en instructies ten aanzien van risico's en hoe beschermende maatregelen met betrekking tot transportmiddelen is geregeld, zowel van gebruikers als omstanders. Zorg dat de voorlichting en instructie altijd een praktijkgedeelte bevat. Herhaal deze minimaal eens per 3 jaar en check of de bestuurder de voorlichting en instructie heeft begrepen. Evalueer daarnaast jaarlijks de vaardigheden van de betreffende medewerkers om veilig een transportmiddel te kunnen besturen.
- Voor het besturen van heftrucks breder dan 130 cm waarmee op de openbare weg wordt gereden is een T-rijbewijs nodig. Een heftruck op de openbare weg valt onder de categorie 'Motorrijtuigen Met Beperkte Snelheid' (MMBS). Het T-rijbewijs is echter niet verplicht voor motorrijtuigen die niet breder zijn dan 130 cm (inclusief voorzetapparatuur). Ook mogen deze voertuigen niet de mogelijkheid hebben om een aanhangwagen te trekken.
- Voer in het kader van de Risico-Inventarisatie een beoordeling naar de blootstelling aan lichaamstrillingen uit. Hiervoor kan gebruik worden gemaakt van de [tool](#) lichaamstrillingen. Neem zo nodig maatregelen ter vermindering van de trillingsblootstelling.
- De leidinggevende houdt toezicht op de gemaakte afspraken door medewerkers aan te spreken op al dan niet veilig en gezond werken.

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 niveau te verlagen 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.

→ (bron)

- Zorg voor een goede logistiek door rijbewegingen en afstanden zoveel mogelijk te beperken. EN:
- Voorkom het rijden met interne transportmiddelen in ruimtes waar medewerkers of bezoekers komen, bijvoorbeeld door een voetgangers corridor.

→ (collectief)

Werkomgeving

- Creëer veilige transport- en looproutes. EN:
- Maak afspraken over verkeersregels, zoals voorrang, rijrichting en vaste rijroutes, rijsnelheid, zichtbaarheid van personen en scheiding tussen loop- en rijpaden. Leg dit vast in een verkeersplan, in ieder geval wanneer meerdere transportmiddelen dagelijks/gelijktijdig gebruikt worden. EN:
- Deze afspraken zijn bij alle medewerkers op werkvloer - dus ook andere dan de bestuurders - bekend en worden gedeeld met bezoekers bij betreden van ruimtes waar transport plaatsvindt.

Veiligheid interne transportmiddelen algemeen

- Alle interne transportmiddelen hebben een CE markering inclusief een conformiteitsverklaring en een Nederlandstalige gebruiksaanwijzing. EN:

- De transportmiddelen zijn voorzien van een goed werkende claxon en als een hefmast aanwezig is ook over een werkladdiagram. EN:
- De transportmiddelen hebben een cabine of veiligheidskooi ter bescherming van de medewerker als de kans op vallende voorwerpen aanwezig is. EN:
- Intern transportmaterieel heeft een slangbreukbeveiliging - in de vorm van een daalsnelheidsbegrenzer; die ervoor zorgt dat bij breuk van een hydraulische slang in het hefsysteem de vorken langzaam laat dalen. EN:
- De interne transportmiddelen hebben een last- ook wel klaprek genoemd indien hoger dan 2.5 meter wordt geheven EN:



Afbeelding: Lastrek (klaprek)

- Aan weerszijden van het vorkenbord een eindaanslag om afschuiven van de vorken van het vorkenbord te voorkomen. EN:
- Als het intern transportmiddel is voorzien van een veiligheidsgordel, is de medewerker verplicht deze te gebruiken. De gordel zorgt ervoor dat het risico van bekneld raken bij kantelen wordt voorkomen. Alternatieven zijn: een dichte cabine, of het [gordelbandsysteem](#) (GBS). Bekijk het [filmpje](#) voor de eenvoudige werking.
- Een veiligheidsbeugel (Pilot Protect System) kan alleen worden gebruikt als een risicobeoordeling uitwijst dat er geen risico is op meer dan 90 graden kantelen en als het alleen om orderpicken gaat. EN:



Afbeelding: Pilot Protect System

- De transportmiddelen worden alleen gebruikt volgens de gebruiksinstructies. Zie hiervoor de gebruikshandleiding. EN:
- Het transportmiddel wordt door de bestuurder dagelijks voor gebruik gecontroleerd, met name de kwaliteit van de banden, de werking van de remmen, claxon en indien van toepassing de handrem. EN:
- Laat de heftruck en andere interne transportmiddelen minimaal jaarlijks keuren en vakkundig onderhouden conform de gebruikshandleiding. Leg dit vast in een logboek. Ook is het sterk aan te raden een keuringssticker op het transportmiddel te laten plaatsen. EN:
- De rijnsnelheid van de transportmiddelen is begrensd. Zorg dat de snelheid afgestemd is op de omgeving. Zie voor meer informatie toelichting op de maatregelen: 'Veiligheid interne transportmiddelen algemeen'. EN:
- Zo nodig is doelmatige verlichting aangebracht (voor rijden in het donker of op slecht verlichte plaatsen). EN:
- Voorkom gebruik door onbevoegden door verantwoord sleutelbeheer. EN:
- Er is een schriftelijk verbod op het meerijden en heffen van personen. Het meerijden van personen op een transportmiddel is alleen toegestaan, als daar een veilige plaats voor is ingericht. Met een veilige plaats wordt een extra stoel met veiligheidsgordel bedoeld. Het gebruik van een werkbak aan de heftruck is niet (meer) toegestaan.

Specifiek heftruck

- Plaats een achteruitkijkspiegel of camera met scherm op de heftruck voor het achteruitrijden met een last. EN:
- Heftrucks hebben een voorziening waarmee signalen kunnen worden gegeven, zoals een achteruitrijalarm. Een andere manier die de veiligheid bij achteruitrijdende heftrucks vergroot is de "blue spot". Deze geeft een blauw licht op de vloer, zodat anderen de heftruck zien aankomen en kan in omgevingen waar veel lawaai is - ook in combinatie met het achteruitrijgeluid - worden gebruikt. Voor vooruitrijden is een "red spot" aanwezig. EN:



Afbeelding: Bluespot

- Elektrische heftrucks hebben een mechanisch bediende stroomonderbreker die automatisch in werking treedt als de bestuurder het voertuig verlaat. EN:
- Heftrucks die binnen rijden, zijn elektrisch of LPG aangedreven. Elektrische heftrucks hebben de voorkeur. LPG aangedreven heftrucks zijn voorzien van een katalysator. Gebruik van dieselheftrucks is in binnenruimtes niet toegestaan. EN:
- Bij het gebruik van de heftruck op de openbare weg wordt aan de gestelde voorwaarden in het wegverkeersreglement voldaan. Zie [hier](#) voor meer informatie. EN:
- Voertuigen die onder het Wegverkeersreglement vallen en die maar met een beperkte snelheid kunnen rijden moeten aan een aantal voorwaarden voldoen, namelijk:
 - Aan de voorkant dienen er twee lampen met zowel dimlicht als stadslicht gemonteerd te zijn.
 - Aan de voor -en achterzijde zijn richtingaanwijzers verplicht.
 - Er dienen waarschuwingsknipperlichten (alarmlichten) aanwezig te zijn.
 - Er dient een speciale rood reflecterende driehoek met geplatte hoeken te zijn gemonteerd. Deze driehoek dient bevestigd te worden aan de achterzijde (in het midden dan wel links van het midden), op een hoogte die minimaal 35 cm is en maximaal 90 cm.
 - De achterkant van de heftruck is voorzien van twee achterlichten, twee stoplichten en tenminste twee reflectoren.
 - Wanneer heftruck langer is dan zes meter moet deze uitgerust zijn met extra richtingaanwijzers en oranje reflectoren aan de zijkanten.
 - Uitstekende delen (b.v. de vorken) dienen verwijderd dan wel afgeschermd te worden.
 - De maximale snelheid op de openbare weg (25 km/h) wordt nageleefd.



Afbeelding: afscherming vorken

Fysieke klachten

- Bij de aanschaf van een transportmiddel wordt in het pakket van eisen een zo laag mogelijk basisniveau van trillingen opgenomen door de combinatie van gewicht, constructie en het veer- en dempingsysteem van banden en truck.
- Ter informatie: er zijn heftruckstoelen beschikbaar die automatisch instellen op het gewicht van de gebruiker en op het wegdek waarover gereden wordt. De bestuurder hoeft zijn stoel dan niet of nauwelijks meer in te stellen. EN:
- De bestuurdersstoel is in goede staat en verstelbaar in hoogte en in richting van de bedieningsorganen. Tevens is de stoel trillingsgedempt en afgestemd op de ondergrond waarop deze wordt gebruikt. EN:
- De stoel wordt periodiek (volgens de aanwijzingen van de leverancier) onderhouden op het instelmechanisme en het dempingvermogen (kwaliteit materiaal van de zitting en vering) van de stoel. EN:
- Er is een achteruitrijcamera aanwezig, zodat draaien met de rug bij het achteruitrijden met geheven last wordt voorkomen. EN:
- Bij buitengebruik zijn doelmatige voorzieningen aangebracht om medewerkers tegen wind en regen te beschermen. Denk aan een dichte, verwarmde cabine of voorruit op de heftruck. EN:
- Zorg voor een egale transportroutes, binnen en buiten. Zonder kuilen, drempels, scheuren, verzakkingen en andere obstakels. Als aanpassingen redelijkerwijs niet meteen kunnen worden aangebracht, stel dan een meerjarenplanning op. EN:
- Zorg voor snelheidsbegrenzing (zie eerder punt hierover).

→ Zorg voor opgeleide en aantoonbaar geïnstrueerde bestuurders.

→ (individueel)

- Rouleer het werken met interne transportmiddelen zoveel mogelijk met andersoortig werk, om blootstelling aan



trillingen en schokken te beperken. Beperk (hef)truckgebruik door taakroulatie tot maximaal een uur achtereens en maximaal vier uur per dag. EN:

- Als de interne transportmiddelen meer dan twee uur per dag door de medewerker gebruikt worden, zijn afspraken gemaakt om te hoge trillingsbelasting tegen te gaan (voorkomen van rugschade). Denk aan het:
 - verlagen van de rijsnelheid (maximaal 6 km per uur);
 - op een ontspannen manier rijden;
 - voorlichten van medewerkers voor over het juist instellen van de stoel en een gunstig rijgedrag.

→ (PBM)

- De bestuurders en de medewerkers die in de directe omgeving werken waar met transportmiddelen worden gereden, dragen veiligheidsschoenen (minimaal type S1), bij voorkeur met antislip zool. In situaties waarin men in scherpe delen kan trappen of in natte omstandigheden werkt, worden werkschoenen met S3 normering gedragen.

Toelichting op de maatregelen

Beoordeling blootstelling aan lichaamstrillingen

- Als je de (gemiddelde) duur en de trillingsbelasting van de handeling(en) over de werkdag weet, kun je met deze [tool](#) berekenen wat de gemiddelde blootstelling over de werkdag is. De uitkomst kun je toetsen aan de actiegrens van 0,5 m/s² en grenswaarde van 1,15 m/s² voor lichaamstrillingen. Een grenswaarde is de waarde die nooit overschreden mag worden. Een actiewaarde is de waarde waarbij men in principe wel kan blijven doorwerken, maar waar bij overschrijding de werkgever acties moet nemen.

Opleiding en instructie

- Per bedrijf is een persoon aangewezen die verantwoordelijk is voor het 'toestaan van het gebruik van mobiele arbeidsmiddelen'. Het uitgangspunt daarbij is dat alleen voldoende opgeleide en geïnstrueerde gebruikers de transportmiddelen mogen bedienen.
- Iedereen die een aangedreven intern transportmiddel gebruikt moet voldoende op de hoogte zijn van:
 - dagelijks onderhoud (rijklaar maken)
 - de werking van de bediening van de machine
 - de veiligheids- en gezondheidsrisico's die aan het gebruik verbonden kunnen zijn
 - de in acht te nemen veiligheidsmaatregelen en toe te passen veiligheidsvoorzieningen om de risico's te voorkomen of te beperken
 - onderhoud batterij / motor
- Om dit te garanderen is opleiding en instructie vereist. Breng in kaart welke interne transportmiddelen in het bedrijf aanwezig zijn en leg per transportmiddel vast welke specifieke vaardigheden daarbij nodig zijn om ermee te mogen werken. Dit mede afhankelijk van de specifieke werkzaamheden - in het bedrijf. Een heftruckcertificaat is niet verplicht. Bovendien is er geen overheidstoezicht op het verstrekken van een heftruckcertificaat, waardoor de waarde ervan onzeker is. Zorg dat de opleiding aansluit bij de vaardigheden en de eisen die gesteld worden aan de bediening.



In die opleiding komen tenminste aan de orde:

- De werking van de bedieningsmiddelen en het kunnen bedienen daarvan.
- De werking van de veiligheidsvoorzieningen en het kunnen toepassen daarvan.
- De in acht te nemen grenzen wat betreft belasting van het transportmiddel inclusief het gebruik van opzetstukken en andere hulpmiddelen die van invloed zijn op de maximum belastbaarheid en rijsnelheid.
- Praktische oefening van lastbehandeling en rijvaardigheid.
- De bedrijfsregels en verkeersreglement, waaronder de maximumsnelheden onder verschillende omstandigheden.
- Vereisten wat betreft controle en onderhoud door de gebruiker.
- Veilig achterlaten van het transportmiddel.
- De risico's van lichaamstrillingen en de beschermende maatregelen waaronder de invloed van rijsnelheid en ondergrond op de belasting.
- Voorkomen van fysieke belasting (ergonomie en instellen stoel).
- Stellingveiligheid (w.o. maximale belastbaarheid en beschadiging).
- Veiligheidsmaatregelen bij ont-/beladen van vrachtauto's.
Naast deze basis trainingsonderdelen is nodig;
- Specifieke instructie met het arbeidsmiddel dat gebruikt gaat worden.
- Instructie van de voorkomende werkzaamheden en gewenning aan de arbeidsplaats waar gewerkt gaat werken.

Creëer veilige transport- en looproutes

- De transportroutes zijn met een hekwerk gescheiden van paden voor voetgangers en liggen niet in de buurt van arbeidsplaatsen. Er zijn voetgangerszones aangegeven waar werknemers en bezoekers gebruik van maken. Andere voorzieningen, zoals afbakening of markering kunnen ook aanvaardbaar zijn, als bovenstaande redelijkerwijs niet mogelijk is.
- Bij deuren en gangen die uitkomen op of minder dan 1 meter van een transportroute met dwarsverkeer is een hekwerk geplaatst, zodat voetgangers niet direct rechtdoor kunnen lopen. Dit om te voorkomen dat voetgangers onverhoopt op de rijbaan van het transportverkeer stappen. Het hek staat parallel aan de transportroute en loopt ten minste 1 meter door aan de linker- en rechterzijde van de deur/gang.



Afbeelding: Voorbeeld hekwerk

- Er is, in verband met goed zicht, voldoende ruimte bij bochten en kruisingen van transportroutes.
- Onoverzichtelijke bochten en kruisingen van transportroutes zijn voorzien van bolle spiegels of waarschuwingslichten die oplichten als een transportmiddel nadert.
- Verbindingswegen - uitgezonderd dockboards - met potentieel valgevaar (zoals hellingbanen, laadbruggen, -perrons) zijn voorzien van opstaande randen of andere adequate voorzieningen denk aan muren, leuningën of kantplanken om te voorkomen dat rijdend materieel naast het rijoppervlak kunnen raken. De hoogte van de kantplanken is minimaal een zesde van de grootste te verwachten diameter wieldiameter, maar tenminste 10 cm hoog. Hellingen moet bij voorkeur niet meer dan 10% stijgen, bij steilere hellingen moet een waarschuwingsbord met een hellingspercentage zijn geplaatst.
- De routes zijn voldoende breed: bij eenrichtingsverkeer tenminste 60 cm breder dan het breedst beladen aangedreven transportmiddel, bij tweerichtingsverkeer 90 cm breder dan 2x breedst beladen aangedreven transportmiddel. Indien bij tweerichtingsverkeer de route te smal is om gelijktijdig met twee transportmiddelen naast elkaar te rijden met de veilige marge van 90 cm dan dienen organisatorische maatregelen getroffen te worden dat niet gelijktijdig met twee transportmiddelen langs elkaar gereden wordt.
- De routes zijn vrij van obstakels, voldoende draagkrachtig, zoveel mogelijk horizontaal, effen en vlak. Het oppervlak is stroef en slijtvast.
- Houd deurflappen schoon, zodat ze transparant blijven of vervang deze tijdig.
- Bij de ingang van het pand is een waarschuwingssticker die wijst op de aanwezigheid van interne transportmiddelen.
- Markeer plaatsen waar het niet toegestaan is met aangedreven transportmiddelen te komen.
- Beveilig transportroutes bijvoorbeeld met een goed zichtbare ketting over de route of hek, indien onderhoudswerkzaamheden worden verricht.

Specifiek Dockboards

- Op- en afritten met een verstelbare helling (dockboards) moeten deugdelijk zijn vergrendeld en tegen onverwachts ontgrendelen zijn beveiligd.
- Zorg dat vrachtwagens precies voor het dockboard geplaatst worden. Bijvoorbeeld door:
 - te zorgen voor een goede buitenverlichting
 - het aanbrengen van een goed zichtbare belijning (met verf of met rijen lampjes)
 - wielwingers
 - externe chauffeurs hun trailer af te laten koppelen op het buitenterrein waarna eigen chauffeurs de trailer voor het dockboard zetten.
- Zorg dat de oprijdklep van het dockboard pas omhoog gaat als de deur open is. Plaats wielkeggen of vergelijkbare voorzieningen totdat de vrachtwagen kan vertrekken of overweeg het aanbrengen bij elk dockboard van een stoplicht met twee lampen: rood en groen. Dat is gekoppeld aan de dockdeur.
Als de dockdeur is gesloten komt het licht op groen en weet dat de chauffeur dat de situatie veilig is. (NB. Plaats zo'n stoplicht niet midden tussen twee dockdeuren om verwarring te voorkomen, zeker bij Engelse chauffeurs.
- De oprijdklep die de korte afstand overbrugt tussen de laad- en rijvloer van het dockboard moet minimaal 20 cm lang en voldoende breed zijn.
- Worden losse rijplaten gebruikt, dan moeten deze tijdens gebruik deugdelijk tegen verschuiven zijn geborgd.

Veiligheid interne transportmiddelen algemeen

- De keuring moet worden uitgevoerd door een deskundige persoon of instelling. Voorwaarde is dat de betrokken persoon of instelling voldoende gekwalificeerd is. Hierbij wordt ook specifiek stilgestaan bij de staat van kogellagers van wielen, aandrijfassen en motoren om trillingen zoveel als mogelijk te voorkomen. Van de uitgevoerde keuringen moeten schriftelijke bewijsstukken op de arbeidsplaats zijn, zoals een keuringssticker op het transportmiddel.
- De maximum snelheid die je met een (hef)truck mag rijden, is afhankelijk van de omstandigheden zoals: omgeving, type/merk truck, type banden, soort last op de vorken, zicht, ander verkeer, e.a. Bij massieve banden is de maximumsnelheid 6 km/uur, bij luchtbanden is deze 16 km/uur. Bij achteruitrijden is de maximumsnelheid stapvoets.

Preventief Medisch Onderzoek (PMO)

Bij wet is bepaald dat de werkgever periodiek een medisch onderzoek aanbiedt aan werknemers die aan trillingen worden blootgesteld. Indien uit de (verdiepende) Risico-Inventarisatie en -Evaluatie knelpunten op het gebied van blootstelling aan lichaamstrillingen naar voren komen, wordt het PMO aangevuld. Hierin wordt aandacht besteed aan de trillingsbelasting op de werkplekken in relatie tot betreffende werkzaamheden en aangegeven welke onderzoeken voor welke functiegroepen relevant zijn.

Wanneer men te maken heeft met risico's door blootstelling aan lichaamstrillingen, kan dit nader worden uitgevraagd via een vragenlijstonderzoek of een lichamelijke (belastbaarheids)onderzoek. Aan de hand van de PMO bevindingen kunnen op maat gemaakte groeps- en/of individuele interventies worden ingezet. Dit om zowel de werk-als de niet werkgerelateerde gezondheid van werknemers duurzaam te beschermen of verbeteren. Afspraken over de frequentie van het PMO zijn opgenomen in de [CAO](#).



Aandachtspunten voor medewerkers

Rijden

-] Werk volgens de instructies en de afspraken die zijn gemaakt in het bedrijf
-] Controleer voor gebruik het transportmiddel en meld gebreken bij de leidinggevende.
-] Gebruik de veiligheidsgordel om beknelling bij kantelen te voorkomen als er geen andere veiligheidsalternatieven, zoals een dichte cabine of het gordelbandsysteem zijn.
-] Rij rustig en pas de snelheid aan de omstandigheden op de werkplek aan. Vooral bij het maken van bochten in smalle gangen kan het transportmiddel al doen kantelen
-] Geef bij onoverzichtelijke verkeerssituaties geluidssignalen.
-] Rijd altijd met laag geheven last of vork
-] Leg geen losse spullen op de heftruck of in de cabine
-] Bewaar voldoende afstand tot andere transportmiddelen
-] Rijd altijd achteruit als de last het zicht bij vooruitrijden, belemmert.
-] Met belading vooruit helling op rijden en achteruit van de helling afrijden



] Keer nooit op een helling

] Rijd niet met een big bag die aan de vork van de heftruck hangt, maar zet deze op een pallet, zodat transport veilig kan plaatsvinden.

] Hef en vervoer nooit personen

] Draag veiligheidsschoenen

Laden/Lossen

] Neerleggen of stapelen van een lading op een veilige plaats met voldoende draagkracht (conform de belastbaarheid tabel op de stellingen) buiten de directe transportroutes. Voor meer info: [Veilig werken met magazijnstellingen](#).

] Zorg dat de lading niet kan verschuiven, rollen, kantelen of vallen

] Hef geen last die zwaarder is dan de aangegeven draaglast. Raadpleeg hiervoor de lasttabel.

Parkeren

] Op veilige plaats buiten de directe transportroutes

] Op een vlakke plaats, dus niet op een helling

] Met de vork in de laagste stand, zonder last en enigszins vooroverhellende mast

] Parkeerrem is aangezet



] LPG-afsluiter is, indien van toepassing, afgesloten

] Schakel voor het verlaten de heftruck, of ander transportmiddel, de motor uit en neem de contactsleutel mee als je er geen toezicht op kunt houden.

Aandachtspunten met betrekking tot bijzondere groepen

Zwangeren

Voor zwangeren worden in de wet een maximale waarde voor lichaamstrillingen gegeven van 0.25 m/s². Beoordeel aan welke trillingsbelasting een zwangere medewerker kan worden blootgesteld. Maak hierbij gebruik van de tool lichaamstrillingen. Bespreek de risico's met betrokkene(n). Zorg dat hierover een gesprek plaatsvindt tussen medewerker en leidinggevende en dat afspraken worden gemaakt en nagekomen.

Anderstaligen

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



Jongeren (jeugdigen/kinderen)

Jeugdigen (16- en 17 jarigen) mogen een heftruck bedienen, mits aan de drie volgende voorwaarden is voldaan:

- Zij moeten (de voorgeschreven) specifieke deskundigheid bezitten.
- Er wordt adequaat deskundig toezicht gehouden. Dit toezicht is zodanig georganiseerd dat de specifieke gevaren worden voorkomen, namelijk:
- In de ruimte waar de jeugdigen werkzaam zijn, is altijd tenminste één volwassen medewerker met de voorgeschreven opleiding en deskundigheid in het zichtveld aanwezig.
- Deze volwassene is aangewezen als toezichthouder op de jeugdige. Deze aanwijzing is vastgelegd.
- De jeugdigen zijn voor de toezichthouder herkenbaar, bijvoorbeeld doordat zij signaalkleding dragen.

Kinderen (van 15 jaar en jonger) mogen geen heftruck besturen.

Relevante wetgeving

1. Jongeren (Arbobesluit artikel 1.37)
2. Inrichting arbeidsplaatsen (Arbobesluit artikel 3.14)
3. Fysische en Fysieke factoren (Arbobesluit artikel 5.3, 6.11)
4. Geschiktheid arbeidsmiddelen (Arbobesluit afdeling 1: artikel 7.4, 7.6, 7.17)
5. Persoonlijke beschermingsmiddelen (Arbobesluit artikel 8.1. t/m 8.3)

Meer info / gebruikte basisdocumenten

Een heftruck is een motorisch aangedreven machine, voorzien van een mast. Deze machine is bedoeld om goederen horizontaal en verticaal te vervoeren en te plaatsen. Naast de motorische aandrijving (elektrisch of verbranding) is het hebben van een mast cruciaal. Er zijn verschillende varianten denkbaar, zoals een vorkheftruck, stapelaar en een reachtruck.

Gebruikte basisdocumenten

- Arbo-informatieblad 14: Bedrijfsruimten inrichting, transport en opslag. SDU.



- [Tool lichaamstrillingen](#)
- [Gordelbandsysteem](#) (GBS). Bekijk het [filmpje](#) voor de eenvoudige werking.
- [Transportmiddelen 'Gebruik op de openbare weg'](#)