



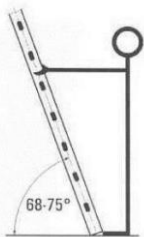
BIJLAGE: TOOLBOX: Ladders en trappen

Korenmolenaar 2, 3447 GG Woerden | telefoon 085 – 044 07 00, optie 1 | info@stigas.nl | www.stigas.nl versie oktober 2025

Ladder of verplaatsbare trap zijn als werkplek niet toegestaan wanneer een ander, veiliger arbeidsmiddel kan worden gebruikt. Indien mogelijk gebruik je een (rol)steiger, hoogwerker of bordes- of platformtrap. Wanneer er toch gebruik moet worden gemaakt van een ladder of trap moet je met onderstaande punten rekening houden.

Gebruik van een ladder

- Gebruik geen ladder als je statijd >1 uur per dag is.
- Gebruik geen trap als je statijd > 2 uur per dag is.
- Controleer of de ladder of trap gekeurd is en nog in een goede staat verkeert.
- Bij het dragen van de ladder op de schouder moet je er voor zorgen dat het voorste deel van de ladder ca. 2 1/2 meter van de grond afblijft. Zo verklein je de kans om personen te raken met de ladderdelen.
- Zorg voor voldoende vrije ruimte om de ladder op te stellen.
- Zet je werkomgeving af.
- Blokkeer (rol)deuren als de ladder ervoor moet staan.
- De opstelhoek van de ladder is 75 graden. Vuistregel is om je tenen tegen de onderkant van de ladder te plaatsen en de ladder met gestrekte armen recht vooruit te pakken.



- Plaats een ladder met de ladderbomen tegen vlakke constructie delen of een gebouw.

- Het bovineinde van de ladder moet met beide ladderbomen steunen tegen de wand
- Als je een ladder gebruikt om op een hoger vlak te komen, dan moet de ladder 1 meter boven dat vlak uitsteken.



- Zorg dat een ladder niet weg kan glijden (Bv. boven: vastzetten, onder: laddermat)Ladderdelen moeten elkaar met minimaal vier sporten overlappen.
- Bij het staan op een ladder houd je ladder met minimaal één hand vast en sta met twee voeten op de sporten.
- Houd met je handen de sporten vast en niet de ladderbomen.
- Beklim de ladder of trap niet met gladde of vervuilde zolen.
- Ga niet met voorwerpen zwaarder dan 10 kg of groter dan 1 meter op een ladder
- Reik nooit verder dan 1 armlengte. Te ver buiten een ladder reiken veroorzaakt onstabiliteit en / of geen veilige steun en houvast voor handen en voeten. Je mag maar één armlengte reiken en daarom niet:
 - je voet of been oplichten,
 - met je (boven)lichaam ver voorbij de ladderboom hangen en met je voet afsteunen buiten de ladder.

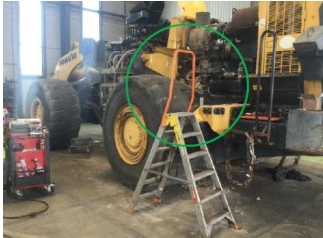
Verplaats zo nodig de ladder.

- Werk niet hoger dan 5 meter stahoogte op een ladder.
- Buitenwerkzaamheden op ladders moeten worden gestaakt bij een windkracht 6 of meer (11 m/s) op de schaal van Beaufort.



Gebruik van de trap

- Stahoogte van een trap is niet hoger dan 2,5 meter.
- Individuele statijd per dag < 2 uur
- Voorwerpen die gedragen moeten worden zijn < 10 kg.
- Gebruik alleen een trap met vergroot sta-vlak die is voorzien van een steunpunt boven de hoogste staplaats. (zie foto's hieronder)



- Controleer voor het betreden van de trap of het stavlak volledig is uitgeklaapt en geborgd
- De maximale stahoogte is het bordes
- Sta nooit op de beugel van een trap!

- Betreed een trap zonder steunpunt niet hoger dan de vierde trede van **boven**.



Met opmerkingen [1]: Dit punt is in strijd met dit punt hierboven:
= Gebruik alleen een trap met vergroot sta-vlak die is voorzien van een steunpunt boven de hoogste staplaats. Ik zou dit punt weglaten.

Met opmerkingen [2R1]: Er zijn ook trappen zonder steunpunt dus deze moet wel blijven staan.

Algemeen

- Zorg voor voldoende vrije ruimte om trap of ladder op te stellen.
- Zet je werkomgeving af.
- Blokkeer (rol)deuren als de trap of ladder ervoor moet staan.
- Laat een trap of ladder nooit onbeheerd achter.
- Ladders/trappen na gebruik opslaan zodat ze beschermd zijn tegen weersinvloeden en beschadiging en dat ze niet door onbevoegden gebruikt kunnen worden.
- Controleer een ladder of trap vóór het gebruik op gebreken
- Gebruik alleen een ladder of trap als er een geldige keuringssticker op zit