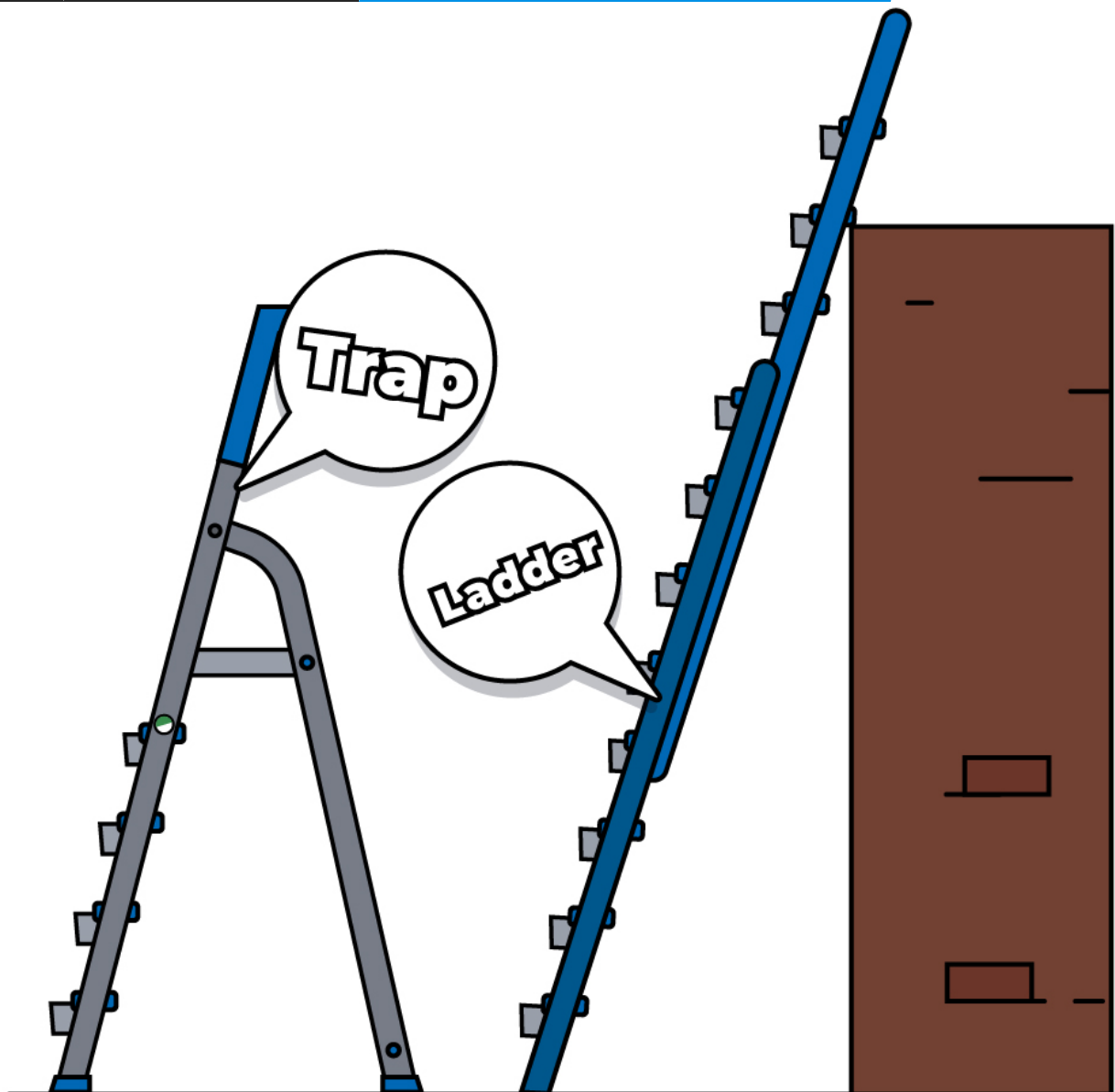


Thema's

Werken op Hoogte

Praktijksituaties – Ladders & Trappen



Houd bij het opstellen van de ladder of trap rekening met de volgende punten:

- Werk bij voorkeur met een veiliger arbeidsmiddel, zoals een steiger of hoogwerker.
- Zorg dat de ondergrond waarop de ladder of trap staat aan de voorwaarden voldoet (zie verderop bij 'voorwaarden voor de ondergrond').
- Zet de schuif- of opsteekladder met 2 personen op.
- Voorzie de ladder aan de onderkant van een stabiliteitsbalk.
- Borg de ladder aan de bovenkant tegen wegglijden.
- Zorg dat de ladder ten minste een meter uitsteekt ten opzichte van het niveau waartoe hij toegang verschaft.
- Zorg voor voldoende randbeveiliging bij het afstappunt.

- Wanneer een metalen ladder gebruikt wordt, zorg dat deze minimaal twee meter van onder spanning staande elektrische onderdelen wordt opgesteld.

Voordat je de ladder of trap gebruikt, moet je alle onderstaande stellingen met 'ja' kunnen beantwoorden:

- Ik klim niet hoger dan 6 meter.
- De ondergrond voldoet aan de voorwaarden (link naar voorwaarden ondergrond)
- De ladder staat correct opgesteld.
- De ladder staat niet direct tegen een raam.
- Het boven einde van de ladder wordt met beide bomen gesteund.
- De laddervoet is in goede staat.
- Ik beklim de ladder met 2 handen vrij en hou de sporten vast, niet de bomen.
- Wanneer een ladder voor een doorgang opgesteld staat: deze doorgang is geblokkeerd.
- Ik ben 18+. Ben ik dat niet? Dan werk ik onder deskundig toezicht.
- Ik heb geen hoogtevrees en slik geen medicijnen die mijn reactievermogen beïnvloeden.
- De maximale windkracht is 6 (Bf).

Houd tijdens het gebruik van de ladder of trap rekening met de volgende punten:

- Beklim de ladder nooit hoger dan de vierde tree van boven.
- De maximale stahoogte van een trap is het bordes. Ga nooit op de beugel boven het platform staan.
- Houd de sporten van de ladder of trap schoon.
- Zorg voor een schone, geprofileerde schoenzool onder je schoenen.
- Beklim de ladder of trap met vrije handen.
- Reik maximaal 1 armlengte buiten de ladder of trap. Verplaats een ladder of trap liever wat vaker dan te reiken.
- Houd je beide voeten te allen tijde op de sporten van de ladder of trap.
- Houd een maximale sta-tijd aan van 1 uur per dag.

Voorwaarden voor de ondergrond:

- Ondergrond moet vlak, hard, effen en niet glad zijn.
- Zet een ladder of trap niet op een tafel of een kist.
- Staat de ladder onder een hoek van 75 graden ten opzichte van de grond? Kan ik de ladder met gestrekte armen vastpakken wanneer mijn tenen tegen de onderkant van de ladder staan?