

VEILIGHEIDSINSTRUCTIEKAART

Hoe een ladder gebruiken?

1. RISICO'S

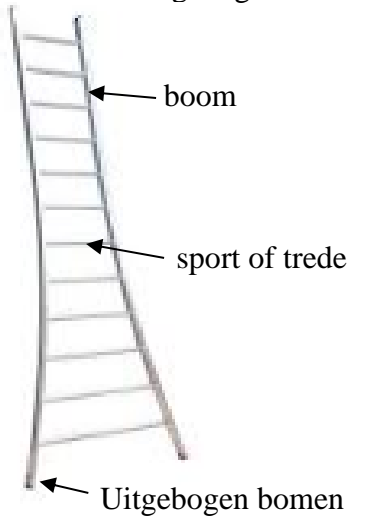

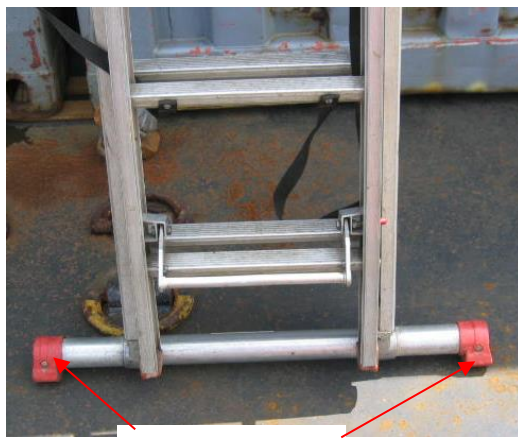
- | | |
|---|---------------------|
| - Wegschuiven of zijwaarts kantelen van de ladder | - Val van de ladder |
| - Uitschuiven op de ladder | - Breken van ladder |

2. VEILIGE WERKINSTRUCTIES

Vooraleer een ladder te gebruiken, moet bekeken worden of de werkplek naar de begane grond kan gebracht worden. Indien dit niet mogelijk is, moet nagegaan worden of andere/veiligere hulpmiddelen voor werken op hoogte gebruikt kunnen worden. Enkele voorbeelden hiervan zijn: vast bordes, vaste- of rolstelling, hoogwerker of schaarlift, safetyflat of werkbak aan kraan, werkbak op heftruck, Deze middelen hebben steeds de voorkeur boven het gebruik van de ladder.

Zie veiligheidsbericht 2019-12 'Beslissingsschema werken op hoogte'

Ladder onderdelen:

<p>ladder met uitgebogen bomen</p> 	<p>ladder met stabiliteitsbalk</p>  
---	--

Wanneer een ladder gebruiken?

Een ladder dient om een hoogteverschil te overbruggen. Er mag enkel vanop een ladder gewerkt worden als het gebruik van andere arbeidsmiddelen (zie boven) niet veiliger is, voor werkzaamheden van korte duur (<15min) met een maximale stahoogte van 3m.

De 3-puntsregel (steeds tegelijkertijd 2 handen en voet of 1 hand en 2 voeten in contact met de ladder) moet steeds toepasbaar zijn, als dit niet zo is, moet een andere werkmethode gebruikt worden.

Indien toch een ladder gebruikt wordt, moeten volgende instructies opgevolgd worden:

1. Voor gebruik:

- Overlaad de ladder niet. Controleer het label en hou rekening met gewicht van de gebruiker en zijn materiaal
- Kies een aangepaste ladder in functie van de uit te voeren taak:
 - ✓ Lengte: minstens 1 meter boven de werkplek of toegangsniveau uitkomen foto 1

VEILIGHEIDSINSTRUCTIEKAART

Datum 08/2022

Hoe een ladder gebruiken?

Pagina 2 van 4

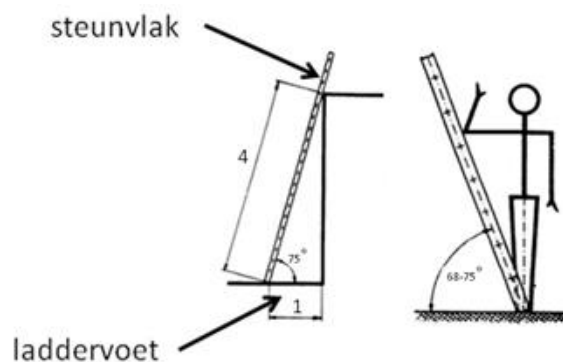
- ✓ Minstens 1 meter overlapping van de bomen bij schuifladders
- ✓ Materiaal: geen metalen ladders gebruiken in de nabijheid van elektrische leidingen
- ✓ Als de totale lengte meer dan 3m bedraagt, gebruik een ladder met steunbalk of uitgebogen bomen

[foto 2](#)

- Controleer de ladder, voornamelijk wat betreft:
 - ✓ Schade aan ladderbomen (barsten, vervorming, oneffenheden)
 - ✓ Schade en bevestiging van sporten (barsten, vervorming, oneffenheden, bouten, spijkers)
 - ✓ Staat van de antislipvoeten
 - ✓ De netheid van de sporten en de ladderbomen
- Gebruik een ladder niet indien ze één van de bovengenoemde gebreken vertoont
- Voer een LMRA uit.

2. Recht zetten:

- Zorg voor een stevige en effen ondergrond
- Vraag hulp bij het rechtzetten van zware ladders. Doe dit bij voorkeur met 2.
- Plaats de ladder onder de juiste hellingshoek (68° - 75°): de verhouding van de laddervoet tot het steunvlak moet ongeveer $1/4^{\text{de}}$ van de ladderlengte te zijn.



- Zorg dat de ladder niet onderuit kan schuiven of zijwaarts kan omvallen:
 - ✓ Beveilig de ladder tegen omvallen (haken, touw, ...), of laat een tweede persoon de ladder vasthouden
 - ✓ Laat de ladder nooit op één sport, één ladderboom of op een breekbaar element (bv raam) steunen

3. Beklimmen, afdalen en werken op de ladder

- Baken de werkzone af wanneer er gevaar is voor aanrijding of omstoten van de ladder. Bv. kegels, ...
- Klim en daal sport per sport met het aangezicht naar de ladder en hou de twee handen vast aan de sporten.
- Klim nooit hoger dan de vierde hoogste sport.
- Maximum hoogte ladder: stahoogte (= positie voeten) mag maximum 3m bedragen.
- Zorg steeds voor drie steunpunten (2 handen en 1 voet OF 1 hand en 2 voeten)
- Draag gereedschap en/of materiaal naar boven in een tas of aan een gordel.
- Breng te zwaar of te groot materiaal op hoogte met een hulpmiddel (bv. heftruck, touw, ...).

VEILIGHEIDSINSTRUCTIEKAART

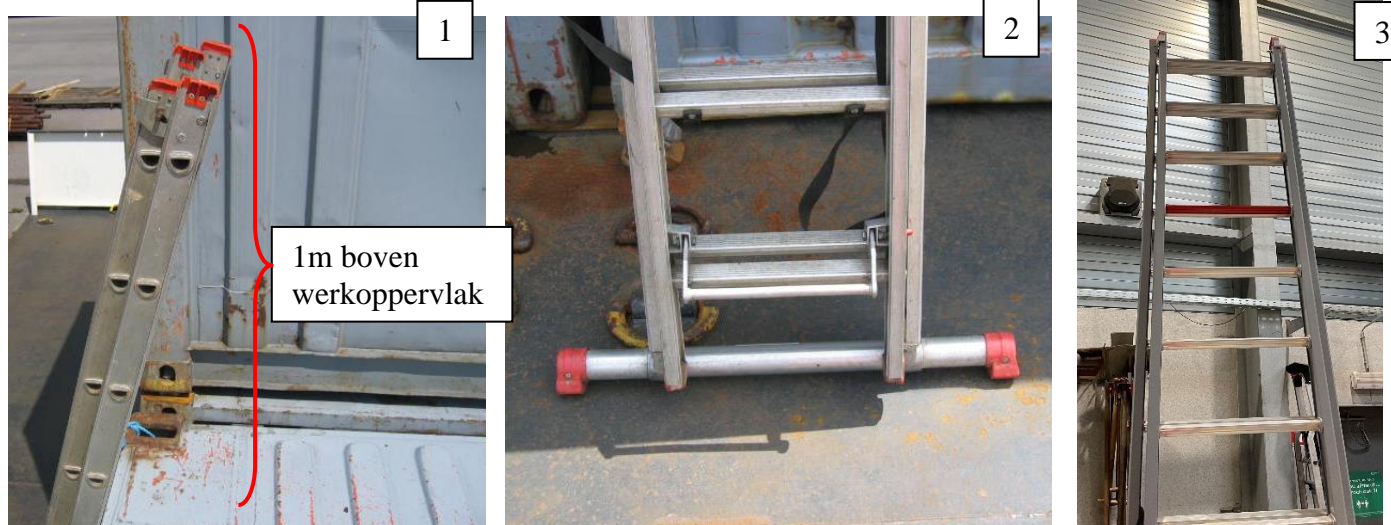
Hoe een ladder gebruiken?

- Een ladder dient om een hoogteverschil te overbruggen.
- Bij werken vanop de ladder:
 - Werk nooit boven 3m stahoogte, deze hoogte is gemarkeerd op de ladder **[foto 3]**
 - Pas steeds de 3-puntsmethode toe: één hand om het werk uit te voeren en de andere om je vast te houden aan de ladder, beide voeten op de ladder.
 - Reik niet verder dan één armlengte buiten de bomen, maar verplaats de ladder.
 - Werk nooit met één voet op de ladder en de andere voet op een steunpunt naast de ladder.
 - Tracht nooit de ladder te verlengen of te verplaatsen terwijl je erop staat.
- Het overstappen van een ladder op platformen, vloeren of loopbruggen en omgekeerd mag geen bijkomende risico's op vallen opleveren, zoals bvb. wegschuiven van ladder, misstappen, evenwichtsverlies. Neem daarom de nodige maatregelen zodat men op een veilige manier de ladder kan betreden en verlaten.

4. Na Gebruik

- Reinig de ladder indien nodig, in het bijzonder bij bevuilding van de sporten door olie, vet, slijk, ...
- Berg de ladder op de voorziene plaats (verticaal of opgehangen)
- Hang niets aan de ladder op wanneer deze opgeborgen is
- Verwijder een ladder die gebreken vertoont

3. FOTO'S



4. RELEVANTE INSTRUCTIEKAARTEN

G-VIK-002: werken met hoogwerker

G-VIK-003: werkbak op heftruck

G-VIK-022: werkbak aan kraan

VEILIGHEIDSINSTRUCTIEKAART

Datum 08/2022

Hoe een ladder gebruiken?

Pagina 4 van 4

5. VERPLICHT TE DRAGEN PBM'S

+ afhankelijk van de risico's van het werk

6. AANDACHTSPUNTEN**ALTIJD !**

- BEPAAL VOORAFGAAND AAN DE WERKZAAMHEDEN OF DE LADDER HET MEEST GESCHIKTE MIDDEL IS OM OP HOOGTE TE WERKEN
- GEBRUIK ENKEL LADDERS DIE IN GOEDE STAAT ZIJN
- ZORG DAT DE LADDER NIET ONDERUIT KAN SCHUIVEN OF ZIJWAARTS KAN OMVALLEN
- PAS STEEDS DE DRIE-PUNTSMETHODE TOE BIJ BEKLIMMEN EN AFDALEN VAN EN WERKEN OP LADDERS
- GEBRUIK BIJ ELEKTRICITEITSWERKEN EEN KUNSTSTOF LADDER

**NOOIT !**

- ZORG DAT DE LADDER NOOIT STEUNT TEGEN EEN BREEKBAAR ELEMENT, BV. RAAM
- PLAATS EEN LADDER NOOIT OP EEN GLADDE ONDERGROND
- ZORG DAT DE LADDER NOOIT STEUNT OP ÉÉN SPORT OF ÉÉN LADDERBOOM
- KLIM NOOIT HOGER DAN DE VIERDE HOOGSTE SPORT
- WERK NOOIT OP EEN LADDER VANOP EEN STAHOOGTE BOVEN 3M
- BETREED DE LADDER NOOIT MET MEER DAN ÉÉN PERSOON TEGELIJKERTIJD
- VERPLAATS DE LADDER NOOIT ALS ER IEMAND OP STAAT
- WERK NOOIT MET ÉÉN VOET OP DE LADDER EN DE ANDERE OP EEN STEUNPUNT NAAST DE LADDER
- BETREED NOOIT EEN NATTE HOUTEN LADDER
- GEBRUIK NOOIT EEN GESCHILDERDE HOUTEN LADDER