

# Fiche 1 (Observatie): Staat van de vloeren

Deze fiche omvat aanbevelingen voor een goed gebruik. Het is aan de gebruiker om de reglementering terzake te raadplegen en zo na te gaan welke de wettelijke verplichtingen zijn.

## 1. Kwaliteit

- De vloerbekleding wordt zo gekozen dat ze, in functie van het verkeer: (voetgangers, belasting, vervoermiddelen, bestelwagen...) voldoende weerstand biedt.
- De vloeren zijn stabiel: geen aarden vloer of vloerbedekking met keien...waarop het stappen moeilijk en gevaarlijk is (verstuikingen)
- De vloeren zijn effen
  - geen kuilen, bulten, beschadigde of losliggende tegels
- Roosters, tegels, deksels of afdekplaten worden bovenop openingen (putten, kuilen...) geplaatst zodanig dat men de voeten niet kan omslaan
  - deze roosters of afdekplaten moeten gekozen worden in functie van het verkeer, opdat ze op termijn niet zouden vervormd worden
- De vloeren hebben een antisliplaag (voldoende ruw)
  - de vloeren zijn noch nat noch glad
  - er zijn geen water- of olieplekken, noch vetplekken aanwezig
  - indien de vloer niet droog kan worden gehouden omwille van de aard van het uitgevoerde werk
    - ✧ wordt er een afvoersysteem voorzien
    - ✧ wordt er een verhoogde werkvloer met roosters of een verhoogd platform geïnstalleerd
- In functie van de aard van de vloer wordt de maximale belasting weergegeven
- De plaatselijke belasting (opgeslagen goederen, machines...) overschrijdt de maximale draagkracht niet

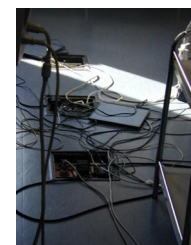
## 2. Onderhoud

- De vloer is makkelijk te onderhouden
- Ze wordt regelmatig gereinigd met niet-toxische producten die geen vuil achterlaten zoals bv. stofdeeltjes...
- Een aangepast absorberend product (zand, zaagmeel ...) wordt voorzien om eventueel gemorste vloeistoffen of olie op te slorpen



## 3. Toegankelijkheid

- De vloer wordt vrijgemaakt van alle mogelijke hindernissen
  - geen achterblijvende buizen, kabels, houtkrullen, scherven, spijkers, vreemde voorwerpen... op de vloer
  - geen onnodige stockage van voorwerpen



## 4. Persoonlijke beschermingsmiddelen

- Alle operatoren hebben aangepast schoeisel (schoenen, laarzen...)
  - aangepast aan het werk
  - met antislipzolen
  - aangepast aan de persoon

## **Fiche 2 (Observatie): Rijwegen**

Deze fiche omvat aanbevelingen voor een goed gebruik. Het is aan de gebruiker om de reglementering terzake te raadplegen en zo na te gaan welke de wettelijke verplichtingen zijn.

### **1. Breedte**

- De rijwegen zijn voldoende breed in functie van het aantal personen en voertuigen

<b>Toegangswegen en werkzones (doorgang, hellingen, trappen) norm NF X 35 – 107</b>	
Doorgang voor voetgangers	> 100 cm
Afstand tussen de machines m.b.t. de toegang tot de werkpost	≥ 80 cm
Breedte voor occasionele toegang	≥ 60 cm
Afstand tussen paletten, containers, stockage of werkposten	≥ 50 cm
Ruimte vóór de werkpost	≥ 100 cm
Ruimte vooraan indien zich aan de achterzijde van de werknemers een rijweg bevindt	≥ 150 cm

- De hoogte van de wegen dat voor de voetgangers is gereserveerd, is van minstens 2m

### **2. Rijwegen voor de vervoermiddelen (transpaletten, vorkheftrucks...)**

- De rijwegen zijn gescheiden van deze van de voetgangers
  - deze wegen worden van elkaar gescheiden door een witte lijn van 15 cm breed
- De wegen liggen op voldoende afstand van werkposten, ingangen, gangen, trappen
  - indien dit niet het geval is, worden er op deze plaatsen leuningens voorzien
- De weg is duidelijk zichtbaar voor voertuigen en voetgangers, in het bijzonder ter hoogte van de kruispunten
  - geen hindernissen op de rijweg
  - geen stockage die het zicht kan belemmeren
  - indien nodig worden er spiegels geïnstalleerd
- De algemene signalisatie bestaat uit
  - snelheids-, voorrangs- en richtingaanwijzingsborden...
  - een aanduiding op de grond voor de doorgangswegen
- De uitgangen zijn duidelijk aangeduid
- De reglementaire pictogrammen duiden alle eventuele hoogteverschillen, drempels, hindernissen ... aan die niet kunnen vermeden worden



## Hulpfiches, Observatie

### 3. Toegang tot de werkpost

- Er worden loopbruggen voorzien om een doorgang boven transportbanden, productielijnen, ... te verzekeren



### 4. Veiligheid

- De rijwegen worden door schermen van minstens 2,5 meter hoogte afgeschermd van gevaarlijke werkzaamheden die in de nabijheid worden uitgevoerd (laswerken, installaties in opbouw...)
- Relingen en leuningens worden voorzien telkens wanneer de rijwegen zich op een hoogte van meer dan 70 cm bevinden t.o.v. hun onmiddellijke omgeving.

### **Fiche 3 (Observatie): Uitgangen, verlichting, nooduitgangen**

Deze fiche omvat aanbevelingen voor een goed gebruik. Het is aan de gebruiker om de reglementering terzake te raadplegen en zo na te gaan welke de wettelijke verplichtingen zijn.

Bijkomende informatie over nooduitgangen is opgenomen in de SOBANE brochure (en de hulpfiches) over brand en explosie op de werkplaats.

#### **1. Nooduitgangen**

- Er zijn voldoende nooduitgangen t.o.v. het aantal te evacueren personen
- De plaats van de uitgangen is gekozen in functie van de plaatselijke risico's en de bezetting van de mensen in de lokalen
- Ze openen zich naar buiten toe
- Ze zijn van binnenuit gemakkelijk te openen, moeiteloos, zonder sleutel en zonder specifieke gebruiksaanwijzing
- Ze worden voortdurend vrijgehouden

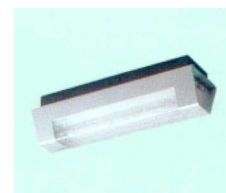


#### **2. Deuren**

- De deuren openen zich normaal
  - geen schuifdeuren, draaideuren of luiken
- Deuren die zich in beide richtingen openen zijn doorzichtig
  - deze worden op hoofdhoogte gekenmerkt door een zelfklever of een andere wijze van signalisatie
- Deuren en ramen die toegankelijk zijn, bestaan uit veiligheidsglas

#### **3. Veiligheidsverlichting**

- Noodverlichting
  - de noodverlichting moet
    - niet enkel de nooduitgangen aanduiden
    - maar eveneens de evacuatie van personen of een ontruiming vergemakkelijken door gangen, trappen te verlichten en de te volgen richting aan te wijzen
  - De noodverlichting wordt gevoed door autonome bronnen om in het geval van een defect van de elektrische installatie te kunnen functioneren. Deze autonome voeding treedt automatisch in werking 5 tot 10 seconden na de stroomonderbreking van de normale voeding. Deze autonome voeding kan gebeuren d.m.v.:
    - een centrale accumulatorenbank die continu op spanning wordt gehouden
    - een elektrogeengroep aangedreven door een thermische motor met alternator
    - een individuele batterij die continu op spanning wordt gehouden en in een armatuur geplaatst is om een autonome verlichtingseenheid te voeden, zodat die gedurende 60 minuten autonoom kan functioneren
  - de noodverlichting wordt op regelmatige tijdstippen nagekeken d.m.v. volgende 3 tests :
    - het testen van de autonome verlichtingseenheden, minstens 1 maal per jaar
    - test van de generatoren
    - test van de batterijen



## **Hulpfiches, Observatie**

- zij slaat aan van zodra men de gewone verlichting uitzet, of kan gelijktijdig functioneren met de gewone verlichting.
- zij garandeert een verlichting van minimum 5 lux ter hoogte van de doorgangswegen.
- zij verlicht de pictogrammen die de uitgangen aanduiden
- Verlichting m.b.t. werkveiligheid
  - een goede verlichting van de werkpost is belangrijk voor de veiligheid : geen verblinding, geen verschijnselen van stroboscopie, het zien van gevaarlijke onderdelen, contrasten, veiligheidskleuren...
  - om de problemen i.v.m. verlichting te controleren of op te lossen, dient men gebruik te maken van de **Observatiemethode** die ontwikkeld werd om de risico's verbonden aan verlichting te voorkomen.

### Fiche 4 (Observatie): Arbeidsplaatsen

Deze fiche omvat aanbevelingen voor een goed gebruik. Het is aan de gebruiker om de reglementering terzake te raadplegen en zo na te gaan welke de wettelijke verplichtingen zijn.

#### 1. Afmetingen

- De arbeidsplaatsen zijn minstens 3m hoog (2,5 m in de kantoren)
- Elke persoon beschikt over tenminste 2 m<sup>2</sup> vrije vloeroppervlakte
  - de wettelijk vastgelegde minimumoppervlakte volstaat niet voor bureelwerk. Zij draagt bij tot het te kort bij elkaar staan van de werkposten zodat er psychosociale problemen kunnen ontstaan (te dicht op elkaar zitten, stress...)
- De vrije ruimte per persoon bedraagt tenminste 10 m<sup>3</sup>
- De operatoren beschikken over voldoende bewegingsruimte om handelingen tijdens het werk te kunnen uitvoeren zonder zich te stoten aan machines, voorwerpen of hindernissen

#### 2. Veiligheid

- De afstand tussen de machines bedraagt minstens 80 cm
- Bescherming tegen vallen van voorwerpen, spatten, wegspringende deeltjes
- Geen enkel voorwerp of onderdeel mag een blessure of een val veroorzaken: spijkers, scherven, scherpe kanten, uitstekende voorwerpen
- Dakopeningen worden beschermd tegen vallende voorwerpen
- De toegang tot gevaarlijke zones wordt afgebakend door technische middelen (slagbomen, hekken...). Aanwijzingen tot het betreden van deze zone zijn noodzakelijk.



#### 3. Orde

- Geen enkel nutteloos voorwerp of materiaal in de werkzone
- Er zijn voldoende opberg ruimten en ze zijn goed geplaatst
- Het nodige materiaal, de werktuigen ... zijn goed opgeborgen en steeds beschikbaar



## Hulpfiches, Observatie

### 4. Netheid

- Er zijn voldoende vuilnisbakken, ze zijn goed geplaatst en aangepast aan het te verwijderen afval
- Gesloten containers worden voorzien voor gevaarlijke of ontvlambare materialen (verf, solventen, oliën...)



### 5. Onderhoud

- De arbeidsplaatsen zijn net en niet bevuild
  - de onderhoudstechnieken zijn aangepast en laten geen resten van gebruikte producten achter
  - de onderhoudsproducten zijn noch toxisch of allergisch
  - afwezigheid van ongedierte (ratten, insecten...)
- De stofdeeltjes worden verwijderd zonder dat ze zich verspreiden
- Het eventuele wegvloeien van vloeistoffen, vetten, afval... wordt onmiddellijk gestopt d.m.v. absorberende producten zoals zand of zaagmeel
- De uitrusting, inbegrepen deze in de hoogte (balken...), wordt gereinigd om stofophoping te voorkomen
- De reiniging gebeurt voldoende frequent
- De zones worden (verbod van toegang) bij het schoonmaken beschermd
- Het gebruik van lucht voor het schoonmaken is verboden (spreiding van het stof, geluid van de persluchtpistool...)



## Fiche 5 (Observatie): Trappen

Deze fiche omvat aanbevelingen voor een goed gebruik. Het is aan de gebruiker om de reglementering terzake te raadplegen en zo na te gaan welke de wettelijke verplichtingen zijn.

### 1. Ontwerp

- De afmetingen zijn reglementair
  - breedte in functie van het aantal te evacueren personen
    - ✦ 1,25 cm per persoon voor trappen die naar de uitgangen dalen
    - ✦ 2 cm per persoon voor trappen die naar de uitgangen stijgen
    - ✦ 1 cm per persoon voor de evacuatiewegen, deuren, vlucht-terrassen en hellende toegangen
 deze breedte is minimaal 80 cm
  - doorgangshoogte groter dan 200 cm
  - hoogte van de treden: 17 cm
  - diepte van de treden: 25 cm
  - helling: 20 tot 40°
  - treden voorzien van een antisliplaag, meestal ter hoogte van de neus van de trede
- Indien de trap meer dan 4 treden heeft, worden in de volgende gevallen trapeuningingen voorzien:



Breedte	Aantal open zijden	Type van leuning
< 1m	0	Minstens 1 leuning aan de rechterzijde in de richting van het afdalen
< 1m	1	Minstens 1 leuning aan de zijkant
< 1m	2	2 leuningingen, 1 aan elke zijde
> 1m maar < 2m	0, 1 of 2	2 leuningingen, 1 aan elke zijde
> 2m	0, 1 of 2	3 leuningingen, 1 aan elke zijde en 1 in het midden

- De trapeuningingen bestaan uit
  - een leuning
    - ✦ die zich bevindt op 75 tot 85 cm van de grond (hoogste deel van de trapeuning)
    - ✦ met een zacht oppervlak, onderaan en aan de zijkanten vrij
    - ✦ met een ruimte van minstens 7 cm tussen de trapeuning en de achterliggende oppervlakken: wand, ...
    - ✦ in goede staat
    - ✦ voldoende sterk
  - een plint
  - een overloop
- Een overloop van minstens 75 x 55 cm wordt voorzien voor elk hoogteverschil van 3,6 m



## **Hulpfiches, Observatie**

- De trappen sluiten goed aan op de rijwegen
  - het voet- en hoofdeinde van de trappen bevinden zich op minstens 1 m van de rijwegen
    - ✧ indien dit niet het geval is worden leuningen voorzien om botsingen te voorkomen
  - een platform wordt voorzien tussen de toegangsdeur en de trap
- De maximale belasting is minstens 5 maal hoger dan de te verwachten belasting en bedraagt minstens 500 kg

## **2. Gebruik**

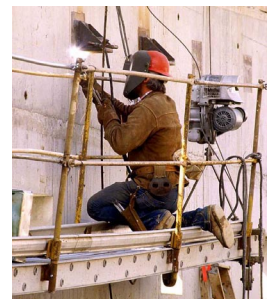
- Er bevindt zich geen enkel voorwerp op de trappen
- De werknemers houden zich vast bij het beklimmen en zeker bij het afdalen van de trap

## **Fiche 6 (Observatie): Val van personen of voorwerpen**

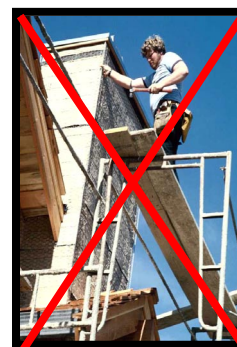
Deze fiche omvat aanbevelingen voor een goed gebruik. Het is aan de gebruiker om de reglementering terzake te raadplegen en zo na te gaan welke de wettelijke verplichtingen zijn.

### **1. Werkplatformen hoogte**

- De werkplatformen hebben grote afmetingen en zijn uitgerust met een leuning
- Ze zijn uitgerust met een reling wanneer de werkhoogte meer dan 2m bedraagt
- Werknemers die blootgesteld zijn aan een val van een hoogte van meer dan 2 meter moeten veiligheidsgordels of harnassen gebruiken
  - indien de valhoogte niet tot minder dan 1 m beperkt kan worden, moet de werknemer een veiligheidsharnas dragen
  - de verbinding tussen het bevestigingselement van de gordel of het harnas en het verankeringspunt of het bevestigingssysteem moet zodanig zijn dat de valhoogte van de werknemer zo klein mogelijk is
  - het verankeringspunt of het bevestigingssysteem dat vastgehecht is aan één of meerdere verankeringspunten, moet voldoende stevig en stabiel zijn



- De maximale belasting wordt aangeduid
- De werkplatformen zijn stabiel: ze slingeren niet wanneer men ze belast of ontlast of wanneer men erop loopt
- Er is voldoende ruimte in de hoogte voorzien zodat er geen risico bestaat op verwondingen aan het hoofd
- Een vaste toegangstrap wordt voorzien indien de toegangen regelmatig worden gebruikt
  - de breedte van deze trap bedraagt minstens 55 cm
  - met een helling tussen 30 en 50°
- De werkplatformen zijn voorzien van tenminste 1 nooduitgang
- De leuningingen zijn
  - stevig
  - tussen 1 m en 1,20 m hoog
  - met een plint tegen de vloer van 15 cm hoog
  - met een dwarse reling halverwege op 40 tot 50 cm



- De toegang wordt beperkt tot het personeel dat opgeleid werd om dit werk uit te voeren

## Hulpfiches, Observatie

### 2. Oeningen in de vloer

- Ze worden bij voorkeur overdekt door een voldoende duurzaam en sterk systeem dat het gewicht van een persoon kan dragen
- Indien dit onmogelijk is, worden ze over hun ganse lengte uitgerust met een stevige leuning van 1 m hoog, met een plint van 15 cm hoog en een dwarse reling op 50 cm



### 3. Opberging

- Alle voorwerpen worden zo geordend en opgeborgen dat ze niet naast het platform kunnen vallen



### 4. Verticale verplaatsing

- De uitrusting van de hefwerktuigen (met zijn toebehoren) draagt een CE-keurmerk, wordt regelmatig (jaarlijk) gecontroleerd door een erkend organisme en wordt goed onderhouden
- De uitrusting is aangepast aan het uit te voeren werk
- De maximale belasting wordt duidelijk aangeduid
- De signalisatie door verlichting en pictogrammen is doeltreffend
- Het werk wordt zo georganiseerd dat het onmogelijk is
  - dat een persoon onder de last kan lopen
  - een last boven personen te verplaatsen
- Het verplicht dragen van de helm wordt gerespecteerd

## Fiche 7 (Observatie): Gebruik van ladders

Deze fiche omvat aanbevelingen voor een goed gebruik. Het is aan de gebruiker om de reglementering terzake te raadplegen en zo na te gaan welke de wettelijke verplichtingen zijn.

### 1. Voor het gebruik

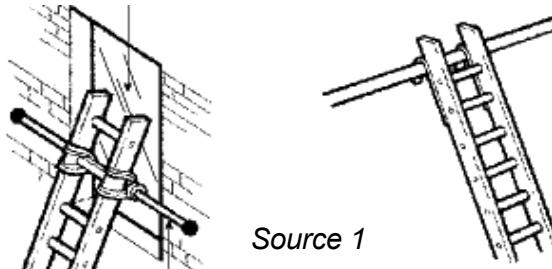
- Gebruik ladders enkel voor occasionele werken en werken van korte duur
- Ga na of het gebruik van een ladder de meest aangewezen manier is om het werk uit te voeren (stellingen, gondels ...).
  - gebruik een ladder nooit als horizontale structuur (platform) noch verticaal als stelling of als loopbrug
- Kies een aangepaste ladder in functie van de uit te voeren taak
  - de lengte
    - ✦ de ladder moet minstens 1 meter boven de werkplek of het toegangsniveau uitsteken
    - ✦ maak nooit te korte ladders zelf aan elkaar vast (onvoldoende weerstand)
    - ✦ plaats nooit een te korte ladder op kisten, stoelen, vaten ...
  - de stevigheid, indien krachtinspanningen of belastingen tijdens het uitvoeren van het werk kunnen vóórkomen
    - ✦ onderverdeling van de ladders volgens het gewicht dat kan gedragen worden
  - het materiaal
    - ✦ gebruik geen metalen ladders in de nabijheid van elektrische leidingen
  - de veiligheid: breedte, voet met antislipzool, propere en niet gladde sporten



- Controleer de ladder, voornamelijk voor wat betreft
  - ongeschondenheid van de ladderbomen (barsten, vervorming, oneffenheden)
  - ongeschondenheid en bevestiging van de sporten (idem + bouten, spijkers)
  - staat van de voeten in antislipmateriaal
  - de aanwezigheid en de staat van de bevestigingshaken in het bovenste deel
  - de netheid van de sporten en ladderbomen: afwezigheid van olie, vet, aarde, slijk...
- Gebruik geen geverfde ladder

## Hulpfiches, Observatie

- Zet de ladder bovenaan stabiel zodat ze in alle veiligheid tegen de structuur kan steunen.
  - gebruik haken als de structuur het vasthaken toelaat
  - bevestig een dwarslat bovenaan de ladder zodat de krachten beter verdeeld worden over het draagvlak, of als de top van de ladder niet mag steunen op een breekbaar element (raam)
  - het steunpunt wordt gedragen door beide ladderbomen, nooit de ladders op één sport of één ladderboom laten steunen (draaien van de ladder)



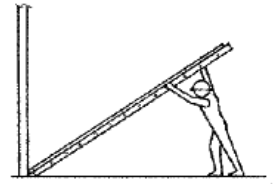
Source 1

## 2. Rechtzetten van de ladder

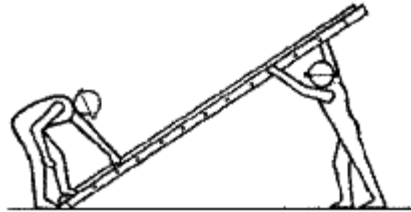
- Hanteer de ladder met de nodige voorzichtigheid, in horizontale stand, met 2 personen indien nodig
- Kies de plaats waar men de ladder gaat rechtzetten
  - indien de plaats niet opgelegd wordt:
    - ✦ kies een stevige en onbeweeglijke ondergrond, slipvrij en horizontaal
    - ✦ ver van deuren of rijwegen
    - ✦ voorzie voldoende vrije ruimte aan de voet van de ladder (orde, geen planken met spijkers...)
    - ✦ vermijden om de ladder te plaatsen in de nabijheid van een schacht, geul of werkkuil
    - ✦ wanneer de ladder wordt rechtgezet op een doorgang, op een publieke weg... voorzie dan aangepaste maatregelen voor wat betreft omheining, markering, signalisatieborden of sluiting van de doorgangsdeur...
    - ✦ voorzie in bepaalde omstandigheden de aanwezigheid van een 2de persoon om de voet van de ladder vast te houden (gevaarlijke werkzaamheden)
  - indien de plaats opgelegd wordt:
    - ✦ wanneer de ondergrond niet stevig, onstabiel of glad is, stabiliseer de grond door een horizontaal paneel in de vloer vast te maken
    - ✦ blokkeren of vergrendelen van ramen en deuren in openstaande of gesloten positie tegenover de ladder
    - ✦ installeer beschermingswanden die verhinderen dat een persoon of een voertuig tegen de ladder botst
  - bepaal de afstand tot de muur (of in verticale tot het steunpunt) zodat de hoek 75° bedraagt, dit is ongeveer 1/4 van de hoogte ten opzichte van het steunpunt
    - ✦ gemakkelijke test: wanneer de persoon rechtstaat aan de voet van de ladder, moet deze met de elleboog een sport van de ladder raken wanneer hij de arm opheft op schouderhoogte
- Maak de zone in de onmiddellijke omgeving van de voet van de ladder proper en indien mogelijk, ook in de omgeving van het steunpunt
- Blokkeer de voet van de ladder om te voorkomen dat de ladder in eender welke richting kan bewegen

## Hulpfiches, Observatie

- Zet de ladder recht (niet opengeplooid als ze uitschuifbaar is)
  - vertrekkend van de horizontale stand
  - door de voet te blokkeren
  - en door het andere uiteinde sport per sport op te tillen tot verticale stand
    - ✦ zet geen uitschuifbare ladder recht in opengeplooid stand

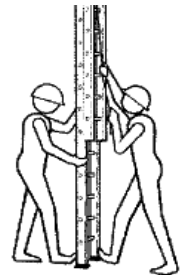


Source 1



Source 1

- in geval van rechtzetten door 2 personen (ladder van meer dan 25 kg):
  - ✦ de eerste persoon staat schuin tegenover de onderste sport van de ladder, hij plaatst de 2 benen zo dicht mogelijk bij de ladderbomen en grijpt, met gestrekte armen, de 3de of 4de sport vast
  - ✦ de tweede persoon tilt het hoogste uiteinde op, op dezelfde wijze zoals beschreven wanneer de ladder door 1 persoon wordt rechtgezet



Source 1

- Zet de ladder neer (niet opengeplooid indien uitschuifbaar) tot hij draagt op het steunpunt bovenaan
- Indien noodzakelijk en indien de gebruikte ladder uitschuifbaar is
  - plooi haar open vanaf de grond, niet vanaf de bovenkant of van op de ladder
  - plooi haar open met de uitschuifbare zijde naar voor
- Indien mogelijk maak de steunpunten vast aan de structuur en stabiliseer de voeten van de ladders
  - de ladders met meer dan 25 sporten dienen bovenaan vastgemaakt te worden
- Indien de ladder niet steunt tegen een verticaal oppervlak, maar op een dwarslat of een smal vlak, steekt de ladder minstens 1 m boven het steunpunt uit
- De ladder steekt 1 meter boven het steunpunt uit indien de werknemer toegang heeft tot een hogeropgelegen platform, het dak moet beklimmen...

### 3. Beklimmen, afdalen en werken op de ladder

- Respecteer de maximaal toegelaten belasting
- Laat een persoon de voet van de ladder tegenhouden indien
  - ✦ het draagvlak van de ladder niet betrouwbaar is
  - ✦ en de hoogte minder dan 5 m bedraagt
  - deze persoon moet
    - ✦ tegenover de ladder staan
    - ✦ een voet op de onderste sport plaatsen
    - ✦ een sport met 2 handen vasthouden op manshoogte
- Maak de schoenen proper, geen vet, aarde, slijk ... dit om de sporten niet te bevuilden en om het risico op vallen of uitglijden te beperken
- Draag schoeisel van een goede kwaliteit, voorzien van antislipzolen die een goede verdeling van het gewicht over de ganse oppervlakte van de zool waarborgen

## Hulpfiches, Observatie

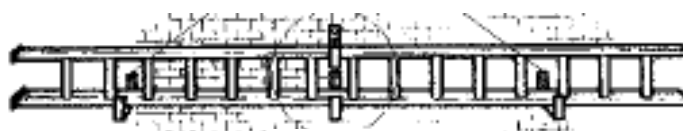
- Beklim en daal sport per sport af, met het gezicht naar de ladder, en hou de 2 handen bij voorkeur vast aan de sporten, eerder dan aan de ladderbomen
- Ga nooit hoger dan de 4de laatste sport teneinde voldoende steun te behouden tijdens de werkzaamheden
- Beklimmen en afdalen zonder voorwerpen in de handen
  - ✦ draag werktuigen en licht en weinig hinderend materiaal aan een aangepaste gordel
  - ✦ gebruik een goederenlift voor zwaardere lasten
- Beklim een ladder nooit met 2 personen
- Werk steeds met het gezicht naar de ladder
  - door zich steeds met 1 hand vast te houden
  - door het zwaartepunt van het lichaam steeds tussen de ladderbomen te houden
  - zonder zijdelingse bewegingen
    - ✦ verplaatsen van de ladder indien nodig
- Beklim en werk nooit op de 3 laatste sporten van de ladder
- Gebruik een gordel of een veiligheidsharnas indien het werk wordt uitgevoerd op meer dan 2 m hoogte of indien er met beide handen moet worden gewerkt
  - indien de valhoogte niet tot minder dan 1 m beperkt kan worden, moet de werknemer een veiligheidsharnas dragen
- Werk nooit met één voet op de ladder en de andere voet op een steunpunt naast de ladder
- Laat nooit toe dat een persoon onder de ladder doorgaat en zeker niet onder een ladder werkt (val van voorwerpen)
- Om af te dalen, nooit afglijden langs de ladderbomen



Source 1

### 4. Na gebruik

- Reinig de ladder en in het bijzonder de sporten van oliën, vet, slijk,...
- Berg de ladder op
  - in een daartoe voorziene plaats
  - in verticale positie om doorbuigen of vervormen te vermijden
  - of opgehangen aan stevige haken zodat het vallen vermeden wordt
- Hang niets aan de ladder op wanneer deze opgeborgen is
- Verwijder een ladder die gebreken vertoont:
  - etikettering "buiten gebruik"
  - ze opslaan afgezonderd van de bruikbare ladders, in een gesloten lokaal
  - ze laten reinigen indien nodig
  - ze laten herstellen door de fabrikant of door bevoegd personeel
  - ze vernietigen zo mogelijk onmiddellijk



Source 1