

# Toelichting Toolbox Ladders en trappen:

## Toolbox Ladders en trappen

Duur: 15 minuten

### Wat heb je nodig?

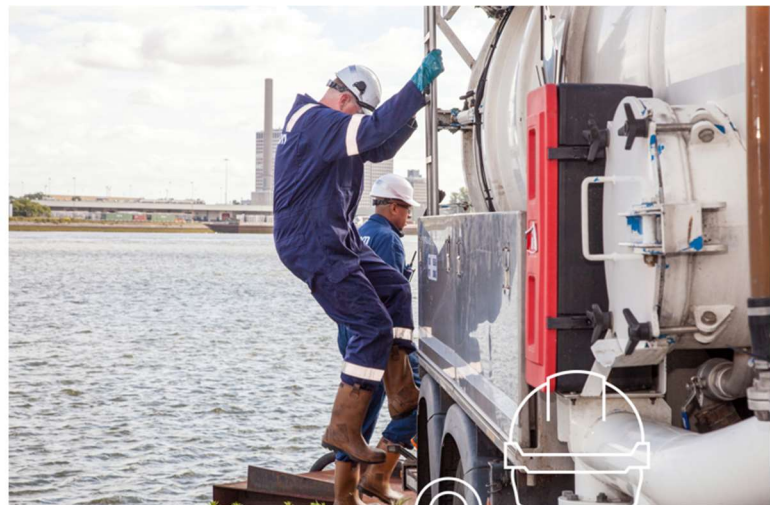
- Powerpointpresentatie, beamer en scherm
- Flip-over of papier om te noteren
- Presentielijst
- Liefst een ladder en een trap om de voorschriften te demonstreren

### Over deze toelichting

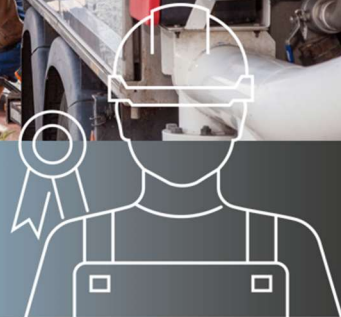
- Bij iedere sheet is de informatie die kan worden verteld aan de groep kort beschreven.
- Soms staat er nog wat extra informatie bij geschreven in de oranje vakken). Dit is niet nodig om te vertellen aan de groep, maar handig als aanwijzing of achtergrondinfo voor de toolboxdocent.
- Wanneer dit teken is opgenomen op de sheet is er een moment voor interactie met de groep.
- Probeer door middel van voorbeelden uit de eigen werksituatie (door de toolboxdocent zelf te verzamelen) de toolbox voor te bereiden.



## SHEET 1



## Toolbox Ladders en trappen



Welkom bij de Toolbox **Ladders en trappen**. Deze toolbox gaat over het **voorkomen van valgevaar bij gebruik van ladders en trappen**. De toolbox bevat diverse praktische tips.

De toolbox is algemeen. Gebruik waar mogelijk in deze toolbox enkele voorschriften en voorbeelden of gegevens over ongevallen met ladders en trappen in je eigen bedrijf, om de presentatie praktischer en herkenbaarder te maken voor de medewerkers.

## SHEET 2



## Quiz trappen en ladders

- Onder welke hoek zet je de ladder neer?



50°



75°



85°

Quiz! Wat weet jij over het veilig werken met ladders en trappen? De juiste antwoorden zijn

Vraag 1: 75°. Bij een kleinere hoek loop je een groter risico om achterover te vallen, bij een grotere hoek kan de ladder wegglijden.

## SHEET 3



## Quiz trappen en ladders

- Op welke afstand mag je nog werken als je op de trap staat?



Binnen handbereik



Je mag de arm een beetje uitstrekken



Als je er bij kunt mag het

Quiz! Wat weet jij over het veilig werken met ladders en trappen? De juiste antwoorden zijn

Vraag 2: Binnen handbereik. Als je verder rijkt loop je een risico van de ladder te vallen.

## SHEET 4



## Wanneer trap of ladder gebruiken?



Niet:

Ladder of trap is niet bedoeld als werkplek.



Alleen toegestaan:

Als steiger, rolsteiger en hoogwerker niet mogelijk zijn voor kortdurende werkzaamheden.



Wat zijn in ons werk klussen waarvoor je een trap of ladder moet gebruiken?

Benadruk dat ladders **niet bedoeld zijn als werkplek**. Dat is wettelijk ook niet toegestaan. Ze zijn alleen in te zetten **als het gebruik van steigers, rolsteigers en hoogwerkers niet mogelijk is** én dan alleen voor **kortdurende klussen**.

Let op! Soms is het nodig om (samen met een opdrachtgever) een aanvullende taakrisicoanalyse (TRA) uit te voeren voordat je mag werken met een trap/ladder. Zorg altijd dat is gecontroleerd voordat de werkzaamheden worden uitgevoerd.

### Interactie



Wat zijn in ons werk klussen waarvoor je trap of ladder **moet** gebruiken?

Breng de ervaringen van medewerkers in kaart. Probeer geïnteresseerd te zijn in de antwoorden van de medewerkers. Vraag door. Dan kan je echt in gesprek komen. Noteer eventueel opmerkingen waar je nog iets mee moet.

## SHEET 5



## Wanneer ladder gebruiken? (2)

Alleen bij de juiste omstandigheden:

- Tot 5 meter hoogte
- Buiten: niet bij sterke wind  
(alleen bij minder dan windkracht 6)



Gaat het in de praktijk zoals hierboven is aangegeven?

Hier zie je **twee extra voorwaarden** met name gericht op het **gebruik van ladders**.

Ga vóór de toolbox na wat de afspraken over het gebruik van ladders in jouw eigen bedrijf zijn. Vul zo nodig deze dia aan met afspraken uit jouw eigen bedrijf en/of de opdrachtgever(s) waarvoor werkzaamheden worden uitgevoerd

## Interactie



Gaat het in de praktijk zoals hierboven is aangegeven?

Nodig medewerkers uit om te vertellen over de toepassing van ladders in de praktijk. Ben niet bestraffend als er zaken naar boven komen die niet goed gaan, maar probeer samen toe te werken naar verbeterpunten.

## SHEET 6



## Risico's van trap of ladder

Valgevaar, met als mogelijk gevolg:

- Ernstige verwondingen
- Soms: blijvend invalide of overlijden

Laten vallen van gereedschappen:

- Persoonlijk letsel
- Schade aan bv een procesinstallatie



Zijn er in ons werk wel eens (bijna)ongevallen met ladder of trap?

Hier zie je dat **valgevaar van ladders of trappen** tot ernstig letsel kan leiden.

(Achtergrondinformatie: Jaarlijks worden er bij de Nederlandse Arbeidsinspectie zo'n **160 meldingen** gedaan van ernstige ongevallen na een val van ladder of trap. Bijna 90% van alle slachtoffers moet worden **opgenomen in het ziekenhuis**. 13% houdt aan de val **permanent letsel** over.)

### Interactie



Zijn er in ons werk wel eens (bijna)ongevallen met ladder of trap?

Vraag naar ervaringen van de medewerkers. Dat kan duidelijk maken dat het hier om een serieus risico gaat. Deel zo nodig voorbeelden of cijfers van ongevallen met ladders en trappen van jouw eigen bedrijf. Of benoem de landelijke cijfers die hierboven staan.

## SHEET 7



## Ladder veilig plaatsen



- ✓ Zet een ladder altijd onder een hoek van ongeveer 75°. Het stavlak van de sporten is dan horizontaal.
- ✓ 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.

Deze sheet geeft **praktische voorschriften** over het goed neerzetten van een ladder. (Op de volgende sheets volgen nog meer voorschriften voor het gebruik van een ladder, Sheet 9 gaat in op het gebruik van losse trappen)

Demonstreer zo mogelijk de drie voorschriften met behulp van een ladder.

De eerste afspraak kun je ook als volgt uitleggen: "Plaats je tenen aan de onderkant van de ladder en pak de ladder met gestrekte armen vast. [Op de pagina van de toolbox](#) zie je daar een kort filmpje over. Bekijk dat vooraf, zodat je dit punt goed kunt uitleggen en laten zien hoe het werkt.

## SHEET 8



## Voorkom wegglijden van de ladder



- ✓ Kijk of de laddervoet nog in goede staat is.
- ✓ Zorg dat een ladder niet weg kan glijden. (Bijvoorbeeld boven: vastzetten, onder: laddermat)
- ✓ Reik op de ladder niet verder dan 1 armlengte opzij. Verplaats zonnodig de ladder



Hoe worden deze punten in de praktijk toegepast?



**Weggliden van de ladder** is een belangrijk risico. Daarom zijn deze drie afspraken van belang.

Hou hier wel rekening dat mogelijk het gebruik van touw om een ladder boven vast te zetten niet overal in de industrie toegestaan is.

### Interactie



Hoe worden deze punten in de praktijk toegepast?

Vul deze dia zo nodig aan met voorschriften van je eigen bedrijf.

Nodig medewerkers uit om te vertellen over de toepassing in de praktijk. Als er zaken naar boven komen die niet goed gaan, probeer dan samen toe te werken naar verbeterpunten.

## SHEET 9



### Beklimmen van een ladder

- Beklimmen en afdalen met het gezicht naar de ladder.
- Houd met je handen de sporten vast en niet de ladderbomen.
- Houd bij voorkeur twee handen vrij om een ladder te beklimmen (gebruik zo nodig een rugzak of gereedschapstas met schouderband).



Deze sheet bevat **drie praktische tips**.

- ✓ Tweede tip: *Houd met je handen de sporten vast en niet de ladderbomen*  
Geef daarbij de volgende uitleg: Als je tijdens het klimmen uitglijdt met je voeten, en je hebt je handen aan de sporten, dan kun je jezelf veel beter opvangen
- ✓ Laat zo mogelijk bij de laatste tip voorbeelden zien van de hulpmiddelen die in jouw bedrijf beschikbaar zijn.

## SHEET 10



## Controle van de ladder

- Controleer een ladder voor het gebruik op gebreken.
  - Gebruik alleen een ladder als er een geldige keuringssticker op zit.
  - Gebruik alleen degelijk materiaal.
- 
- Houd de ladder schoon en goed begaanbaar.



Dit betreft vier punten die bij de medewerkers zelf liggen:

- ✓ 3x bij het beoordelen van een ladder vóór gebruik. (Overigens kan in plaats van keuringsstickers ook op een andere manier aantoonbaar worden gemaakt wanneer een ladder weer gekeurd moet worden. Deze keuring kan intern of extern plaatsvinden)
- ✓ 1x tijdens het gebruik zelf.

Geef aan wat van een medewerker verwacht wordt als tijdens de controle voor gebruik één of meer gebreken naar voren komen.

Het vierde punt gaat er om dat *tijdens* het gebruik de medewerker steeds in de gaten houdt dat er geen materiaal of gereedschap op of onder de ladder ligt.

## SHEET 11



## Veilig werken op een losse trap

- ✓ Controleer vooraf of het bordes volledig is uitgeklast en geborgd.
- ✓ De maximale stahoogte is het bordes.
- ✓ Sta nooit op de beugel van een trap.
- ✓ Gebruik de beugel als knie- of handsteun.
- ✓ Reik niet meer dan 1 armlengte uit, verplaats zonnig de trap.



Worden deze punten bij ons in de praktijk goed toegepast?



Deze sheet met 5 voorschriften gaat over werken op een trap.

### Interactie



Worden deze punten bij ons in de praktijk goed toegepast?

Vul de sheet zo nodig aan met voorschriften van jouw eigen bedrijf. Demonstreer de 5 punten met een trap die in het werk wordt gebruikt.

Ga bij de deelnemers na hoe deze punten in de praktijk worden toegepast. En kom waar nodig samen tot verbeterpunten.

## SHEET 12



### Ladders en trappen: Tips voor de praktijk

- ✓ Bedenk dat vallen van een trap of ladder tot ernstig letsel kan leiden
- ✓ Gebruik alleen ladders en trappen als het niet anders kan, én alleen kortdurend
- ✓ Zet een ladder altijd onder een hoek van ongeveer 75°
- ✓ Voorkom het wegglijden van de ladder
- ✓ Gebruik alleen een ladder of losse trap als er een geldige keuringssticker op zit
- ✓ Controleer de ladder of trap voor het gebruik



Deze tips om de toolbox af te ronden staan ook op een flyer die je kunt uitdelen.

Neem de tips samen door en vraag of ze duidelijk zijn.

**SHEET 11**



**Zijn er nog vragen?**



Beantwoord waar mogelijk zelf de vragen. Geef waar nodig aan dat je een vraag nog uitzoekt en er spoedig op terugkomt. Neem eventueel contact op met de arbodeskundigen van jouw bedrijf om het goede antwoord te vinden.

**SHEET 12**

Rond de toolbox af en dank de medewerkers voor hun aandacht.