

# Het gebruik van een ladder in de afbouw, wat zijn de regels?

## Mag je op een ladder werken?

De stahoogte op de ladder is bij voorkeur maximaal 5 meter, en in bepaalde gevallen een uiterste grens van 7,50 meter. Voor de stahoogte wordt gekeken naar waar je op de ladder staat. Dus: hoe hoog staan jouw voeten? Voor het bepalen van de werkhogte (de hoogte van de hand) moet daar circa 2 meter bij opgeteld worden. De genoemde maximale stahoogte van 7,50 meter betekent dus een werkhogte van circa 9,50 meter. In de factsheet [Ladders en trappen](#) van kennis- en adviescentrum Vollandis wordt een en ander uitgelegd.

## **Arbowet: ladder is geen werkplek!**

In deze wet is het uitgangspunt dat de ladder als arbeidsmiddel niet is toegestaan om te gebruiken als een werkplek, als er een ander en veiliger middel kan worden gebruikt. Denk daarbij aan bijvoorbeeld een hoogwerker of een steiger. Ladders zijn vooral bedoeld om op de werkplek te komen, niet om als werkplek te gebruiken.

Wanneer kan een ladder toch wel zijn toegestaan?

In enkele uitzonderlijke gevallen is het gebruik van een ladder als werkplek wél toegestaan:

- Het gebruik van een ladder mag als bijvoorbeeld de werkplek niet kan worden bereikt met een hoogwerker of omdat er te weinig ruimte is voor een rolsteiger. Het gaat erom dat de situatie niet veranderd kan worden. Ligt er iets in de weg dat kan worden verplaatst dan geldt de uitzondering niet.
- Het gebruik van een ladder is ook toegestaan als het gebruik van een ander arbeidsmiddel andere veiligheidsrisico's met zich meebrengt. Denk aan gevaarlijke verkeerssituaties als een hoogwerker op de rijweg moet staan.



**Lagere kosten** van een ladder ten opzichte van een ander arbeidsmiddel zijn **geen argument** voor het gebruik van een ladder. Heel soms, bijvoorbeeld wanneer er sprake is van een korte gebruiksduur en een gering veiligheidsrisico, kan hierop een uitzondering worden gemaakt.

## **Instructies, voorlichting en toezicht door de werkgever**

In de uitzonderlijke gevallen waarin het wél is toegestaan om de ladder als werkplek te gebruiken, moet een werkgever er altijd voor zorgen dat zijn werknemers veilig en gezond op de ladder kunnen werken. Het is daarom belangrijk dat de werkgever zijn werknemers goede instructies en voorlichting geeft over hoe om te gaan met een ladder. Ook moet de werkgever erop toezien dat de werknemers zijn instructies uitvoeren.

## Regels voor werken op een ladder: de cijfers

### **Hoogte van de ladder**

- Lager dan 5 meter is gebruik van een ladder toegestaan.
- Tussen de 5 en 7,5 meter: overleg tussen werkgever en werknemer noodzakelijk.
- Hoger dan 7,5 meter: gebruik van een ladder is niet toegestaan.

### **Hoe lang duurt de klus op de ladder**

- Klussen duren korter dan 2 uren: ladder is toegestaan.
- Klussen duren tussen 2 en 4 uren: overleg tussen werkgever en werknemer noodzakelijk.
- Klussen duren langer dan 4 uren: ladder is niet toegestaan.

## Reikwijdte op de ladder

- 1 armlengte: ladder mag gebruikt.
- Meer dan 1 armlengte: ladder mag niet gebruikt.

Ook de **kracht** die de werknemer moet gebruiken om de klus uit te voeren is van belang en de windkracht die op het moment staat.

## Alle regels op een rijtje (bron: Factsheet Ladders en trappen, Vollandis):

Bepaling gebruik ladder		
Toegestaan	Project RI&E en overleg	Niet toegestaan
Stahoogte < 5 m	Stahoogte: 5 m -7,5 m	Stahoogte > 7,5 m
Totale statijd* per project < 2 uur	Totale statijd per project: 2 – 4 uur	Totale statijd per project > 4 uur
Individuele statijd per dag < 1 uur	-	Individuele statijd per dag > 1 uur
Krachtsuitoefening < 50N	Krachtsuitoefening: 50N – 100N	Krachtsuitoefening > 100N
Reikwijdte < 1 armlengte	-	Reikwijdte > 1 armlengte

*\*) De totale statijd is de optelsom van alle tijd dat er op een ladder of trap wordt gewerkt voor het totale project (inclusief alle deelprojecten en uitbesteed werk).*

Bepaling gebruik trap		
Toegestaan	Project RI&E en overleg	Niet toegestaan
Stahoogte < 2,5 m	Stahoogte: 2,5 m -3,5 m	Stahoogte > 3,5 m
Totale statijd* per project < 4 uur	Totale statijd per project: 4 – 6 uur	Totale statijd per project > 6 uur
Individuele statijd per dag < 2 uur	-	Individuele statijd per dag > 2 uur
Krachtsuitoefening < 50N	Krachtsuitoefening: 50N – 100N	Krachtsuitoefening > 100N
Reikwijdte < 1 armlengte	-	Reikwijdte > 1 armlengte

*\*) De totale statijd is de optelsom van alle tijd dat er op een ladder of trap wordt gewerkt voor het totale project (inclusief alle deelprojecten en uitbesteed werk).*

## RI&E en leerlingen

Als er in een bedrijf jeugdige werknemers, jonger dan 18 jaar, werkzaam zijn, dan moet de werkgever in zijn RI&E bijzondere aandacht besteden aan de volgende punten ([Artikel 1.36 Arbeidsomstandighedenbesluit](#))

- de specifieke gevaren op het gebied van arbeidsomstandigheden als gevolg van een gebrek aan werkervaring, het niet goed kunnen inschatten van gevaren en het niet voltooid zijn van de geestelijke of lichamelijke ontwikkeling van de jeugdige werknemer;
- de uitrusting en inrichting van de arbeidsplaats;
- de aard, de mate en de duur van de blootstelling aan stoffen, agentia en fysische factoren;
- het geheel van werkzaamheden in het bedrijf of de inrichting en de organisatie daarvan;
- het opleidingsniveau van de jeugdige werknemers en de aan hen te geven voorlichting;
- het gebruik van persoonlijke beschermingsmiddelen (PBM's) en...

... dat geldt dus ook voor de keuze en het gebruik van arbeidsmiddelen zoals ladders en trappen.

Praktijkleerlingen moeten, in het kader van hun opleiding, ervaring op kunnen doen en daarvoor ook ladders en trappen leren gebruiken. Daarom zijn er meer werkzaamheden toegestaan, dan wanneer zij een bijbaan of vakantiebaan hebben.



De toegestane werkzaamheden mogen echter geen gevaar opleveren of schadelijk zijn voor de gezondheid en lichamelijke/geestelijke ontwikkeling van de leerling.

**De basisinspectiemodule 'Arbeidstijdenwet Arbeid door jeugdigen en kinderen' (BIM)** zegt het volgende over valgevaar bij het werken op hoogte:

**Valgevaar** ontstaat wanneer er gewerkt wordt bij een hoogteverschil. Naarmate het hoogteverschil toeneemt neemt de kans op (ernstig) lichamenlijk letsel toe. In ieder geval moeten bij een hoogte vanaf 2,5 meter maatregelen worden getroffen, maar ook daaronder is het noodzakelijk dat er maatregelen getroffen worden indien er sprake is van risico verhogende omstandigheden. Omdat kinderen geen gebruik mogen maken van persoonlijke beschermingsmiddelen zoals valbeveiliging moet men collectieve maatregelen treffen om dit risico tegen te gaan. Valgevaar kan zich ook voordoen bij gebruik van een arbeidsmiddel, zoals een ladder of een steiger.

Vast staat dat het BOL leerlingen (stagiaires; Beroeps Opleidende Leerweg) te allen tijde verboden is op hoogte te werken. (*artikel 1.37 van het Arbobesluit*)

### **Geen gevaarlijk werk voor jongeren van 16 en 17 jaar**

Jongeren missen nog de ervaring en het vermogen om complexe of gevaarlijke situaties goed te overzien. Vanaf 18 jaar ben je in Nederland wettelijk volwassen terwijl dit biologisch dus nog niet zo is. In andere landen, zoals de VS, zijn er dan nog steeds restricties, zoals bijvoorbeeld het drinken van alcohol tot je 21e .

Maar hoe zit het nu voor 16 en 17 jarigen. Deze mogen in algemene zin geen gevaarlijk werk verrichten, maar veel gevaarlijke werkzaamheden zijn wel toegestaan mits er afdoende en deskundig toezicht is. Dat laatste gedeelte biedt ruimte voor interpretatie: wat is afdoende en wat is deskundig? Dat is niet voor iedere situatie beschreven, maar in het geval van een arbeidsongeval zal je als werkgever wel aannemelijk moeten maken dat je hieraan voldoet. Dat kan best ingewikkeld zijn. Vandaar dat veel bedrijven het zekere voor het onzekere nemen en diverse werkzaamheden of toegang tot objecten pas toestaan vanaf 18 jaar.

Werken op hoogte is dus gevaarlijk werk en kan mits er afdoende en deskundig toezicht is. Zoals iedere leermeester weet moet er te allen tijde een veilige leer-werkomgeving zijn. Neem deze taak serieus.

## **Aandachtpunten veilig werken met ladders en trappen**

### **Ladders en trappen veilig gebruiken**

- Strek de armen en houdt met uw handen de bomen vast. Uw lichaam is verticaal, en uw gezicht is naar de gevel toe.
- Klim nu, met telkens één sport of trede, omhoog. Beweeg afwisselend het linkerbeen met de linkerarm gelijktijdig, en het rechterbeen met de rechterarm.
- Het buigen van de armen, waardoor het bovenlichaam bijna tegen de sporten aan wordt getrokken, is niet verstandig omdat dan het ondereinde van de rug te ver van de ladder of trap afkomt, en het bewegen van de benen niet goed gaat.
- Kijk niet naar beneden met het hoofd opzij.
- Tijdens de klim- en daalbeweging moeten beide handen vrij zijn. Alleen dan is er altijd op drie punten contact met de ladder of trap. Dat betekent dat er dan geen objecten zoals gereedschap of materialen met de handen mogen worden vastgehouden.
- Klein gereedschap wordt bij voorkeur aan de riem bevestigd. Een andere optie is het meenemen in de zakken van werkkleding, het gebruik van een gereedschapsschort of speciale werkkleding. Let op, dat er geen gevaar ontstaat doordat voorwerpen uit de zakken kunnen vallen. Scherpe delen moeten deugdelijk zijn afgeschermd. Zagen etc. kunnen het best geborgd worden aan de riem, bijvoorbeeld met een draad.
- Gebruik voor verticaal transport van zware voorwerpen (> 10 kg), of voorwerpen met afmetingen groter dan 1 meter, een lift, kraan of hoogwerker.
- Niet toegestaan is het hanteren van zware voorwerpen (> 10 kg), of gereedschap met een op de gebruiker uitgeoefende grote momentkracht (>10kgf) zoals hogedrukreinigers, koevoeten, etc.
- Voorkom een gedraaide werkhouding, en blijf altijd met de navel tussen de stijlen. Dit

beperkt de reikwijdte tot maximaal 1 armlengte vanaf de stijlen.

- De ladder als werkplek nooit hoger gebruiken dan tot en met de vierde sport onder het hoogste steunpunt.
- Een trap zonder platform nooit hoger dan de derde trede van boven gebruiken.
- Een trap met platform nooit hoger dan 60 cm onder het hoogste punt gebruiken.

### Veilig plaatsen ladder/trap

- Zorg voor voldoende vrije ruimte om de ladder op te stellen.
- Ladder/trap zwaarder dan 25 kg of langer dan 4 meter met 2 personen verplaatsen.
- Werk niet buiten op ladder/trap bij windkracht 6 Bf of hoger, gladheid, zware regen.
- Zorg dat de opstelplaats opvalt, zet zo nodig de omgeving af, laat niet onbeheerd achter.
- Blokkeer deuren als de ladder/trap ervoor moet staan.
- Zorg voor een horizontale stevige vlakke en harde ondergrond. Neem zo nodig maatregelen om wegzakken te voorkomen zoals stabiliteitsbalk onder de ladder, geborgd tegen schuiven met ladderschoenen of prikpaaltjes.
- Voorkom wegglijden aan onderzijde door stoeve ondergrond of vastzetten (met hulpstukken zoals ladderstopper of laddermat).
- Plaats een ladder met de ladderbomen tegen de vlakke constructieve delen van het te beklimmen object. Dus nooit tegen onderdelen die daar niet op zijn berekend, zoals dakgoten, randen, ramen of waterslagen.
- Gebruik houten of kunststof ladders/trappen in de buurt van elektra.
- Borg een ladder aan de bovenzijde tegen zijwaarts wegglijden (met touw of speciale borgvoorzieningen).
- De ladder moet minimaal 1 meter doorsteken boven het te betreden oppervlak.

- Bij krachten boven de 50 N, gewichten boven de 5 kg of bij werken boven de 5 meter, moeten de risico's per project zijn geïnventariseerd en geëvalueerd (project RI&E). Tijdens het vooroverleg voorafgaande aan een project, moet aandacht worden besteed aan deze risico's en de toe te passen maatregelen.

- Zorg voor een veilige overstap (zonder valgevaar).
- De opstelhoek van de ladder is 75 graden. Hierbij is de afstand van de voet van de ladder tot de muur gelijk aan een kwart van de lengte van de ladder.
- Let bij de opstelling op automatisch bewegende geveldelen of zonwering (zet deze uit).
- Borg onderdelen van meerdelige ladders en schuifladders.
- Voorwerpen zwaarder dan 10 kg of groter dan 1 meter mogen niet op de ladder/trap gehanteerd worden.
- Als een ladder of trap op een balkon wordt gebruikt, moet het leuningwerk verhoogd worden tot 1 meter boven de stand van de voeten.
- Trappen met vergroot stavlak moeten 60 cm boven de hoogste staplaats voorzien zijn van een steunpunt.

### Relevante regelgeving

Arbobesluit artikel 7:23 en 7:23a

### Meer informatie en controlelijsten

- Controlelijsten Handboek Arbeidsmiddelen ([www.volandis.nl](http://www.volandis.nl))
- A-blad Ladders en trappen ([www.volandis.nl](http://www.volandis.nl))
- De ladder als werkplek (werkgevers- en werknemersbrochure)



### Bronnen:

[www.juridischbureauletselschade.nl/info-werken-op-een-ladder/](http://www.juridischbureauletselschade.nl/info-werken-op-een-ladder/)  
[Toolbox Factsheet Ladders en trappen Volandis](#)  
 BIM-Arbeid-door-jeugdigen-en-kinderen.pdf  
<https://industrieklimmen.nl/werken-op-hoogte-werk-voor-kinderen/>