

Voorkomen van struikelen, vallen en

tips en vuistregels voor uw toolbox

Gevaar voor struikelen, vallen en uitglijden loert overal. Meestal valt het iets wel mee, maar soms is het ernstig en langdurig. Ongevallen zijn vaak te voorkomen door oplettendheid en het bewust zijn van de werkomgeving. Een prettige werkomgeving werkt efficiënter.

Struikelen, vallen of uitglijden, het overkomt iedereen wel eens. Soms leidt dat tot arbeidsongeschiktheid. Arbeidsongeschiktheid is onplezierig en kost geld. Toch zijn de meeste tips ter voorkoming van struikelen, vallen en uitglijden wel bekend. Het in de praktijk uitvoeren van de tips is weer wat anders. Hier volgt een overzicht. Vraag bij uw medewerkers na wat ze doen en laten en beoordeel uw risico. Vergeet niet dat u als werkgever hierin een voorbeeldfunctie heeft!

Algemeen

- Zorg voor een schone, lege cabinevloer.
- Zorg voor een schone, opgeruimde werkvloer. Ook het looppad moet zoveel mogelijk opgeruimd zijn. Een werkplek verslechtert in de loop der tijd door gewenning. Wees hier alert op!
- Ruim modder, vet en ander vuil dat gladheid veroorzaakt zo snel mogelijk op.
- Zorg dat de werkplek goed is verlicht is.
- Pas het looptempo aan de omstandigheden aan! Gladheid of aanwezige obstakels vereisen voorzichtigheid, dus een laag tempo. Bij het tillen moet de snelheid worden aangepast.
- Laat u door niemand opjagen.
- Zorg dat schoonmaakmateriaal (stoffer, blik, bezem et cetera) op de werkplek aanwezig zijn.
- Negeer geen waarschuwborden of afscheidingen!
- Voorkom haast en stress zoveel mogelijk.
- Let op bij veranderde weersomstandigheden, invallen van vorst of plotselinge sneeuwval of als de situatie plotseling ter plekke wijzigt.



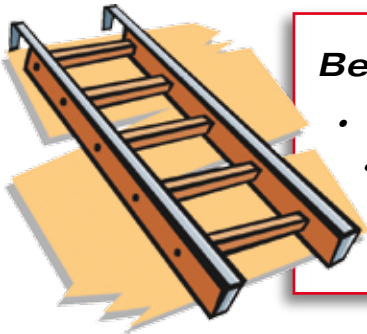
Schoenen

- Draag altijd werkschoenen of veiligheidsschoenen met voldoende profiel.
- Trap of veeg schoenen regelmatig schoon. Klei of vetig vuil kan het profiel verstopen.



Corina van Zoest
adviseur personeelsmanagement

uitglijden



Beklimmen van een trap

- Beklim een trap of ladder altijd met het gezicht naar de trap.
- Houd de trap met twee handen vast. Met één hand vasthouden maakt dat het lichaam draait. Een gedraaid lichaam raakt sneller uit balans.
- Zorg dat het profiel van zowel traptreden als schoenen schoon is.



Werkzaamheden

- Markeer obstakels of zet gevaarlijke plaatsen af met goed zichtbaar en deugdelijk materiaal.
- Gebruik waarschuwborden, bijvoorbeeld bij openliggende kabelsleuven of gladde vloeren.
- Gebruik bekisting en houd ruimte langs de sleuf of afgraving om daar langs te kunnen lopen.
- Ruim gevallen of rondslingerende materialen direct op, zeker als ze op een looproute liggen.



Vuistregels bij het voorkomen van vallen, struikelen en uitglijden

- Werk veilig
- Gebruik persoonlijke beschermingsmiddelen
- Ruim op
- Maak schoon
- Wees scherp en alert
- Wees u bewust van de werkomgeving