



# HEFTRUCK EN ANDERE INTERNE TRANSPORTMIDDELEN

In dit blad wordt beschreven hoe ongevallen en lichamelijke klachten kunnen worden voorkomen. Een ongeval kan o.a. ontstaan door: aan- en overrijden, vallende lading, kantelen van de heftruck, explosie tijdens opladen van accu's. Daarnaast kunnen er lichamelijke klachten optreden zoals rug, nek en schouderklachten door trillingen.



## Wat is de gewenste situatie?

- De werkomgeving is veilig ingericht.
- De heftruck en andere transportmiddelen zijn veilig en worden conform de handleiding gebruikt en onderhouden.
- Medewerkers zijn deskundig en geïnstrueerd en de leiding houdt toezicht op de gemaakte afspraken.
- Als een heftruck kantelt, kan de medewerker niet bekneld raken.
- Binnen worden geen dieselheftrucks gebruikt.



## Maatregelen

- Laat de heftruck en andere transportmiddelen minimaal jaarlijks keuren en registreer het onderhoud.
- Zorg dat de heftruck is voorzien van een stoelgordel, een dichte cabine of veiligheidsbeugels.
- Zorg voor opgeleide en aantoonbaar geïnstrueerde bestuurders.



## Aandachtspunten voor medewerkers

### DAGELIJKSE PRAKTIJK

- Controleer voor gebruik het transportmiddel en meld gebreken bij de leidinggevende
- Leg geen losse spullen op de truck of in de cabine
- Rij rustig en pas het rijtempo aan aan de omstandigheden op de werkplek. Bij een snelle, korte bocht kan een kleine oneffenheid in de bodem de truck al doen kantelen
- Hef of vervoer geen personen
- Hef geen last die zwaarder is dan de aangegeven draaglast
- Een big bag of andere last die aan de vork hangt beïnvloedt de stabiliteit van de heftruck zeer negatief. Werk hier alleen mee op een vlakke, harde ondergrond
- Beperkt een last het zicht bij het vooruitrijden? Rijd dan achteruit
- Gebruik de veiligheidsgordel om beknelling te voorkomen bij kantelen
- Werk volgens de instructies en de afspraken die zijn gemaakt in het bedrijf
- Parkeer de truck met de vork in de laagste stand en iets voorover
- Verwijder de contactsleutel als u de heftruck verlaat en u er geen toezicht op kunt houden
- Wees voorzichtig met accu's. Zie "[Veilig werken met accu's](#)".

## TOELICHTING

### ORGANISATIE EN VOORBEREIDING

- Heftrucks zijn voorzien van cabine of veiligheidskooi ter bescherming van de werknemer bij vallende voorwerpen.



- Heftrucks hebben een veiligheidsgordel op de zitplaats dan wel een gesloten cabine dan wel veiligheidsbeugels.
- Medewerkers zijn verplicht deze te gebruiken zodat de bestuurder binnen de veilige



zone blijft bij kantelen. Een goed werkende en praktische oplossing is het gordelbeveiligingssysteem (GBS).

Bekijk het filmpje voor de eenvoudige werking. Zie onder "Meer info".

- Heftrucks hebben een voorziening waarmee signalen kunnen worden gegeven. Een goed werkende voorziening voor achteruitrijden is een "blue spot". Deze geeft een blauw licht op de vloer, zodat anderen de heftruck zien aankomen.



- Zitplaats en rugleuning moeten in goede staat zijn en in hoogte en in de richting van de bedieningsorganen verstelbaar zijn.
- De zitplaats is trillingsgedempt en afgestemd op de ondergrond waar deze gebruikt wordt.
- Bestuurders worden zorgvuldig geïnstrueerd over de juiste manier van instellen van de stoel.
- Zo nodig zijn doelmatige verlichting aangebracht (voor rijden in het donker of op slecht verlichte plaatsen).
- Bij rijden op de openbare weg voldoet de heftruck aan de eisen van Wegenverkeerswet.
- Bij buitengebruik zijn doelmatige voorzieningen aangebracht om medewerkers tegen



wind en regen te beschermen.

- Hete onderdelen (vooral bij verbrandingsmotoren) van de heftruck zijn voldoende afgeschermd om brandwonden te voorkomen (waarschuwingspictogram aanbrengen).
- Intern transportmaterieel heeft een slangbreukbeveiliging in de vorm van een daalsnelheidsbegrenzer; die zorgt ervoor dat bij breuk van een hydraulische slang in het hefsysteem de vorken langzaam dalen.
- Heftrucks hebben een lastrek indien hoger dan 2.50 m. wordt geheven
- Elektrische heftrucks hebben een mechanische bediende stroomonderbreker die automatisch in werking treedt als de bestuurder het voertuig verlaat.
- Heftrucks hebben een eindaanslag aan de draagconstructie van de vorken om afschuiven van de vork te voorkomen.
- Heftrucks zijn voorzien van CE-markering (alleen voor trucks vanaf 1-1-1996), fabrieksnaam (of merk), type (of model nr.) bouwjaar en aanduiding van de werklust. Dit wordt getoetst in onder meer de RI&E.
- Heftrucks die binnen rijden mogen alleen elektrisch of LPG zijn aangedreven. Gebruik van dieselheftrucks in omsloten ruimten is niet toegestaan.
- Plaats een achteruitkijkspiegel of camera met scherm op de heftruck voor het achteruitrijden met een last.
- Plaats een waarschuwingsticker nabij de ingang van het pand die wijst op de aanwezigheid van een heftruck.
- Indien er een kistenkantelaar gebruikt wordt, dan moet een specifieke en aantoonbare instructie gegeven worden hoe een kistenkantelaar veilig gebruikt kan worden.

## OPLEIDING EN INSTRUCTIE

- Bestuurders hebben een heftruckopleiding gevolgd, afgesloten met een diploma of certificaat. Een interne instructie behoort tot de mogelijkheden, mits kwalitatief afdoende en mits zowel inhoud als deelname zijn vastgelegd.
- Bestuurders zijn vertrouwd met de bedieningsvoorschriften en kennen het interne verkeersreglement.
- Bestuurders zijn ten minste 16 jaar oud en werken tot hun 18e jaar onder deskundig toezicht zodat de verhoogde risico's voor jeugdigen afdoende worden voorkomen. De mate van deskundig toezicht is afhankelijk van de kennis en ervaring van de jeugdige enerzijds en de gevaren van het werk anderzijds.
- Bestuurders kunnen bepalen wat het transportmiddel kan heffen.



- Zorg dat betrokkenen bekend zijn met de gevaren van accu's. Raadpleeg [Veilig werken aan accu's](#).

## TRANSPORTROUTES

- Zorg dat transportroutes voldoen aan de volgende basisvoorwaarden:
  - voldoende breed
  - vrij van obstakels
  - voldoende draagkrachtig
  - zoveel mogelijk horizontaal, effen en vlak
  - oppervlak is stroef en slijtvast
  - afbakening of strepen op de vloer
- Deze routes zijn bij voorkeur gescheiden van paden voor voetgangers (bij voorkeur met een hekwerk) en liggen bij voorkeur niet in de buurt van arbeidsplaatsen. Andere voorzieningen, zoals afbakening of markering kunnen ook aanvaardbaar zijn afhankelijk van de situatie.
- Er is i.v.m. zicht voldoende ruimte bij bochten en kruisingen van transportroutes.
- Onoverzichtelijke bochten en kruisingen van transportroutes zijn voorzien van bolle spiegels of waarschuwingslichten die oplichten als een voertuig nadert.
- Verbindingswegen met potentieel val gevaar (zoals hellingbanen, laadbruggen, laadperrons) zijn voorzien van opstaande randen of andere adequate voorzieningen om val gevaar te voorkomen.
- Waar mogelijk wordt zoveel mogelijk gebruik gemaakt van vaste rij routes, die als zodanig op de vloer zijn aangeduid.
- Zorg ervoor dat transparante deurflappen transparant blijven. Tijdig vervangen voorkomt ongelukken.
- Beveilig transportroutes bv. d.m.v. een goed zichtbare ketting over de route of een hek, indien er onderhoudswerkzaamheden worden verricht.

## RIJDEN

- Verkeersregels zijn vastgelegd in een verkeersplan, in ieder geval indien er meerdere heftrucks dagelijks/gelijktijdig gebruikt worden.
- Altijd met laag geheven last of vorken rijden.
- Achteruitrijden als de last het zicht belemmert.
- Alleen elektrisch of LPG aangedreven voertuigen gebruiken in binnenruimtes.



- Snelheid aanpassen aan de toestand van de vloer of het wegdek en de overzichtelijkheid van de werkomgeving.
- Met belading vooruit helling op rijden en achteruit van de helling afrijden.
- Voldoende afstand tot andere transportmiddelen bewaren
- Op de openbare weg valt men onder de wegenverkeerswet. Het transportmiddel moet dan voldoen aan de richtlijnen beschreven in de wegenverkeerswet.
- Pas het rijtempo aan aan de omstandigheden. Vooral bij het maken van bochten in smalle gangen (uitzwenken heftruck).
- Rijd niet met Big Bags die aan de vorken van de heftruck hangen, maar zet deze op een pallet, zodat transport veilig kan plaats vinden.
- Keer nooit op een helling.
- Vervoer nooit personen.



## PARKEREN

- Op veilige plaats buiten de directe transportroutes.
- Op een vlakke plaats, dus niet op een helling.
- Met neergelaten vorken, zonder last en enigszins vooroverhellende mast.
- Parkeerrem is aangezet.
- LPG-afsluiter is, indien van toepassing, afgesloten.

## LADEN/LOSSEN

- Neerleggen of stapelen van een lading op een veilige plaats met voldoende draagkracht (conform de belastbaarheid tabel op de stellingen) buiten de directe transportroutes. Voor meer info: [Werken in magazijnen](#).
- Zorg ervoor dat de lading niet kan verschuiven, rollen, kantelen of vallen.
- Hef geen lasten zwaarder dan de aangegeven draaglast.



## ONDERHOUD

- Zorg voor regelmatig controle en onderhoud, vast te leggen in een logboek; frequentie is afhankelijk van wijze/intensiteit van gebruik, echter minimaal eenmaal per jaar.
- Voer controle en onderhoud uit aan de hand van de gebruikshandleiding.
- Minstens eenmaal per jaar periodieke keuring door een deskundige, vastgelegd in een schriftelijk rapport.

## PERSOONLIJKE BESCHERMINGSMIDDELEN

- Heftruckchauffeurs dragen veiligheidsschoenen met stalen neus. Ook personeel dat werkt in de directe omgeving van de heftrucks dragen veiligheidsschoenen met stalen neus.

## PERIODIEK MEDISCH ONDERZOEK

- Medewerkers periodiek op gezichtsvermogen, gehoor(schade), rug/nekklachten laten controleren tijdens het Preventief Medisch Onderzoek (PMO).

## MEER INFO/GEBRUIKTE BASISDOCUMENTEN

- Gordelbeveiligingssysteem; een eenvoudige en ergonomische oplossing voor een veilige gebruik van de heftruck. [Meer info.](#)
- [Werken in magazijnen.](#)
- [Veilig werken met accu's.](#)
- Arbo-informatieblad AI-14, Bedrijfsruimten, -inrichting, transport en opslag, ISBN 90-12-08919 0.
- Arbeidsinspectie. Brochure. Heftrucks. Hoe voorkom ik ongevallen en schade. September 2008.
- Arbo-informatieblad AI-17. Hijs- en hefmiddelen.