



# Heftruck

## Inhoudsopgave

- Wat is de gewenste situatie?
- Maatregelen
- Checklist
  - [Checklist dagelijkse praktijk voor chauffeurs](#)
- Checklist
  - [Checklist dagelijkse praktijk voor werknemers die zich op de vloer bevinden waar heftrucks rondrijden](#)
- Toelichting op de maatregelen



Goedgekeurd door Sociale Partners



Getoetst door Nederlandse Arbeidsinspectie

*Laatste update 04/06/2024*

Het gebruik van een heftruck brengt verschillende gevaren met zich mee: vallende lading, een kantelende heftruck en aanrijdingen met personen of kwetsbare objecten. Ongevallen met heftrucks hebben regelmatig een ernstige afloop. Overige risico's kunnen zijn de [blootstelling aan DME \(dieselmotor emissie\)](#), blootstellingen aan [trillingen en schokken](#) en risico's met betrekking tot het [veilig laden van loodaccu's](#). Deze thema's zijn in andere arbocatalogi uitgebreid beschreven.

## Wat is de gewenste situatie?

- ✓ De heftruck is veilig en wordt conform de handleiding gebruikt en onderhouden.
- ✓ De werkomgeving is veilig voor chauffeur en omstanders.
- ✓ 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

Inventariseer en beoordeel de risico's van de machine in de Risico Inventarisatie & Evaluatie:

- ➔ Laat de heftruck jaarlijks keuren en houd het onderhoud bij in een onderhoudsboek.
- ➔ Zorg voor veiligheidsmaatregelen om aanrijdingen met de heftruck (d.m.v. verkeersregels, markeringen, gescheiden looppaden) en kantelen van de heftruck (d.m.v. vlakke vloeren, rekening houden met de last en rijnsnelheid) te voorkomen;
- ➔ Zorg dat de heftruck is voorzien van een stoelgordel, veiligheidsbeugels, GBS of vergelijkbare veiligheidsvoorzieningen.
- ➔ Rijd, indien een last je zicht beperkt, altijd achteruit. Indien bij het oppikken en wegzetten van lasten vooruitrijden noodzakelijk is, dan moet je er zeker van zijn dat er niemand zich in de directe nabijheid bevindt. Of dat er met die persoon altijd oogcontact is;



- Verbied het omhoog brengen van personen op de lepels of met behulp van een werkbak (het gebruik van een werkbak aan de heftruck is niet meer toegestaan!);
- Laat heftruckchauffeurs en medewerkers die in de heftruckzone komen, veiligheidsschoenen (minimaal type S1) dragen;
- Zorg voor mondelinge en schriftelijke instructie en voor goed opgeleide en geïnstrueerde medewerkers

## Checklist

### Checklist dagelijkse praktijk voor chauffeurs

- Controleer voor gebruik de heftruck en meld gebreken bij de leidinggevende.
- 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 heftruck al doen kantelen.
- Hef of vervoer beslist geen personen.
- Hef geen last die zwaarder is dan de aangegeven draaglast. Raadpleeg hiervoor de lastlabel.
- Een big bag of andere last die aan de vork hangt beïnvloedt de stabiliteit van de heftruck zeer negatief. Vervoer een big bag op een pallet.
- Gebruik de veiligheidsgordel, - beugel of GBS om bij kantelen beknelling te voorkomen.
- Werk volgens de instructies en de afspraken die zijn gemaakt in het bedrijf.
- Draag veiligheidsschoenen (minimaal type S1).
- Parkeer de heftruck met de vork in de laagste stand en iets voorover.
- Leg geen losse spullen op de heftruck of in de cabine.
- Verwijder de contactsleutel als u de heftruck verlaat en u er geen toezicht op kunt houden.

## Checklist

### Checklist dagelijkse praktijk voor werknemers die zich op de vloer bevinden waar heftrucks rondrijden

- Let op de aangegeven vloermarkering. Begeef je alleen op plekken waar de heftruck niet rijdt.
- Wees altijd extra alert, dit betekent:



- Zorg voor oogcontact met de heftruckchauffeur wanneer deze in de buurt komt.
- Gebruik geen smartphones wanneer je de werkvloer met heftrucks betreedt.
- Zorg dat waarschuwingssignalen direct hoorbaar zijn. Draag dus geen oordopjes voor muziek.
- Moet je je toch in het onveilige gebied (binnen de rijdlijnen) bevinden, dan ben je verplicht om veiligheidsschoenen te dragen.

## Toelichting op de maatregelen

### Organisatie en voorbereiding

- Markeer plaatsen waar het niet is toegestaan om met de heftruck te komen en markeer de looproutes.
- Voetgangers zijn een kwetsbare groep op de werkvloer. Bij mogelijk aanrijdgevaar is het verstandig om veiligheidsmaatregelen te nemen. Bijvoorbeeld:
  - het scheiden van voetpaden en rijdende heftrucks;
  - aanduidingen/ waarschuwingsstickers op of nabij toegangsdeuren die wijzen op de aanwezigheid van heftrucks;
  - het maximeren van rijdsnelheden (heftruck maximaal 6 km/uur binnen en 12 km/uur buiten);
  - zorgen dat de transportroutes voldoende breed zijn, zodat heftrucks de ruimte hebben om te kunnen rijden en draaien (bij eenrichtingsverkeer minimaal 60 cm breder dan het breedst beladen transportmiddel en bij tweerichtingsverkeer 90 cm breder dan 2x het breedst geladen transportmiddel).



- Zorg dat transparante deurflappen tijdig worden vervangen.
- Zorg voor egale vloeren en ondergronden om onnodige trillingen te voorkomen.
- Een ongelijke werkvloer verhoogt het risico op kantelgevaar en verhoogt het risico op beschadiging van de lading. Een ongelijke werkvloer brengt ook extra onderhoudskosten aan de heftruck.
- Zorg dat de acculaadruimte goed is geventileerd en voorkom vonkvorming. Bij het opladen van de accu's kan het explosieve waterstofgas vrijkomen. (zie Veilig een heftruckbatterij laden).
- In een geventileerde ruimte waarbij er geen open vuur in de nabijheid is, kan het laden van heftruckbatterijen in gewone werkruimtes en magazijnruimten plaatsvinden. Vaste inrichtingen voor het laden van stationaire accu's met toestellen met een vermogen van meer dan 2 kW zijn onderhevig aan vergunningsplicht. Voor het laden van verschillende batterijen en wisselbatterijen wordt een aparte ruimte aanbevolen.
- Het meerijden van personen op een heftruck is alleen toegestaan, als daar een veilige plaats voor is ingericht. Met een veilige plaats wordt een extra stoel met veiligheidsgordel bedoeld.



Afbeelding: Verbodsbord meerdere personen op heftruck

### Gereedschap, machines en apparaten

- Laat de heftruck jaarlijks door een deskundige keuren, regelmatig en vakkundig onderhouden en zorg dat dit wordt vastgelegd in een logboek. Let op: Bij elk ingebruikname dient de goede werking te worden gecontroleerd.
- Om de blootstelling aan trillingen en schokken te voorkomen / te verminderen is het van belang dat de heftruck is voorzien van een goed onderhouden, geveerde stoel, een bandenkeuze waarbij de minste trillingen voorkomen. Dit moet afgestemd zijn op de uit te voeren werkzaamheden en de rijnsnelheid te beperken.
- Zorg voor een FOPS systeem (= FALL ON PROTECTION SYSTEM, dit is een versterkte dakconstructie) bij een hefhoogte boven de 1.80 meter.
- Zorg voor een lastrek als een extra voorziening, bij het heffen boven de 2,5 meter, gemonteerd aan het vorkenbord tenzij het vorkenbord zelf hoog en breed genoeg en fijnmazig genoeg is om als lastrek te dienen.

Zie erop toe dat:

- de heftruck is voorzien van een claxon, spiegels en veiligheidskooi.
- de heftruck een veiligheidsgordel heeft. Deze zorgt ervoor dat de bestuurder bij het kantelen van de heftruck niet bekneld raakt. Een heftruckchauffeur heeft een gebruikersplicht, wanneer er een gordel aanwezig in de heftruck, dan moet deze gedragen worden. Alternatieven zijn: een dichte cabine of veiligheidsbeugel (PPS-systeem) of het gordelbandsysteem (GBS). Kijk bijvoorbeeld op: [www.eblo.nl](http://www.eblo.nl).



Foto: Gordelbandsysteem (GBS) en Veiligheidsbeugel



- een elektrische heftruck altijd een stroomonderbreking heeft. Deze treedt in werking zodra de chauffeur de heftruck verlaat.
- de maximale werklast in kg, de eigen massa in kg, de fabrikant, type en bouwjaar op de heftruck vermeld staan.
- een capaciteitsplaat (lastdiagram) op de heftruck is aangebracht. Daarop staat de maximale draaglast.
- de rijnsnelheid wordt begrensd.
- de vorken niet van het vorkenbord afschuiven door een borging van de vorken en eindaanslagen op het vorkenbord.
- men weet dat zodra men met een heftruck over de openbare weg gaat rijden, het wegverkeersreglement van toepassing is.
- voertuigen die onder het Wegverkeersreglement vallen en die maar met een beperkte snelheid kunnen rijden moeten aan een aantal voorwaarden voldoen, namelijk:
  - Aan de voorkant dienen er twee lampen met zowel dimlicht als stadslicht gemonteerd te zijn
  - Aan de voor -en achterzijde zijn richtingaanwijzers verplicht.
  - Er dienen waarschuwingssnipperlichten (alarmlichten) aanwezig te zijn.
  - Er dient een speciale rood reflecterende driehoek met geplatte hoeken te zijn gemonteerd. Deze driehoek dient bevestigd te worden aan de achterzijde (in het midden dan wel links van het midden), op een hoogte die minimaal 35 cm is en maximaal 90 cm. De achterkant van de heftruck is voorzien van twee achterlichten, twee stoplichten en tenminste twee reflectoren.
  - wanneer heftruck langer is dan zes meter en deze uitgerust is met extra richtingaanwijzers en oranje reflectoren aan de zijkanten.
  - uitstekende delen (b.v. de vorken) verwijderd dan wel afgeschermd worden.
  - de maximale snelheid op de openbare weg (25 km/h) wordt nageleefd.



- Overweeg het monteren van de zogenaamde bluespot. Een voetganger wordt tijdig gewaarschuwd door een heldere blauwe lichtbundel op de vloer dat een heftruck nadert. De BlueSpot kan ook in combinatie met het achteruitrijgeluid gebruikt worden in omgevingen waar veel lawaai aanwezig is.



## Opleiding en instructie

- Goed opgeleide heftruckchauffeurs zijn aantoonbaar minder vaak bij ongevallen betrokken. Overweeg daarom om chauffeurs een opleiding te laten volgen. Geef daarnaast doeltreffende voorlichting over 'de te verrichten werkzaamheden en de daaraan verbonden risico's, alsmede over de maatregelen die erop gericht zijn deze risico's te voorkomen of te beperken'. Er moet dus ook voorlichting worden gegeven die ingaat op de in het werk te verwachten risico's.
- **De gegeven instructie in uw bedrijf moet aantoonbaar (schriftelijk) zijn. In de voorlichting dient onder andere het**



**volgende aan bod te komen:**

- **de gevaren voor de bestuurder en de personen in de omgeving van de (rijdende) heftruck;**
- **het doel en het gebruik van de veiligheidsvoorschriften;**
- **veiligheidsmaatregelen bij de diverse handelingen;**
- **verboden handelingen;**
- **onderhoud en hoe te handelen bij defecten of schade.**
- Voor het besturen van heftrucks breder dan 130 centimeter waarmee op de openbare weg wordt gereden is een ook een T-rijbewijs nodig. Een heftruck op de openbare weg valt onder de categorie 'Motorrijtuigen Met Beperkte Snelheid' (MMBS). Het T-rijbewijs is echter niet verplicht voor motorrijtuigen die niet breder zijn dan 130 cm (inclusief voorzetapparatuur). Ook mogen deze voertuigen niet de mogelijkheid hebben om een aanhangwagen te trekken.
- **Stel in overleg met de heftruckchauffeurs een aantal praktische regels op, waaraan iedereen zich moet houden.**  
**Bijvoorbeeld:**
  - **dragen van de veiligheidsgordel,**
  - **dat er geen andere personen op de heftruck mee mogen rijden,**
  - **de toegestane rijnsnelheid,**
  - **het gebruik van transport- en niet van looproutes, verkeersregels i.v.m. omstanders, toeteren bij onoverzichtelijke hoeken, e.d.**
- **Zie erop toe dat jeugdigen (16 tot 18 jaar) die heftruck besturen een opleiding (heftruckcertificaat) hebben en er deskundig toezicht wordt uitgeoefend. Een volwassene, met kennis van een juist en veilig heftruck gebruik, is dan in de directe nabijheid aanwezig en kan direct ingrijpen als de situatie gevaarlijk wordt. Onder de 16 jaar is het verboden om een heftruck te besturen.**
- **Zorg dat ook de medewerkers die zich in de heftruckzone begeven, weten waar zij zich aan moeten houden (o.a. looproutes, voorkomen van afleidingen (door telefoon) op de werkvloer, zichtbaarheid voor de chauffeur, veiligheidsschoenen, etc.).**

### Persoonlijke beschermingsmiddelen

- Gebruik altijd veiligheidsschoenen (minimaal type S1, bij voorkeur met antislipzool) tijdens het werk. Dit is verplicht voor de heftruckchauffeur en indien er geen gescheiden rij- en looppaden zijn, voor alle medewerkers in de betreffend ruimte.
- Zorg bij het opladen voor:
  - een gelaatsscherm (eventueel ruimtibril), ter bescherming tegen accuzuurspatten
  - accuzuurbestendige handschoenen (NEN EN 374-1 en getest volgens de NEN EN 374-3)
  - ter bescherming van de werkkleding een voorschoot.
- Beschikt de heftruck over een lithiumaccu, dan zijn bovengenoemde beschermingsmiddelen niet noodzakelijk.

### Nadere informatie over overige risico's

- Gebruik in binnenruimten geen dieselheftruck. Voor diesel heftrucks geldt een verbod op 'binnen dieselen' bij een hefcapaciteit tot 8.000 kg. In dat geval is de inzet van diesel trucks in halfopen en gesloten ruimtes niet toegestaan. LPG-heftrucks zijn wel toegestaan in halfopen en gesloten ruimtes. Onder voorbehoud dat de trucks voorzien zijn van een uitlaatgaskatalysator. Daarbij moet je zorgen voor goede ventilatie. De uitlaatgassen zijn schadelijk voor de gezondheid. Omdat het om een kankerverwekkende stof gaat, gaat de vervangingsmaatregel boven andere maatregelen. De vervangingsmaatregel houdt in dat de diesel vervangen wordt door een brandstof zonder de kankerverwekkende uitstoot, bijvoorbeeld LPG of een elektrische aandrijving. Wanneer het niet haalbaar om de diesel te vervangen neem je maatregelen conform de stand der techniek. Zolang vervanging nog niet is gerealiseerd, moeten aanvullende beheersmaatregelen worden genomen om de blootstelling aan DME zoveel mogelijk te verminderen (met name door het toepassen van retrofit-roetfilters met een effectiviteit van min. 95%), tenzij de vorkheftruck voldoet aan de meest recente Europese Stage norm.



Let op: als het vermogen van een dieselaangedreven arbeidsmiddel lager is dan 19kW, dan is de Stage norm nog relatief vervuilend. Een (retrofit) roetfilter is dan vereist.

- Trillingen en schokken kunnen lichamelijke klachten geven. Overbelasting door trillingen zal ontstaan bij een bepaalde blootstellingstijd en afhankelijk zijn van de aard van de trillingen en/of schokken.
- Vervolgens is de blootstelling ook afhankelijk van andere belastende factoren zoals een oneffen, hobbelige ondergrond, de soort banden, de vering (truck en stoel), het rijgedrag van de chauffeur en de zithouding van de chauffeur op de stoel. Het ontstaan van lichamelijke klachten kan vele oorzaken hebben en de mate van blootstelling is moeilijk te bepalen. Langdurig heftruckwerk, c.q. eenzijdige functie-inhoud komt in de openteelten niet grootschalig voor maar kan zich bij sommige functies wél voordoen. Indien er wel sprake is van langdurig heftruckwerk dan kan trillingsonderzoek noodzakelijk zijn om de belasting te meten, maar dit vereist veel expertise. Effectiever is het om bij voorbaat aan alle aspecten aandacht te besteden:
  - het verminderen van de rijtijd op de heftruck en/of heftruckwerk afwisselen met andere taken
  - regelmatig pauzeren
  - rustig rijden (eventueel met gebruik van snelheidsbegrenzing)
  - werken met goed geveerde en goed onderhouden stoel
  - en het egaliseren van de ondergrond.

Dit levert, blijkt uit onderzoek, al heel veel op. Houd ook bij aanschaf van een nieuwe heftruck rekening met de trillingsbelasting (vraag dit aan de leverancier). Zie ook arbocatalogus blootstelling aan [trillingen en schokken](#).

#### Meer informatie

- Het gordelbandsysteem is nieuw en werkt volgens de gebruikers zeer eenvoudig en doeltreffend. [Bekijk het filmpje voor de eenvoudige werking.](#)
- [Veilig een heftruckbatterij laden](#)
- [Controlelijst heftruck](#)
- [Machineveiligheid Algemeen](#)
- [Emissiearme motoren](#)