INZET (TIL) HULPMIDDELEN

Inleiding

Conform de Arbocatalogus kan tot 25 kg worden getild met een beheersbaar risico voor de gezondheid (aanvaardbaar voor 90 procent van de mannen en 75 procent van de vrouwen). Voorwaarde daarbij is dat wordt voldaan aan de volgende richtlijnen:

Situatie	Optimaal	Af te raden
1. Gewicht, één persoon	Met de hand tillen	Meer dan 25 kg tillen
2. Gewicht, meerdere personen	Met de hand tillen	Meer dan 50 kg tillen
3. Horizontale afstand tussen tiller en last	Minder dan 25 cm	Meer dan 63 cm
4. Hoogte waarop de last zich bevindt	75 cm boven de vloer	Hoger dan 175 cm boven de vloer of lager dan de vloer
5. Frequentie van tillen	Minder dan 1 keer per 5 minuten	Meer dan 15 keer tillen per minuut
6. Hoek tussen tiller en last	Last bevindt zich recht voor het lichaam	Last bevindt zich schuin voor het lichaam
7. Verticale afstand	Minder dan 25 cm	Meer dan 175 cm

Als aan bovenstaande niet kan worden voldaan, kan met (til)hulpmiddelen gezondheidsschade worden voorkomen.

Voorbeelden (til)hulpmiddelen

Hieronder worden (til)hulpmiddelen genoemd, die binnen de railinfrabranche regelmatig worden gebruikt.

<u>(Til)hulpmiddelen bij Railinfrawerkzaamheden, onder andere:</u>

- Hefbomen
- Heflorries
- Portaalkraan
- Domme kracht
- Hiab-kraan
- Krol / Hydraulische graafmachine
- Rupskraan
- Railtangen
- Lier
- Hefkussens
- Verreiker
- Lorrie

<u>(Til)hulpmiddelen in magazijnen en werkplaatsen, onder andere:</u>

- Heftruck
- Pompwagen / Palletwagen
- Steekwagen
- Loopkat