

FAKTA – De store fareområdene: Å falle ned

# Arbeidsbukker

• Nivå 1: 0-80 cm (plattformhøyde/ståplan)

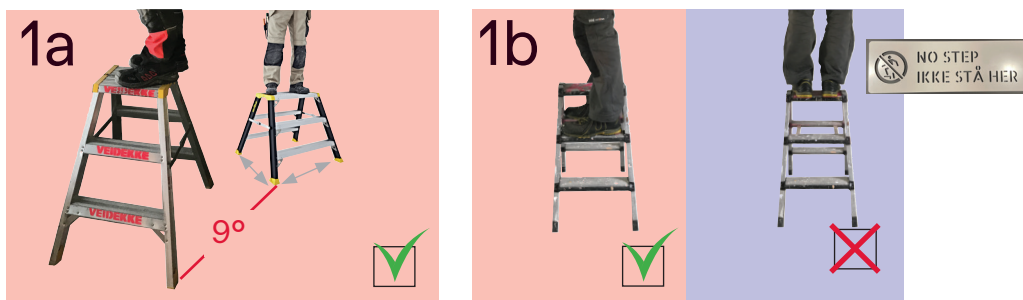
## Risikovurder arbeidet som skal utføres og velg riktig utstyr ut ifra plassering/bruk.

Trappestiger anbefales fremfor arbeidsbukker. En trappestige med 4-trinn kan brukes uten støtteben. Se faktaark for gardintrapper (trappestiger).

### Følgende krav må ivaretas:

- Maks ståhøyde på arbeidsbukker er 80 cm
- Maksimumshøyde 3 trinn inkludert ståplanet
- Ståplanet skal være minimum (bxd) 30 cm x 30 cm, anbefalt 60 cm x 30 cm
- Øverste plattform skal kun brukes når arbeidsbukken har skråstilte ben alle veier. Benvinkel 9 grader.
- Arbeidsbukken skal ha like mange trinn på begge sider. Unntak ved bruk av rekkverk/bøyle.
- Max høyde mellom trinn: 30 cm (unntak 1e)
- Trinndybde minimum 8 cm. Unntak malerstige (wienerstige) minst 5 cm.
- Sklisikring under ben og på plattform
- Anbefaler gelender/bøyle på arbeidsbukker for bedre sikkerhet og ergonomi
  - 2-trinns bukk: differanse mellom bunn og topp 15 cm.
  - 3-trinnsbukk: differanse mellom bunn og topp 23 cm
- Avstand fra plattform til gelendertopp: minimum 60 cm

Bildene viser eksempler på riktige produkter og bruk:



Kun tillatt å stå på øverste ståplan når det er skråstilte ben minimum 9 grader begge veier.

Produkt: W.Steps 66TP-3 (smal) og W.Steps F3500-3 (bred).

1b er kun tillatt å stå skrevs-over (et ben på hver side) på nest øverste trinn, da bukken har rette ben



Wienerstige (A-stige) kan brukes skrevs-over opptil 80cm ståplan - forutsatt 2 ekstra trinn over (5-trinn). 5 cm brede trinn er tillatt.

Zarges S970 3-trinnsplattform med rekkverk på 3 sider.

Tillattes opp til 150cm uten støtteben, med gelender. Se SMART 10.09

Zarges Arbeidsbukk 170kg, plattform 40x30cm



## Valg av riktig utstyr

- Ta hensyn til brukerens høyde ved valg av utstyr (160-200cm tilsvarer 2-trinn forskjell på en arbeidsbukke og trappestige). Unngå så langt det lar seg gjøre å arbeide med hender over skulder-høyde.
- Innkjøpskrav
  - Proffutstyr, dvs. utstyr for kommersiell bruk
- Tekniske krav
  - Alt utstyr skal oppfylle de tekniske kravene i relevante NS-EN standarder eller ha tilsvarende sikkerhetsnivå
- Utstyr kan bestilles hos Optimera/Montér
  - optimera.no, tlf.: 22 16 88 00

## Riktig bruk

- Velge riktig utstyr som er dimensjonert for arbeidet
- Opplæring for bruk av utstyret i.h.t brukerveiledning
- Riktig oppstilling av utstyr, sklisikkert og stabilt underlag
- Ekstrem ryddighet rundt arbeidsområdet
- Alltid holde seg fast og ha ansiktet vendt mot trinnene når man går opp eller ned
- Forbud; Ikke hopp ned fra utstyret
- Tilstrekkelig sikring må være på plass der det arbeides ved dekkekanter, utsparinger, sjakter, trapper osv.
- Skal ikke brukes i trapper
- Ved å stå skrevs-over sikrer man god stabilitet og gode arbeidsstillinger
- Arbeidsbukker hvor man kan stå på tvers (ikke ståplanet) gir god stabilitet og sikrer gode arbeidsstillinger

## Kontroll av utstyret

- Sjekk utstyret før bruk og på vernerunder
  - Produkter med feil skal tas ut av bruk og evt. repareres
- Eksempler på feil:
- Deformert trinn/vanger
  - Bruddskader
  - Manglende endeklosser/avstivninger/skruer og nagler



- 1 Plattform**  
Det øverste ”trinnet” som låser bukken
- 2 Merking**  
Godkjenningsmerke, produsentens merke, merking for bruk og produksjonsdato
- 3 Avstiverstag**  
Stiver av stigen og gjør den mer stabil

- 4 Vange - og trinnforbindelse**  
Oppstår det skade her må bukken byttes
- 5 Vanger**  
Særlig nederst på bukken kan vangerne bli skadet
- 6 Stigesko**  
Disse må være intakte ellers kan bukken skli

## Merking av utstyr

- Utstyr som ikke er i henhold til GRAS skal oppgraderes, fjernes eller merkes med sjablong ”ikke stå her” (art nr. 10009222) på trinnene over godkjent nivå. kraftex.no. Se SMART 07.17
- Benytt sjablong (art nr.10009590) for merking av firmanavn. Kraftex.no
- Stigestropp bestilles hos distriktets HMS-personell / Arno Remmen. Se SMART 08.15
- Utstyr anbefales å merkes med klistremerke/QR-kode ”Sikker bruk av arbeidsbukker og trappestiger” (art nr.10009412). Kraftex.no

