Activity Based Checklist

Safe Use of Ladders

The safe use of ladders is important to protect you and your workers' safety. Use this basic checklist+ as a guide to keep you and your workers safe. For more information on how you can keep your workplace safe, go to www.wshc.sg

Name of Company _____ Process/ Location _____

Checked by (Name/ Designation) _____ Date _____

Safety Checks		Please tick (✓) Yes	No	NA*	If no, action required by:
Ladder is in good working condition without any visible defects.					Name: _____ Date : _____
Ladder is extended fully before starting work.					Name: _____ Date : _____
Ladder is placed on stable and level ground.					Name: _____ Date : _____
Workers are instructed not to work on the top rung of the ladder.					Name: _____ Date : _____
Workers are instructed not to carry any object in their hands when climbing a ladder.					Name: _____ Date : _____
A worker is holding on to the ladder when his co-worker is on it.					Name: _____ Date : _____
Workers maintain three points of contact with the ladder at all times (two legs and one hand, or two hands and one leg).					Name: _____ Date : _____
Workers are wearing proper footwear, for example, non-slip flat shoes, when using a ladder.					Name: _____ Date : _____

+ This checklist may not cover all aspects of work activities in your workplace. You should review the checklist when there are changes in any work activity.
* NA – Not applicable

WSHCOUNCIL
Tripartite Alliance for Workplace Safety and Health

Activity Based Checklist

安全使用梯子

正确使用梯子能确保您和工人的安全。请使用以下检查表+，确保工人安全。
请登入 www.wshc.sg 以了解更多详情。

公司名称 _____ 流程/地点 _____

检查者（姓名/职衔）_____ 日期 _____

安全指示		请打勾 (✓) 是	否	NA*	如果答否, 必须采取适当措施:
梯子没有明显的缺陷，并可正常运作。					姓名 ： _____ 日期 ： _____
梯子已完全伸展才可使用。					姓名 ： _____ 日期 ： _____
梯子摆放在稳固及平坦的地面。					姓名 ： _____ 日期 ： _____
工人不可站在梯子的顶部。					姓名 ： _____ 日期 ： _____
工人在攀爬梯子时，手上不应握任何物件。					姓名 ： _____ 日期 ： _____
工人在梯子时，另一名工友在梯子下支撑。					姓名 ： _____ 日期 ： _____
工人在梯子上应时刻与梯子保持三个接触点（两支脚和一支手，或两支手和一支脚），以避免从梯子上跌下。					姓名 ： _____ 日期 ： _____
工人穿着适当与防滑的鞋子。					姓名 ： _____ 日期 ： _____

+ 本检查表可能不包罗您职场所有的工作活动。如果工作活动改变，您应该检阅本检查表。
* NA – 不适用

WSHCOUNCIL
Tripartite Alliance for Workplace Safety and Health