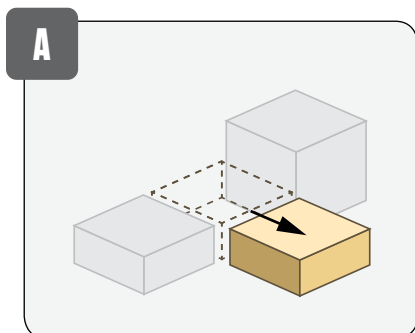


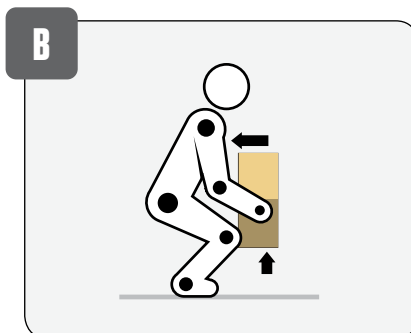


Når du løfter flade tunge kasser

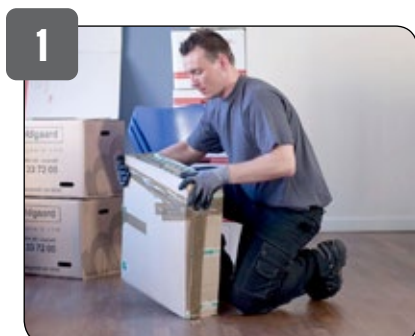
Det kan være svært at få et godt og solidt greb om en flad tung kasse, der ligger på gulvet mellem andet flyttegods. Her får du nogle gode råd til, hvordan du bedst løfter en flad og glat kasse uden håndtag.



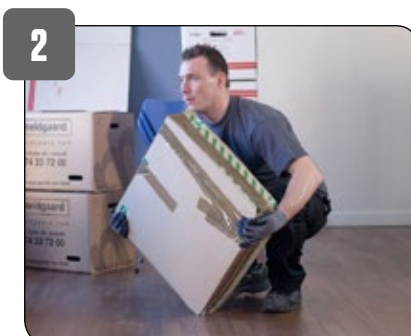
A Træk kassen fri af andet flyttegods, så du får god plads.



B Brug benmusklerne når du løfter. Hold kassen tæt ind til kroppen.



1 Vip kassen ind mod dig og få tyngden tæt på kroppen.



2 Vip kassen for at få et højere greb.



3 Få et godt greb om kassens ender og løft tæt på kroppen.

Tekniske hjælpemidler



Et elektronisk katalog over tekniske hjælpemidler.
www.teknisk-udstyr.dk

Husk!

- ▶ Træk kassen tæt ind til dig
- ▶ Vip kassen op på skrå, og få et højere greb
- ▶ Løft kassen tæt på og midt for kroppen
- ▶ Løft ved at bruge benmusklerne og hold ryggen ret