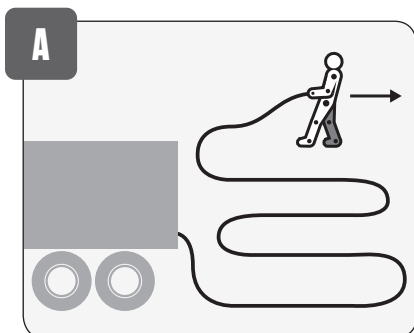


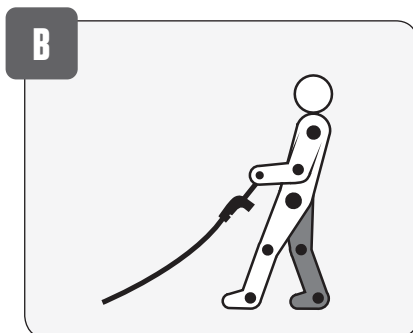


Når du trækker olieslange ud

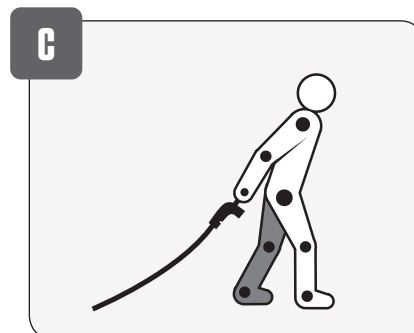
Det kan være meget belastende for kroppen at håndtere en olieslange. Her får du nogle gode råd til, hvordan du bedst trækker en olieslange ud.



A Start med at trække en del af slangen ud. Træk herefter resten ud, så slangen ligger i U-form.



B Få et godt greb om pistolen.



C Brug trækkrog, hvis det er muligt og få et bedre overblik over, hvor du skal gå.



1 Få et solidt greb om pistolen med begge hænder.



2 Udnyt din egen kropsvægt og benmuskler, når du trækker. Læn overkroppen lidt bagover, når du sætter i gang.



3 Opnå et lige træk uden belastende vrid i ryggen.

Tekniske hjælpemidler



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

Husk!

- ▶ Få et sikkert greb med begge hænder
- ▶ Brug vægtoverføring, når du starter trækket
- ▶ Udnyt din egen vægt og benmuskler, når du trækker
- ▶ Arbejd i en rolig og jævn bevægelse - og undgå kraftige ryk
- ▶ Brug trækkrog, hvis det er muligt