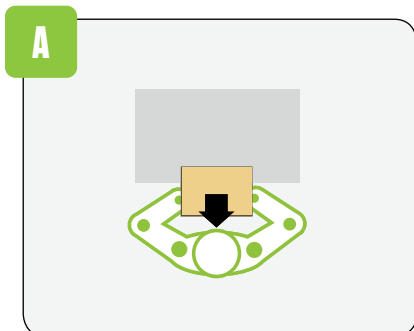
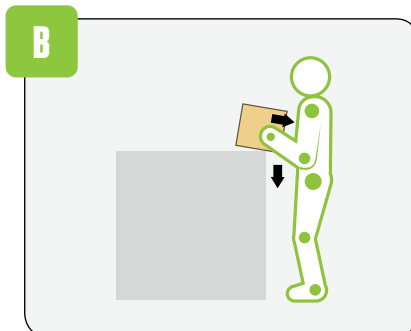


Når du løfter kasser, der står højt

Af og til kan man komme ud for at skulle hente en kasse, der er placeret højt. Her får du nogle gode råd til, hvordan du bedst løfter kasser, der står højt.



Løft tæt ved og midt for kroppen



Lad kroppen støtte kassen til den er i en god løftehøjde



Vrik kassen fri og træk den ud til kanten af underlaget



Vend den lange side ind mod kroppen



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!

- ▶ Gå tæt på kassen og vend den lange side tæt ind til kroppen
- ▶ Få et godt og solidt greb om den korte side af kassen
- ▶ Løft tæt på og midt for kroppen
- ▶ Lad kroppen støtte kassen, når du løfter
- ▶ Næse og sko-næser i samme retning. Så undgår du vrid i ryggen