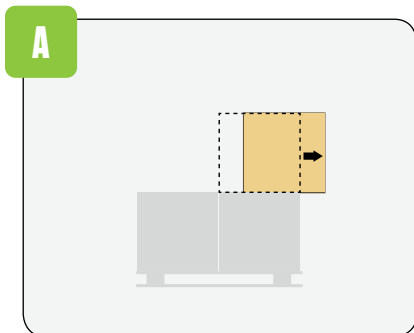
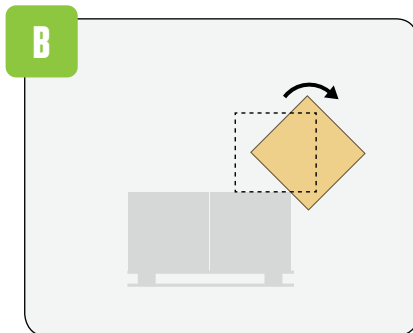


Når du løfter tunge og besværlige emner

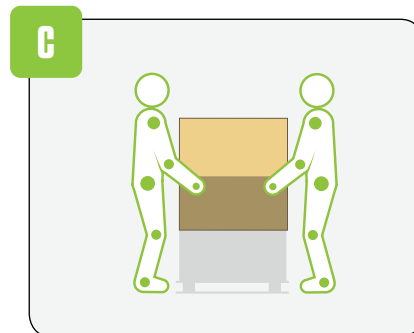
I nogle situationer er det bedst at være to om at løfte en kasse. Den kan være besværlig, lidt tung og placeret højt. Her får du nogle gode råd til, hvordan du og din kollega bedst løfter sammen.



Træk kassen ud til kanten af underlaget



Vip kassen på skrå så I får bedre grebshøjde og balance



Når I løfter - stå på hver side med let spredte ben, lidt nede i knæ - med ret ryg



Er I to om at løfte så aftal, hvem der styrer løftet og hav helst samme højde og styrke



Sæt kassen ved at bøje i knæ- og hoftelædder. Ret kassen op til sidst



Skub kassen på plads ved at lægge vægten på det forreste ben

Tekniske hjælpemidler



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

Husk!

- ▶ Vurder stabilitet og vægt
- ▶ Sørg for god plads, arbejd tæt på emnet og få et godt greb
- ▶ Aftal hvem der styrer løftet
- ▶ Bøj i knæ- og hoftelædder når du løfter
- ▶ Det er bedst med samme højde og styrke
- ▶ Brug tekniske hjælpemidler til at løfte mange eller tunge emner
- ▶ To-personers løft er kun en nødløsning