

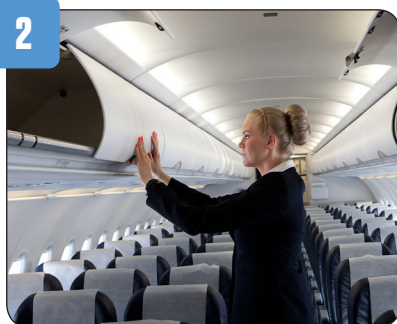


Når du lukker bins og fordeler tax-free

Her får du nogle gode råd til, hvordan du bedst undgår belastninger, når du lukker bins og fordeler tax-free varer.



1 Stå midt for den bin du skal lukke og brug begge hænder.



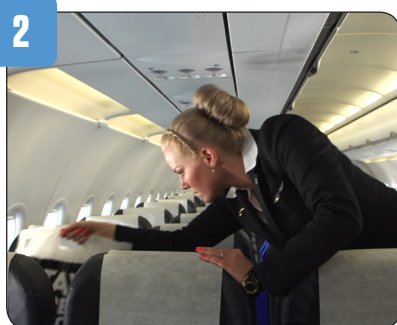
2 Åben låsen med den ene hånd og luk med begge hænder.



3 Du nedsætter støjen for både dig selv og pax, når du "hjælper" låsen på plads.



1 Bær tunge tax-free poser tæt på kroppen.



2 Når du skal række langt, så aflast ryggen ved at støtte med den ene hånd på ryglænet.



3 Bær den tomme boks på højkant og tæt på kroppen. Så er den let at løfte og kan bedre passere sæderne.

Branchevejledninger



Branchevejledninger om ergonomi
www.bartransportogengros.dk

Husk!

- ▶ Arbejd tæt på og midt for kroppen
- ▶ Hold næse- og skonæser i samme retning
- ▶ Luk lågerne med begge hænder
- ▶ Undgå unødigt støj. Smæk ikke med lågen – når du lukker bins
- ▶ Aflast din ryg ved at støtte på ryglænet ved lang rækkeafstand