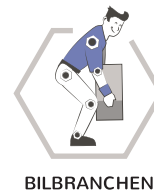


1. ARBEJDSSTILLING VED HÅNDBTERING AF HJUL OG DÆK FRA LAGER



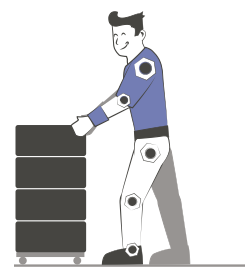
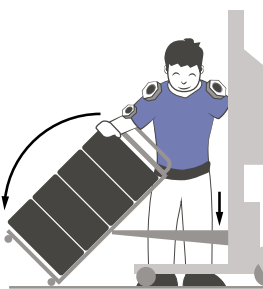
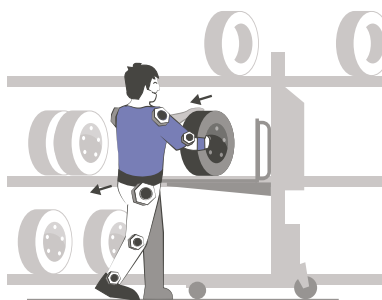
Når du håndterer hjul og dæk, er det vigtigt at undgå tunge løft. Her får du nogle gode råd til, hvordan du kan undgå høje og lave løft ved at bruge hjulløfter – og opnå en let intern transport.



Har du lang rækkeafstand - så brug et "rækkejern". Stå tæt på løfteren og hold ryggen ret. Træk og rul hjul på plads. Brug din vægt, når du skal trække, ved at flytte vægten fra forreste til bagerste fod.

Senk hjulløfteren og vip kassetten ned. Støt stablen med den ene hånd og lad hjulløfteren rejse stablen op til lodret position - så hjulene står stablet oven på 'hunden'.

Stå med den ene fod lidt foran den anden og få et godt greb om det øverste hjul. Hold armene let bøjedede og skub ved at læne overkroppen fremad. Lav vægtoverføring fra bagerste til forreste fod.



HUSK!

- Brug kun 3. hylde til dæk uden fælge.
- Arbejd primært mellem knæ- og skulderhøjde.
- Brug "rækkejern" til at nå dæk på 3. hylde i dækreolen.
- Undgå vrid i ryggen. Stå med fronten vendt mod hjulløfter.
- Rul dæk og hjul i stedet for at løfte.
- Få hjælp af din kropsvægt - brug vægtoverføring, når du skubber og trækker.

TEKNISKE HJÆLPEMIDLER

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

www.i-bar.dk/ergonomi/instruktioner



i-bar.dk