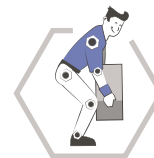


3. ARBEJDSSTILLING VED HJULSKIFT - MONTERING MED HJULBOLT



BILBRANCHEN

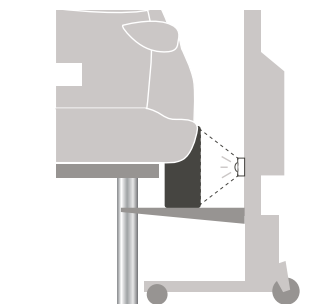
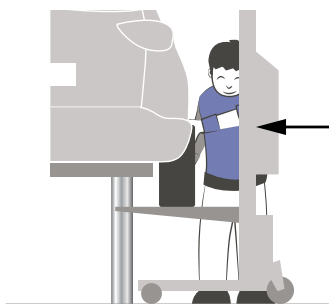
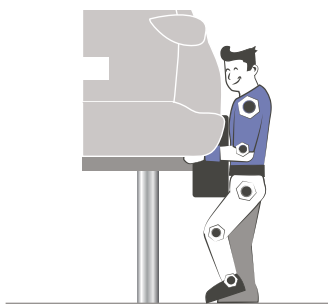
Når du skifter hjul og monterer med hjulbolt, er det vigtigt at undgå tunge løft fra lav højde. Her får du nogle gode råd til, hvordan du undgår at belaste din ryg ved at bruge hjulløfter til såvel lette som tunge hjul.



Løft hjulet tæt på og midt for kroppen. Drej hjulet så hullerne er ud for hinanden. Støt hjulet med låret, når første hjulbolt monteres. Undgå vrid i ryggen - lad fødder følge arbejdsretning.

Tunge hjul monteres bedst med hjulløfter. Løft hjulet til den rette højde. Skub hjulløfteren med hjul tæt på og finjustér hjulets position med den ene hånd, mens den anden støtter hjulet.

Godt arbejdslys gør det lettere at se, om hjulet er i rigtig position, inden hjulbolt monteres. Brug f.eks. en magnet lommelygte, som placeres ud for hjulet.



HUSK!

- Vurdér vægten af hjulet og planlæg, så du undgår lang rækkeafstand.
- Hæv hjulene op til en god løftehøjde.
- Støt hjulet med låret, når du skal placere første hjulbolt.
- Brug lygte - det gør det lettere at se, når hjulet er i rette position.
- Er hjulet tungt - brug altid hjulløfter!

TEKNISKE HJÆLPEMIDLER

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

 www.i-bar.dk/ergonomi/instruktioner



i-bar.dk