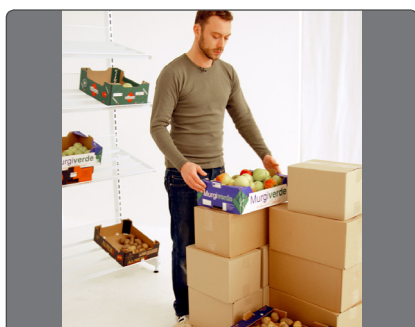




HVORDAN DU BEDST ...

Får tunge grøntkasser på hylderne

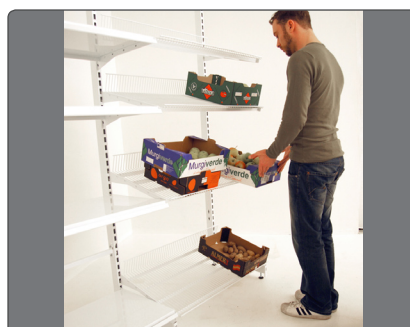
Paller er altid pakket med de tungeste kasser nederst og de letteste øverst, og sådan fordeles de også ofte på hylderne. Det er vigtigt at lære en god arbejdsteknik, hvor du lader kassen være understøttet så meget som muligt og undgår at løfte.



Parker pallen tæt på hylden og så du kan komme til fra tre sider - sørg for plads til at arbejde på.



Vend kassens ene lange side mod dig og løft kassen over til hyldens forkant.



Skub kassen på plads ved at den glider på underlaget - det sparer kræfter.



Brug pallen og dernæst gulvet til at understøtte kassen, så du glider/trækker kassen i stedet for at løfte den.



Træk kassen hen til hyldens forkant og kip kassen ind over hyldekanten.



Når en del af kassen støtter vipper du den op og skubber den ind på plads - i stedet for at løfte.

TEKNISKE HJÆLPEMIDLER

Få gode råd om anskaffelse og brug på www.hvordandubedst.dk



Palleløfter



Rullebord

HUSK

- Parker pallen tæt på hylden og så du kan komme til fra tre sider
- Skab fri gulvplads
- Brug underlaget som støtte - det sparer kræfter
- Lad varen glide - skub/træk i stedet for at løfte
- Lad næse og tæer pege i samme retning hele tiden