

Har du ondt i kroppen?

- når du løfter maskiner og redskaber

RYG

- To- eller flerpersones løft kan ikke erstatte brugen af egnede tekniske
- Planlæg arbejdet, så belastende løft undgås
- Hold ryggen rank
- Aftal hvornår I løfter når I er to - TÆL
- Brug tekniske hjælpemidler



Tænk på din krop – du skal bruge den hele livet!



Scan koden og se filmen. Få mere viden om arbejdsstillinger og tekniske hjælpemidler.

På den måde nedsætter du belastningen og skåner du din krop.

Få mere information på www.paspåkroppen.dk

