

# Tunge løft: Få styr på de tunge løft

## TØMRERVIRKSOMHED



Er I en tømrervirksomhed med 1-9 ansatte?  
Skal I ofte montere tunge vinduer manuelt?  
Og ønsker I at ændre denne praksis, som  
slider unødigt på kroppen? Så har I mulig-  
heden nu. Hjælpen kommer i form af denne  
"Forebyggelsespakke om tunge løft".

Forebyggelsespakken om tunge løft vil hjælpe jer med at ændre rutiner og vaner sådan, at det fremover bliver naturligt at planlægge arbejdet, så I undgår selv at løfte tunge ting. I vil også få mulighed for at afprøve tekniske hjælpemidler til transport og sætte vinduer i med fx A-bom/EasyMounter eller Trolley 2000.



A-bom eller EasyMounter kan løfte vinduet på til vindueshullet. Kan køre på stillads.



Trolley 2000 kan løfte vinduet op til vindueshullet og kan også bruges til transport af vinduer på byggepladsen.

### **Drejebogen viser, hvordan I skal gribe det an**

Arbejdet vil forløbe i flere faser, hvor I vil arbejde med at undgå selv at løfte tunge ting og i stedet indarbejder faste rutiner med tekniske hjælpemidler. I skal afprøve et teknisk hjælpemiddel på en konkret arbejdsopgave, og I skal lave en planlægningsøvelse. Til sidst aftaler I, hvordan I gør fremover, sådan at det bliver en fast rutine for jer at undgå selv at løfte tunge ting og i stedet bruge tekniske hjælpemidler.

### **Kontakt**

Arbejdstilsynet  
Tlf. 70 12 12 88