

INSPIRATION
til formanden på
byggepladsen
2 af 6

Styr på fysisk tunge løft

Forskellige måder til at få gang i diskussionen med
dit sjak om forebyggelse af fysisk tunge løft



Fire hver arbejdsdag

så mange ulykker med akut fysisk
overbelastning anmeldes der i snit i
Danmark

Snak med dit sjak

om virksomhedens erfaringer med skader i forbindelse
med tunge løft, og hvordan der arbejdes med at forebygge
disse ulykker

Mest
effektive

S **Substitution:** "Hvilke fordele er der ved at bruge en kran eller
en anden maskine i stedet for selv at løfte og bære det?"



T **Tekniske tiltag:** "Hvilke tekniske hjælpemidler kan
hjælpe til løfte og bære?"



O **Organisatoriske tiltag:** "Hvordan sikrer vi, at vi skiftes om
de tunge løft, og at være flere om et meget tungt løft?"

Mindst
effektive

P **Personrettede tiltag:** "Hvordan og hvor meget må
man løfte, når man står, går eller vridder i kroppen?"



Sådan kan du snakke om tunge løft og arbejdsmiljø generelt med dit sjak:

Inddrag sjakket ved at
spørge: "Hvilke særlige risici har
vi på denne plads med tunge løft
og forebyggelse af dem?"

Snak om de mest effektive
måder at forebygge ulykker
på ud fra overstående
STOP-princip

Lav praktiske øvelser
med sjakket: Lad sjakket
øve sig i, hvordan der
løftes og bæres korrekt

HUSK at samle op på jeres snak: "Hvad er vi blevet enige om?" - "Hvad vil vi gøre anderledes nu?"

Læs om de gældende arbejdsmiljøregler og forebyggelse ved at scanne QR-koden eller klikke på logoet

