



FAKTA OM LØFT, TRÆK OG SKUB

DET Siger LOVEN

- Arbejdet skal i alle led udføres sikkerheds- og sundhedsmæssigt fuldt forsvarligt, både ud fra en enkeltvis og samlet vurdering af de fysiske, ergonomiske og psykosociale forhold i arbejdsmiljøet
- I skal planlægge og tilrettelægge arbejdet, så det kan udføres sikkerheds- og sundhedsmæssigt fuldt forsvarligt
- Unødige fysiske belastninger samt uhensigtsmæssige arbejdsstillinger eller bevægelser skal undgås
- Der er grænser for, hvor meget man må løfte, trække og skubbe. Se Fakta om vurdering af løft og Fakta om vurdering af træk og skub
- Der gælder særlige regler for, hvor meget unge under 18 år må løfte, skubbe og trække. Se Fakta om unges arbejde – fysiske påvirkninger
- Der skal være egnede og effektive hjælpemidler, såsom løfteanordninger og transportmidler m.v., til rådighed, i det omfang det er nødvendigt for at arbejdet kan udføres sikkerheds- og sundhedsmæssigt fuldt forsvarligt
- Medarbejderne skal have instruktion og oplæring i arbejdsteknik for løft, bæring, træk og skub samt i brug af tekniske hjælpemidler, inden arbejdet påbegyndes

LOVGRUNDLAG

Arbejdstilsynets bekendtgørelse nr. 1234 om arbejdets udførelse: § 4, 7, 10 og 17

GODT AT VIDE

- Mange belastninger ved tunge løft, træk og skub kan begrænses ved at gennemgå arbejdsgange og rutiner og tilrettelægge arbejdet mere hensigtsmæssigt. Fx ved at skabe variation i arbejdsopgaver, begrænse dobbelthåndteringer ved at se på vareflowet fra levering til butik og anden leveringsform af varer
- Belastninger ved tunge løft, træk og skub kan også begrænses ved at give instruktion i og bruge korrekt arbejdsteknik
- Indret lager og butik, så der er plads til at arbejde i gode arbejdsstillinger og til at bruge evt. tekniske hjælpemidler
- Vælg egnede tekniske hjælpemidler ud fra bl.a., hvilke varer der skal håndteres, hvor meget plads I har til rådighed, og hvilket underlag hjælpemidlet skal køres på

LÆS MERE OM EMNET

FRA BFA HANDEL

Fakta om Vurdering af løft

Fakta om Vurdering af træk og skub

www.hvordandubedst.dk

FRA ARBEJDSILSYNET

At-vejledning D.3.1 om Løft, skub og træk