



## Koppla rätt och lyft säkert

Alla som arbetar med eller kommer i kontakt med koppling av last, lyft samt arbeten med hängande last måste känna till vissa grundläggande säkerhetsregler. Lyftanordningarna måste vara okulärt synade innan lyftmomentet samt godkända för lyftändamålet och anpassade till det som ska lyftas.

### Innan lyft/last utförs

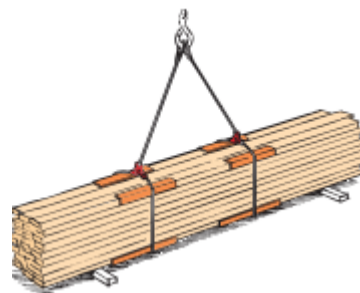
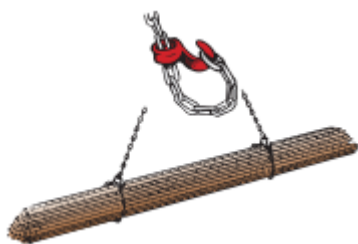
- All utrustning måste vara okulärt avsynade så att vi därigenom fastställer funktion samt att det inte finns några skador på lyftsutrustningen innan.
- Området från där lyftmomenten ska utföras, ska vara avspärrade så att det tydligt framgår till andra som verkar på arbetsplatsen.
- Arbete under hängande last får inte förekomma, samt att den person som står på marken och kontrollerar lyftmomenten, ska försäkra sig om att denna kan utrymma i händelse av en nödsituation.

### Vid koppling av material

- Vid koppling av material i samband med lyft av lätta material eller av material bestående av trä – gäller i regel ett säkerhetsvarv innan låsning. Vid lyft av tyngre material eller av material bestående av metall/stål – gäller i regel två säkerhetsvarv innan låsning. Metoden tillämpas förutsatt att respektive tillverkare för de arbeten som utförs inte anger annat.

Godkänd lyftutrustning beroende på vad som skall lyftas utgör följande kopplingsredskap:





Vid lyft med sling ska slinget vara väl förankrat ett eller två varv innan låsning beroende på vad som skall lyfta.

Beroende på vilket typ av utrustning som skall lyftas, kan utrustningen skyddas med hjälp av mellanlägg.

### Generella principer

Beträffande maskiner, lyft och säkerhet gäller bestämmelserna i Arbetsmiljöverkets föreskrifter. Viktigt är att koppling och lyft sker med stor försiktighet, förstånd och säkerhetstänkande. Använd endast godkända lyftanordningar och kontrollerade lyftredskapen innan. Tillse att ha ordentliga säkerhetsavstånd, koppla rätt och ge tydliga tecken till föraren.

Maskiner lyfter det tunga, men det är för det mesta människan som lyfter lyftredskapen. Tänk på att lyfta kättingar och andra lyftredskap på rätt sätt så att du minimerar belastningen på rygg, armar och ben.

