

Vores krop er bygget til at blive brugt...

men for meget hårdt fysisk arbejde slider på kroppen. Derfor skal du bruge hovedet og passe på kroppen.

- Undgå manuelt arbejde, hvis muligt.
- Brug kroppen klogt.
- Vedligehold din krop med øvelser.

Scan QR-koderne og se hvordan:



QUIZ

Manuelt arbejde skal altid planlægges/udføres, så:

Sæt X ved de rigtige svar:

- man er helt udmattet til fyraften
- man først ser, om der kan bruges maskine i stedet
- man bruger det rigtige værktøj til arbejdet – og ikke hvad man lige har
- man kan springe over, hvor gærden er lavest
- man starter dagen med god opvarmning af muskler og led

UDFYLDT AF:

Firmanavn:

Hold:

Postkortet afleveres til den
arbejds miljøansvarlige
i din virksomhed senest
den 17. juni 2022.

Vinderen findes ved
lodtrækning

VIND
et besøg af en
pølsevogn

3F 

ASFALTINDUSTRIEN

DET GODE ASFALTLIV