

## Kjøring med truck

### Kjenn den truck du skal kjøre

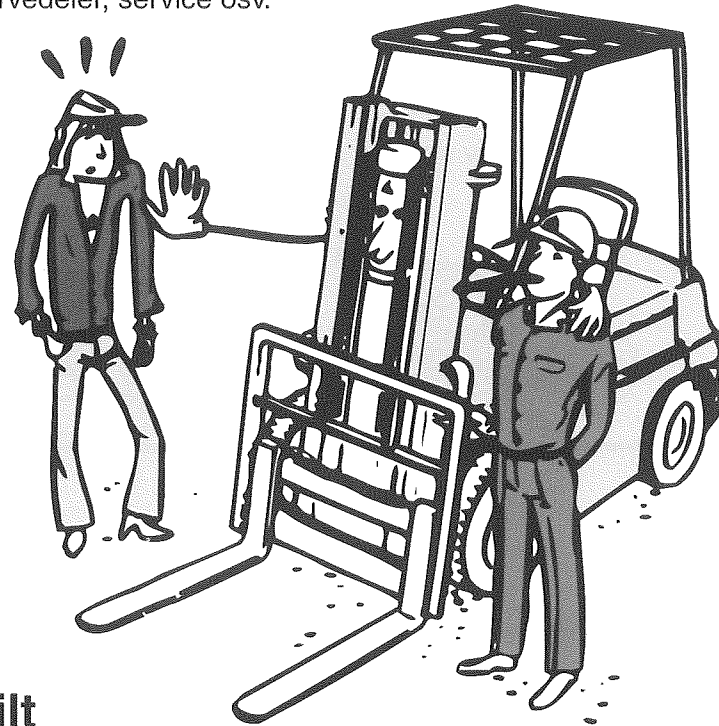
Du skal aldri ta i bruk en truck før du vet at den er i god teknisk stand.

Sikker kjøring betinger at du har satt deg godt inn i hva de forskjellige spaker, pedaler og instrumenter er for. Disse må innøves til det ikke er tvil om hvordan de skal anvendes.

Du skal kjenne følgende tekniske data:

- \* Løftekapasitet og den tyngdepunktsavstand kapasiteten gjelder.
- \* Løftehøyde, eventuelt friløft og laveste byggehøyde (kjørehøyde).
- \* Eventuell kapasitetsreduksjon ved høye løft.
- \* Truckens vekt og akseltrykket. Husk at lasten kommer i tillegg til truckens vekt.

På trucken skal det være et maskinskilt på norsk. På skiltet finner du viktig informasjon. Videre gir serienummer og ordrenummer informasjon leverandøren trenger vedrørende bestilling av reservedeler, service osv.



### Maskinskilt

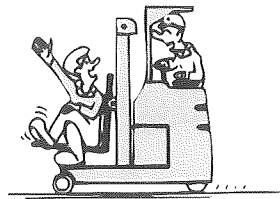
Alle trucker skal ha maskinskilt på norsk.

Informasjon:

- Produsent
- Leverandør
- Merke
- Type truck
- Modell
- År
- Serienummer
- Truckens vekt kjøreklar
- Nominell løftekapasitet
- Lastens tyngdepunktsavstand ved angitt løftekapasitet
- Løftehøyde for nominell løftekapasitet
- Maksimal løftehøyde
- Tillatt løftekapasitet ved maksimal løftehøyde
- Løftekapasitet med permanent påmontert utstyr
- Batterispennning i volt

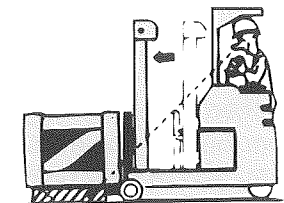
## Kjøreregler

1 Følg gjeldende kjøreregler og intern kjøreinstruks. Kjøreregler og instruks er ikke laget for å gjøre livet surt for deg, men for at du og dine arbeidskamerater skal kunne gjøre jobben på en sikker og god måte.

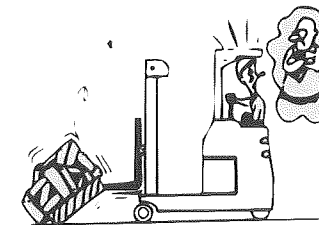
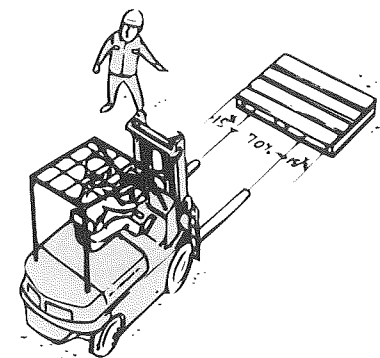


Personbefordring med truck er forbudt

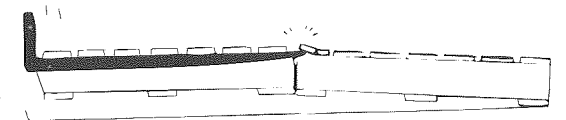
2 Kun føreren skal være på trucken. **Personbefordring med truck er forbudt.** Du ville vel ikke hatt ansvaret for at arbeidskameraten din ble skadet eller drept fordi du skulle være «grei» og lot ham sitte på. Hvor «grei» tror du konen eller barnene hans synes du var. (Montert ekstrasete er tillatt innenfor truckens ytre mål. Kun godkjent arbeidskurv for personløft).



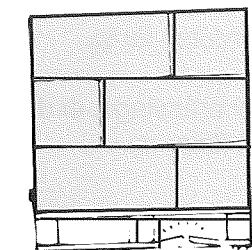
3 Gaffelarmene må være slik at de passer for den last som skal håndteres. I motsatt fall kan lasten eller pallen lett skades. I verste fall kan hele lasten falle ned fra stor høyde med de farer det innebærer. Å justere gaffelarmene sideveis er en enkel jobb. Gaffelarmene må ikke være for korte eller for lange. De skal kjøres bent inn i pallen.



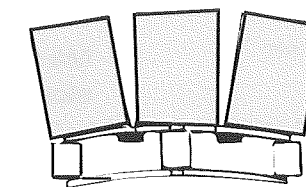
Tilt før løft



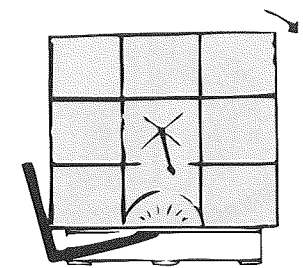
For lange gaffelarmar



Ujevnt underlag

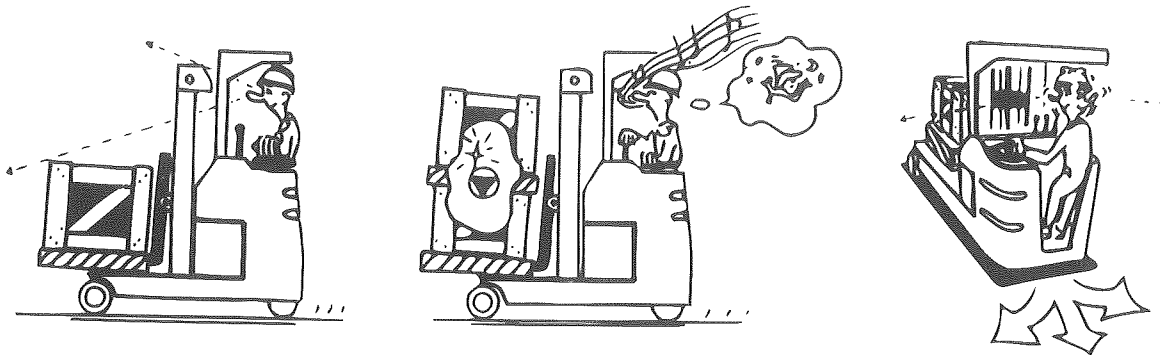


Gaffelarmene for tett sammen

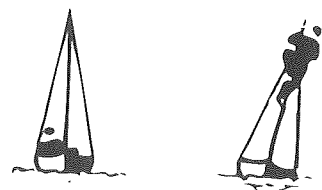
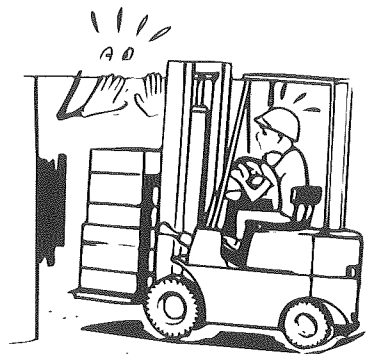


For korte gaffelarmar

- 4 Påse at det alltid er sikt i kjøreretningen. Det kan ha kommet hindringer i veien på det korte øyeblikket siden du kjørte der sist. Hvis sikten forover er hindret av last på gaffelarmene, må du rygge. **SE ALLTID I KJØRERETNINGEN, - OGSÅ HELE TIDEN NÅR DU RYGGER.**

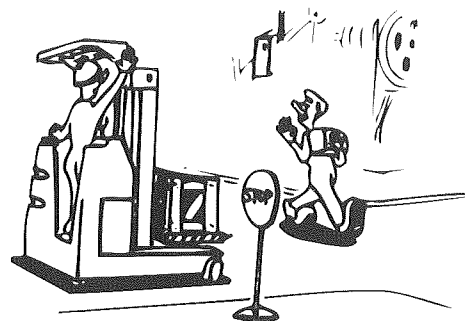
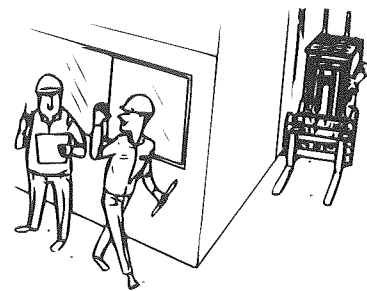


- 5 Kjør alltid med lasten så lavt som mulig. Da blir trucken mer stabil og fallet blir lavt dersom noe av lasten skulle falle av. (Ca. 15 - 20 cm over bakkenivå).



Kjører du med last/gaffelarmene så lavt som mulig, unngår du å ta oppi takbjelker o.l. med masten. Vær også oppmerksom på strømførende ledninger o.a. som kan være til hinder.

- 6 Ved kjøring uten last skal gaffelarmene bare såvidt løftes klar av bakken. Da unngår du å spidde folk når du f.eks. runder et hjørne med trucken.



- 7 Slå av på farten og stopp om nødvendig ved dører, hjørner, utganger o.l. Truck med last kan ha en vekt på flere tonn og er derfor særdeles farlig.

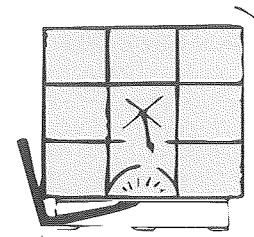
Må du bråstoppe eller bråsvinge, er det stor fare for at lasten faller av.

På fryselager eller utendørs, når det er frost og snø, kan kjøreunderlaget og gaffelarmene være glatte.

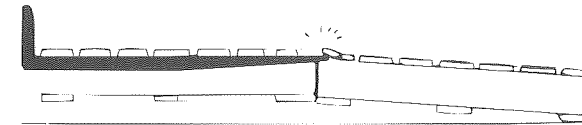
## Pallehåndtering

Det er viktig at gaffelarmene har riktig lengde og at de er innstilt med riktig bredde i forhold til den pall eller last som skal håndteres. Du kan lese om dette under «Kjøregler» s. 100 i boken.

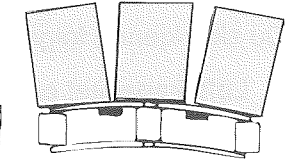
Du må aldri trekke eller skyve paller med gafflene.



For korte gaffelarmene



For lange gaffelarmene

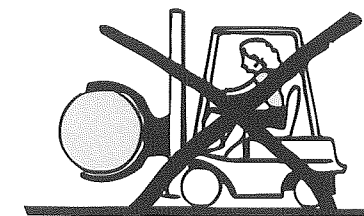


Gaffelarmene for tett sammen

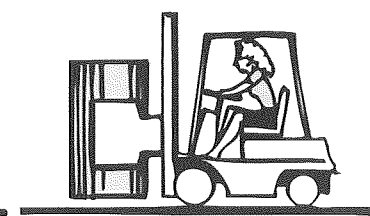
## Ruller, langgods og containere

### Håndtering av tønner, fat og større ruller

Normalt er en klem den sikreste håndteringen av rullformet gods. Rullen skal håndteres loddrett. Ved transport av rullen i vannrett stilling, kan påkjenningen på den underste klemarmen gjøre at lasten faller av og ruller avgårde, - stor fare!



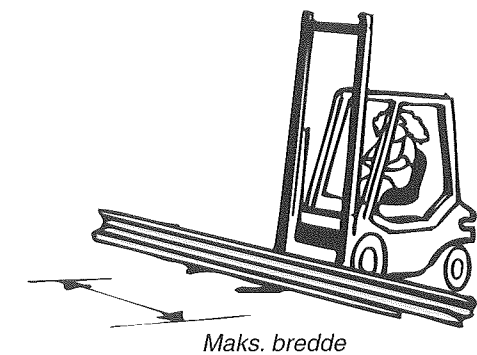
Galt



Riktig

### Håndtering av langgods

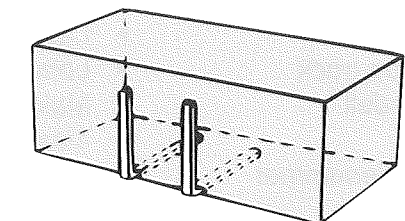
Sidelastere og 4-veis trucker er spesielt egnet for langgods. Men motvektstrucker brukes også til langgods. Gaffelarmene skal da stilles i maksimal bredde. Du må forsikre deg om at godsets tyngdepunkt ligger midt mellom gaffelarmene. Rør bør være buntet under transport. Masten tiltes helt bak og du må holde et godt øye med lastens ytterpunkter.



Maks. bredde

### Containerhåndtering

Containere er meget følsomme for uforsiktig håndtering p.g.a. «lett» konstruksjon. Skal du håndtere containeren med gaffelarmene, må du være klar over at containeren skal ha gaffelarmlokker.



Løfting ved hjelp av gaffelarmmer

## Noen av de vanligste årsakene til ulykker

- Påkjørsel forover/rygging/sving/bremsing
- Fallende last
- Truckvelt
- Utforkjøring fra kai
- Klemt mellom truck og gulv/vegg/last
- Gaffelarm løsnet fra feste
- Ujevn kjørebane
- Klemt i truckens mast/kjede

### FIKK KNUST FØTTENE

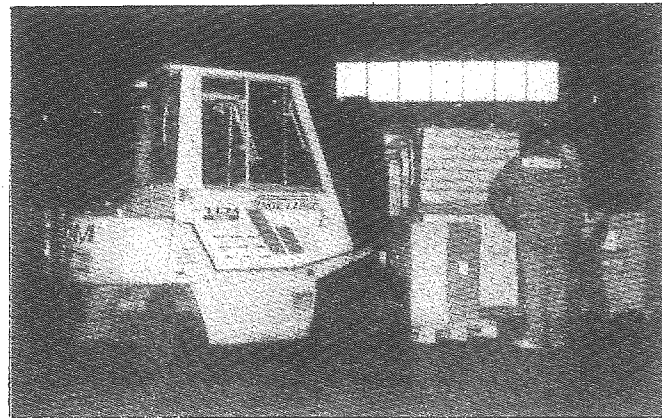
En 61 år gammel dame fikk knust begge føttene da hun ble påkjørt av en gaffeltruck på Dokkeskjærskaien i går formiddag.

Ulykken skjedde ved 1350-tiden. 61-åringen arbeidet som bud i samme firma som truck-sjåføren var ansatt.

#### UUNNGÅELIG

Gaffeltrukken var i ferd med å rygge da damen plutselig dukket opp bak en pall. Sjåføren hadde ingen mulighet til å unngå ulykken og kjørte over føttene til damen.

Den skadde ble i all hast



**STYGT SKADET:** En 61 år gammel kvinne fikk knust føttene da hun ble pårygget av denne trucken.

FOTO: TRYGVE LIEN

fraktet til Haukeland sykehus. Lege jobbet i hele går på spreng for å få lappet kvinnens ben sammen igjen.

## Kappet foten i arbeidsulykke

TEKST: FINN BJØRN TONDER - FOTO: ODD E. NERBO

En 27 år gammel mann ble sendt til Haukeland sykehus med alvorlige skader etter en arbeidsulykke i lokalene til IFA Electric på Midttun i Bergen ved 12.30-tiden søndag. Mannens høyre fot ble kuttet tvers av, etter at trucken 27-åringen førte veltet ned i en sjakt. Mannen ble liggende med foten fastklemmet mellom betonggulvet og trucken i nesten en time, får Bergens Tidende opplyst ved Nesttun politistasjon.

27-åringen kjørte trucken over en jernplate som dekket en sjakt. Da trucken var midt på rampen, ga plutselig platen etter og trucken forsvant delvis ned i sjakten. 27-åringen ble liggende på betonggulvet, men fikk høyrefoten fastklemmet under den to tonn tunge trucken. Slik ble mannen liggende i rundt en time, før arbeidskamerater og utrykkningspersonell fra Bergen brannvesen klarte å få løsnet ulykkestruckeren.

Det måtte benyttes flere andre trucker og annet utstyr for å få mannen løs.

#### Ryggsmerter

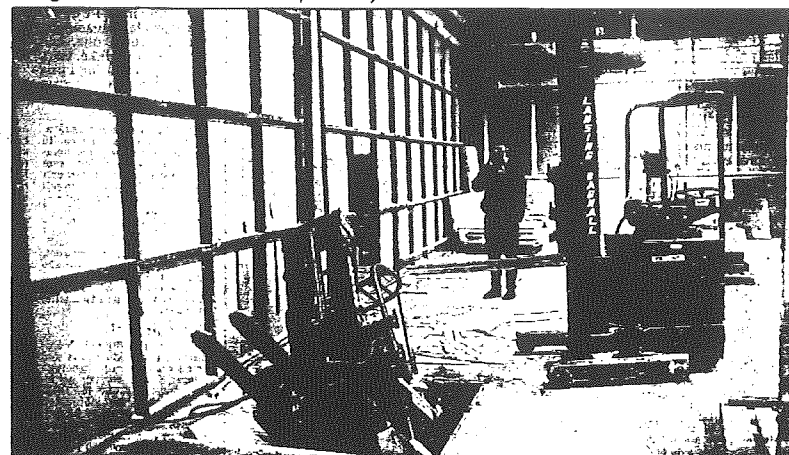
Fra politiet får Bergens Tidende opplyst at foten nå har vært klemmet på en slik måte at mannen ikke ble utslatt for stort blodtap mens han ventet på å komme løs. Da trucken ble løftet opp visste det seg at mannens høyrefot var kappet under kneet. Han klaget også over betydelige smerter i ryggen.

27-åringen skal nå være bevissthet hele tiden. Politiet har ikke fått opplysninger om at det skal være fare for mannens liv.

#### Hvem er ansvarlig?

Det er allerede avklart at sjakten ikke kan ha vært godt nok sikret. Arbeidsstatistikken ble koblet inn like etter ulykken. Det er klart at 27-åringens arbeid for aksjonen «Sjaktne statister», som hadde i oppdrag å kjøre ut paller med boks fra lokalene til IFA Electric.

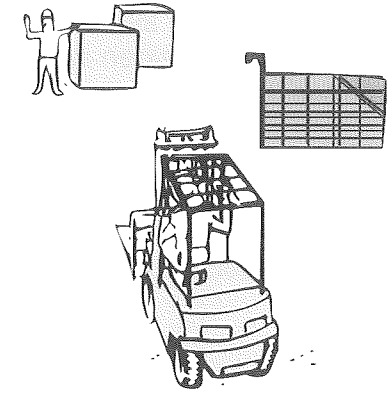
I et brev hadde ikke politiet fått avklart om 27-åringen hadde truckførerbevis. Fordi 27-åringens arbeid for en student aksjon er det heller ikke avklart hvem som har arbeidsoveransvar i denne saken.



ALVORLIG ULYKKE: Mannen som førte ulykkestruckeren fikk høyrefoten kappet tvers av under kneet. Truckføreren arbeidet for en studentaksjon da jernplaten ga etter og trucken forsvant delvis ned i sjakten.

Avisomtale fra en truckulykke. Menneskelig svikt i forskjellige sammenhenger var årsaken. Hadde føreren bevis? Visste føreren og den ansvarlige på lageret hvor tung en truck er? Var arbeidsplassen forsvarlig? Hvem har ansvaret? Spørsmålene er mange. Men for føreren er resultatet tragisk uansett svarene.

- 8 Bruk hornet om nødvendig. Husk at det ikke er sikkert andre hører trucken når du kommer kjørende p.g.a. støy i nærheten.
- 9 Studér nøye truckens løftekapasitet, tyngdepunktsavstand og eventuell kapasitetsreduksjon ved høye løft. Vær sikker på at lasten er innenfor de oppgitte kapasitetsgrenser. Se truckens lastdiagram hvis du er i tvil om du kan gjøre jobben.
- 10 Overbelast aldri en truck. Alle former for overbelastning av trucken medfører stor fare for deg selv og dine omgivelser samtidig som trucken fortære blir utslitt.

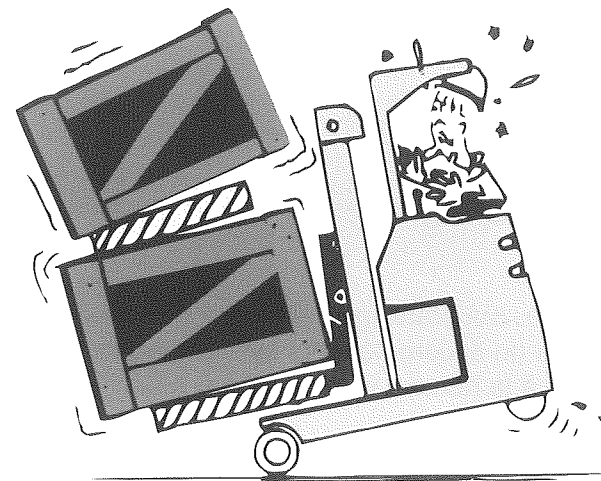


Mange forhold kan påvirke løftekapasiteten:

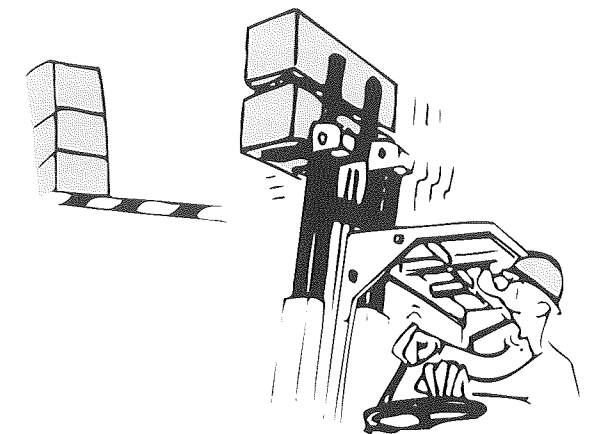
Lasten kan f.eks. ligge for langt fremme på gaffelarmene, slik at lastens tyngdepunktsavstand blir større enn det som er oppgitt for maksimal last.

Lasten ligger korrekt på gaffelarmene med masten i løftet stilling. Dersom du tilter masten forover, forskyves tyngdepunktet forover og trucken tipper dersom tyngdepunktet kommer utenfor veltelinjen.

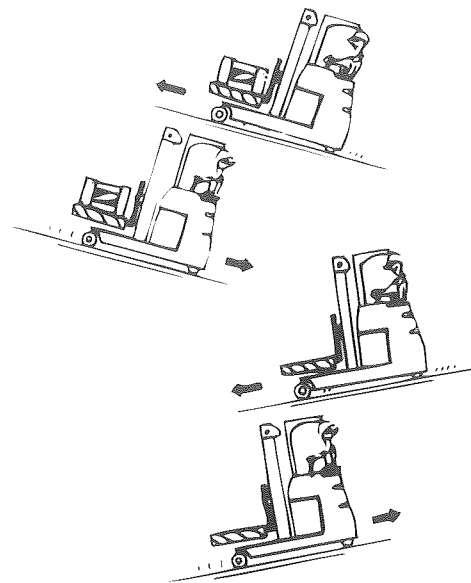
Ligger lasten skjevt på gaffelarmene kan også dette føre til overbelastning av trucken. Tilter du skjevt lastet gods bakover i stor høyde kan du risikere at trucken velter.



- 11 Tilt aldri masten forover med last i løftet stilling. Kun over lossested (stabel) kan masten tiltes frem til loddrett stilling. Løft ikke lasten høyere enn nødvendig.



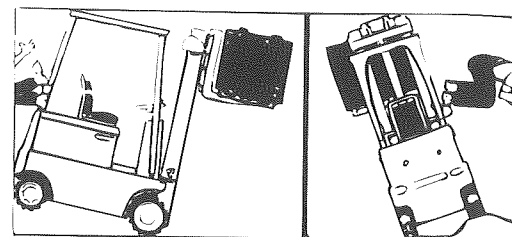
12 I bakkekjøring med last skal lasten alltid være vendt mot bakkens topp. Derved ligger lasten stødig mot trucken og bremse-/drivhjulene får best effekt.



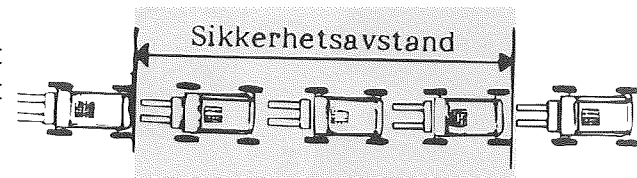
Uten last skal gaffelarmene alltid være vendt mot bunnen av bakken, slik at mest mulig av vekten kommer på bremsehjulene.

Du skal unngå å kjøre på tvers av skrått underlag. Med last på trucken skal du **aldri** kjøre på tvers av en skråning fordi faren for å velte da er meget stor.

13 Hvis du kjører over ujevnheter kan lasten falle av. Med hevet last kan trucken velte. Typiske ujevnheter kan være dumper i kjørebanelen, kryssing av jernbanespor og løse gjenstander.

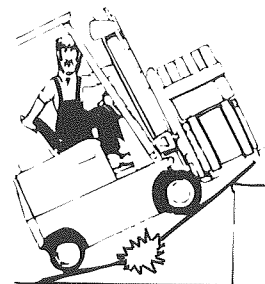
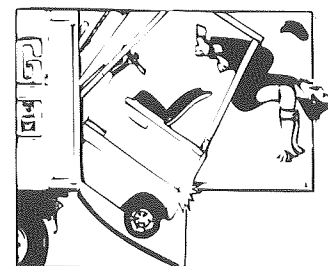


14 Hold avstand til forankjørende, minst 3 trucklengder. Husk at kjøretøyet foran kan bråstoppe.



15 Dersom det er påkrevd å stable i en bakke, må stablingen alltid foregå i helningsretningen og høyden begrenses. Da slipper du å kjøre på tvers av skråningen. Også ved lasting/lossing av kjøretøy er det viktig å ta hensyn til skråningen.

16 Skal du over en kjørebri f.eks. til jernbanevogn, lastebil, henger, container, vekselflak eller sideport i båt (truck til truck) må du ta hensyn til de vanlige forhold for bakkekjøring. Det er viktig at kjørebriene er riktig dimensjonert for truck pluss last. Se til at kjørebriene har tilstrekkelig bredde. Løse kjørebri må være forsvarlig sikret mot forskyvning.



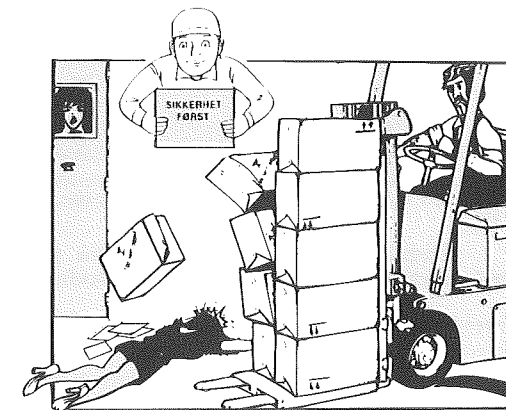
Kjøretøyet som kjørebriene går til må være sikret mot forskyvning (bremser på, klosser under hjul eller andre sikringstiltak).

## Truckulykker

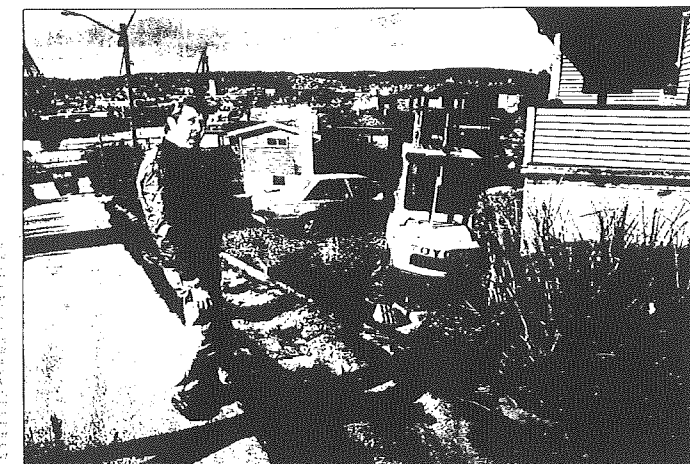
En grundig opplæring i truckkjøring og arbeidsforholdene i truckmiljøet, er det beste middel for å unngå arbeidsulykker. Derfor er truckføreropplæringen du nå gjennomgår av stor betydning for din egen og andres sikkerhet.

Arbeidstilsynet fører statistikk over rapporterte arbeidsulykker ved bruk av truck. Ca. 60% av skadene går ut over truckfører og 40% ut over andre. Påkjørsel med rygging gir flest ulykker. **SE ALLTID BAKOVER NÅR DU RYGGER.**

**Påkjørsel** er den langt vanligste årsak til arbeidsulykker med truck. Også **fallende last** gir mange skader. Av- og påstigning er en annen årsak til skader. Ved å undersøke årsakene til ulykker viste det seg at ca. **60% av ulykkene var truckførers egen skyld**. Mellom 25% og 30% var andres skyld. I ca. 10% var det tvilstilfelle om skyld, mens bare i underkant av 3% av ulykkene skyldtes maskinelle feil. Målet er å få bort truckulykkene. Og her går det klart frem fra statistikk at du som truckfører er det viktigste elementet til å redusere ulykkene. Det utvidete kravet til truckføreropplæring er et viktig bidrag til at truckulykker reduseres.



## Fikk løpsk truck gjennom hagegjerdet



Kjent nok er det ikke alle som har vært ute og kjørt truck. Men det er mange som har vært ute og kjørt truck. Det er mange som har vært ute og kjørt truck. Det er mange som har vært ute og kjørt truck.

– Egnet skal jeg prise meg lykkelig for at jeg ikke havnet under trucken. Industrierarbeideren Jan Gustavsen (tilt) skreiet på den gule klossen i hagen sin. Fem sekunder etter at han gikk i garasjen for å henge opp heksesaksa, susste den løpske trucken gjennom hagegjerdet der han akkurat hadde avsluttet hagejobbingen!

– Den skulle aldri vært på veien eller min mening. Jeg luter på hvilke krav myndighetene stiller til slike anleggsmaskiner. sier Jan Gustavsen.

– Løstene har skadet bilen min i understelet. Trucken vippet hele bilen et godt stykke innover i hagen, sier en opplyst husner.

– Fem sekunder fra stygg smell. – Fem sekunder før trucken kom besende inn i hagen bak.

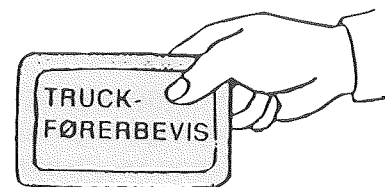
de jeg strømmet en reim over avbillet i hengere. Fordi jeg skulle på jobben slukka to, var jeg i feil med å henge opp heksesaksa. Hadde Toyota-trucken kjørt inn i hagen tidligere, hadde jeg fått den over meg, sier Gustavsen og trøst hver til det egentlig kunne gått.



I tillegg til hoveddelene for trucker har truckførerbeviset klasser for trucktyper og diverse tilleggsutstyr. For disse klassene skal det gis særskilt opplæring.

Truckførerbeviset blir påført de klasser beviset gjelder for. Innehaver av truckførerbevis må rette seg etter Arbeidstilsynets forskrifter. Truckførerbeviset er et yrkesbevis og gjelder for livstid.

- **DEL I Ikke-løftende og ikke-stablende trucker (klasse 1)**  
Klasse 1 Trekk- og skyvetrukker, truck med fast lastplattform (plattformtruck), palletrukker og lavtløftende plukktrucker
- **DEL II Stablende høytløftende trucker t.o.m. 10 tonns løftekapasitet (klassene 2 - 5)**  
Klasse 2 Skyvemast- og støttebenstrucker  
Klasse 3 Svinggaffeltrucker (smalgang), høytløftende plukktrucker, førerløftende trucker og sidestablende trucker  
Klasse 4 Motvekts- og terrenggående trucker  
Klasse 5 Sidelastere
- **DEL III Storsidelastere**  
Klasse 6 Sidelastere f.o.m. 10.001 kg
- **DEL V Stortrukker (klasse 8)**  
Klasse 8 Trucker med løftekapasitet f.o.m. 10.001 kg  
8.1 Med containeråk  
8.2 Med tømmerklo  
8.3 Med gripearmer
- **I tillegg :**  
Klasse 9 Tilhenger eller tilhengerredskap til truck i klassene 1 - 8  
Klasse 10 Tilleggsutstyr til truck i klassene 2 - 5  
10.1 Gaffel- og gaffelmontert utstyr  
10.2 Rotasjonsaggregater  
10.3 Klemaggregater  
10.4 Dra- og skyveutstyr  
10.5 Personløftekurv og kranarm  
Klasse 11 Andre



#### Klasse 10 - tilleggsutstyr

Utstyret gjelder for trucker innen klassene 2, 3, 4 og 5.

Når en person har fått opplæring på en type tilleggsutstyr i f.eks. klasse 1 og består opplæringen, vil vedkommende være berettiget til å bruke alt annet tilleggsutstyr som hører inn under klasse 1. Det samme vil gjelde for de andre klassene.

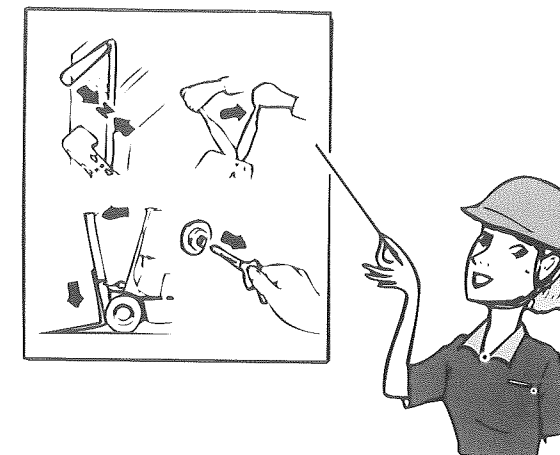
Opplæring i utstyr som har flere funksjoner samtidig vil føre til at truckføreren får opplæring i to klasser. Føreren vil da få påført begge klassene på truckførerbeviset. F.eks. en rullvender er et aggregat som både **klemmer** (klasse 10.3) og **vrir/roterer** (klasse 10.2). Opplæring på dette utstyret vil kvalifisere for klassene 10.2 og 10.3.

Sideforskyvnings- og spredeaggregat som er innebygget i mast regnes ikke inn under noen av klassene. Samme utstyr som monteres på gaffelvogn hører inn under klasse 10.1.

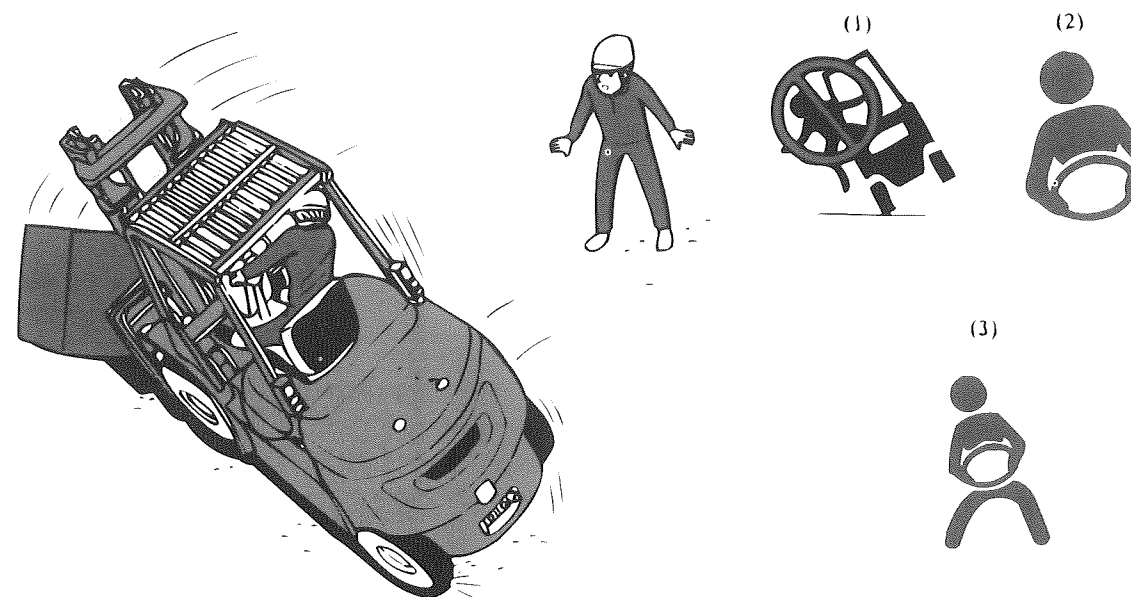
Innehavere av gamle truckførerbevis med klasse 10 påført, beholder retten til å bruke alle tilleggsutstyr.

## Ved stopp eller parkering

- 1 Senk gaffelarmene helt ned til gulvet. Da er ikke gaffelarmene til hinder for den øvrige ferdsel.
- 2 Sett på parkeringsbremsen.
- 3 Sett kontrollene i nøytral stilling slik at du ikke opplever noe uventet når du starter trucken igjen.
- 4 Slå av motoren og ta ut tenningsnøkkelen.
- 5 Legg klosser under hjulene hvis det er helling.



## Hvordan overleve velt



Husk, sjansene dine for å overleve velt er bedre hvis du er på trucken. Dersom trucken begynner å tippe:

- **Hopp IKKE av!**
- **Grip fast i rattet eller førervernet.**
- **Ta spenntak med benene og len deg vekk fra kræsjestedet.**

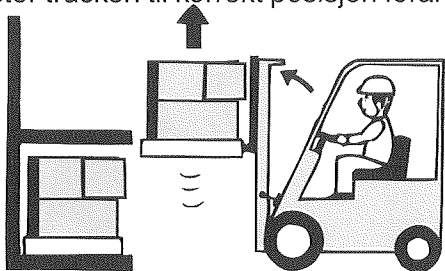
I en nødsituasjon er lynrask reaksjon nøkkelen til å overleve.

## Stabling og nedtaking av last

### Motvektstruck

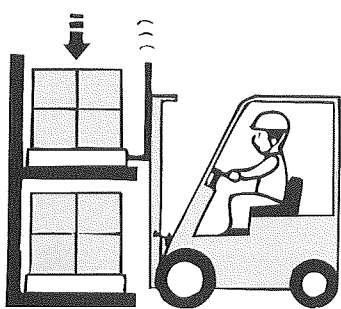
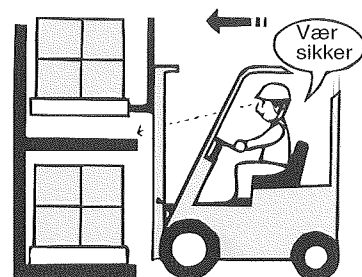
#### Stabling

- 1 Senk hastigheten og kjør inntil stabelen/reolen med gaffelarmene i transporthøyde.
- 2 Myk stopp foran reolen. Sjekk sikkerheten.
- 3 Justér trucken til korrekt posisjon foran reolen.

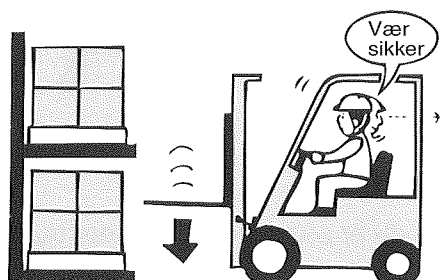


- 4 Tilt masten fra kjørestilling til loddrett stilling eller svakt bakovertilt dersom det er nødvendig for å holde lasten stabil. Løft pallen litt over den aktuelle stablehøyden.

- 5 Kontrollér at du er i riktig posisjon og kjør langsomt frem. Stopp mykt når pallen er korrekt over lossestedet. Har du tiltet masten bakover for å holde lasten stabil, skal masten nå tiltes til loddrett stilling.



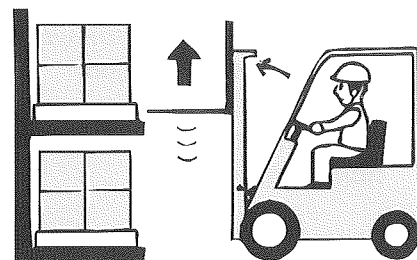
- 6 Sett pallen i reolen eller på stabelen og se til at gaffelarmene er uten belastning.



- 7 Sjekk at det er klart bak og rygg forsiktig til gaffelarmene er klar av reolen. Pass på at ikke gaffelarmene subber i pallen eller reolen. Senk gaffelarmene til transporthøyde (15 - 20 cm over gulvet). Sjekk at det er klart før du kjører.

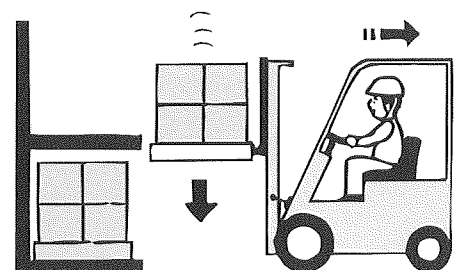
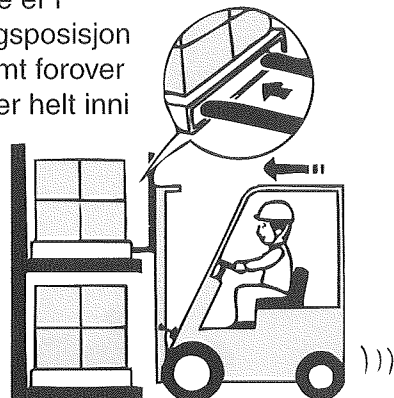
#### Nedtaking

- 1 Stopp rolig ca. 30 cm foran lasten/reolen.
- 2 Justér truckplasseringen så gaffelarmene kommer i riktig stilling.
- 3 Sjekk at lasten er sikker.



- 4 Tilt masten til loddrett stilling og løft opp.

- 5 Når gaffelarmene er i korrekt innkjøringsposisjon kjører du langsomt forover til gaffelarmene er helt inni pallen og løfter den klar av reolen (ca. 5 - 10 cm). Tilt masten svakt bakover dersom det er nødvendig for å holde lasten stabil.



- 6 Sjekk at det er klart bak og rygg klar av reolen/stabelen og senk lasten til transporthøyde 15 - 20 cm.

- 7 Tilt masten bakover til kjørestilling så masten ligger støtt og kjør til bestemmelsesstedet.



## Arbeidsmiljølovens paragraf 1, 7 nr. 3 og 14 i

Opplæring av truckførere er et krav. Truckføreren skal kjenne innholdet i følgende paragrafer i arbeidsmiljøloven:

### § 1 Målsetting

#### Lovens målsetting er:

- 1 Å sikre et arbeidsmiljø som gir arbeidstakerne full trygghet mot fysiske og psykiske skadevirkninger og med en verneteknisk, yrkeshygienisk og velferdsmessig standard som til enhver tid er i samsvar med den teknologiske og sosiale utvikling i samfunnet.
- 2 Å sikre trygge tilsetningsforhold og en meningsfylt arbeidssituasjon for den enkelte arbeidstaker.
- 3 Å gi grunnlag for at virksomhetene selv kan løse sine arbeidsmiljøproblemer i samarbeid med arbeidslivets organisasjoner og med kontroll og veiledning fra offentlig myndighet.

### § 7 Generelle krav

Nr. 3 - I virksomhet hvor hensynet til arbeidstakernes helse og sikkerhet gjør det nødvendig kan Kongen gi forskrifter om at:

- a Særlige vernetiltak skal iverksettes.
- b Virksomheten skal innhente tillatelse til å utføre farlig arbeid.
- c Arbeidsgiver **bare kan nytte arbeidstakere som kan dokumentere** at de har gjennomgått en opplæring som tilfredsstillende nærmeres fastsatte krav til ferdigheter eller kunnskaper.

### § 14 Arbeidsgiverens plikter

Arbeidsgiveren skal sørge for at virksomheten er innrettet og vedlikeholdt og at arbeidet blir planlagt, organisert og utført i samsvar med bestemmelsene gitt i og i medhold av denne lov, jfr. særlig §§ 7 - 13.

For å sikre at hensynet til arbeidstakernes sikkerhet, helse og velferd blir ivaretatt på alle plan i virksomheten, skal arbeidsgiveren:

- i **Sørge for at arbeidstakerne gjøres kjent med ulykkes- og helsefarer som kan være forbundet med arbeidet, og at de får den opplæring, øvelse og instruksjon som er nødvendig.**

## Klasseinndeling av truckførerbeviset

Truckførerbeviset deles i hoveddeler som har forskjellige læreplaner.

Del I er det enkleste kurset.

Del II er det kurset som omhandler de fleste trucktypene og er det vanligste kurset. Har du truckførerbevis Del II gjelder det også for Del I.

Del III og Del V gjelder stortrucker. Dvs. trucker med løftekapasitet over 10.000 kg. Opp-læringen her er et tilleggskurs til Del II.

## Praktisk opplæring og «Fadder-ordningen»

Truckførerinstruktøren er ansvarlig for planleggingen og gjennomføringen av opplæringen. Truckførerinstruktøren kan samarbeide og delegerer den praktiske opplæringen til en «fadder» i bedriften. En «fadder» skal være en truckfører med truckførerbevis og minst 3 års erfaring med truckkjøring, utnevnt av bedriftsledelsen i samråd med truckførerinstruktør og verneombud. «Fadder» skal være en veileder, og skal se til at opplæringen foregår etter læreboken. «Fadder» må følge de instruksjoner som blir gitt av instruktøren og regelverket forøvrig.

## Orientering om forskrifter til bruk av trucker

Direktoratet for arbeidstilsynet utgir de forskrifter til arbeidsmiljøloven som gjelder tekniske krav og bruk av tekniske innretninger og utstyr hvor gaffeltrucker hører under. I forskriften har gaffeltruck betegnelsen «løfte- og stablevogn for gods».

I forskriftene stilles minimumskrav til trucker, sikkerhet og helse vedrørende arbeidstagenes bruk av arbeidsutstyr i arbeidet. Kravene er utgangspunkt for det som skal dokumenteres gjennom internkontrollsystemet (IK).

Forskriftene ajourføres når nye regler innføres. Kontrollør derfor at du har nyeste utgave når du skal undersøke noe i regelverket.

Overtredelse av denne forskriften straffes etter arbeidsmiljølovens kap. XIV (se s. 132 i læreboken «Trucker + Truck-Kjøring») og straffeloven.

Forskriften har to hoveddeler:

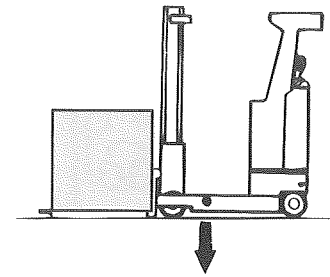
- 1 Maskinforskriften gjelder ved konstruksjon, bygging og omsetning** av tekniske innretninger og utstyr. Denne forskriften forteller om hvilke tekniske krav og dokumentasjon som kreves bl.a. for gaffeltrucker. **Forskriften retter seg mot produsenten og dennes representant**, importører, leverandører og andre forhandlere av maskiner til yrkesmessig eller privat bruk, samt tekniske kontrollorganer. Disse skal sørge for at bestemmelsene i denne forskriften blir gjennomført.
- 2 Brukerforskriften gjelder bruk** av tekniske innretninger og utstyr. Forskriften gjelder også **opplæring og sakkyndig kontroll**. Brukerforskriften informerer om krav til bruk av trucker. Her er det informasjon om krav til truckfører, krav til opplæring av truckførere og krav til opplæringsvirksomheten som skal foreta opplæringen. Videre informerer forskriften om krav til kontroll av trucker og hvem som kan foreta kontroll. **Forskriften retter seg mot arbeidsgiver som skal sørge for at bestemmelsene i denne forskrift gjennomføres.** Bestemmelsene gjelder også for virksomhet uten ansatte og for virksomhet som driver opplæring eller sakkyndig kontroll.

### Dispensasjon fra forskriften

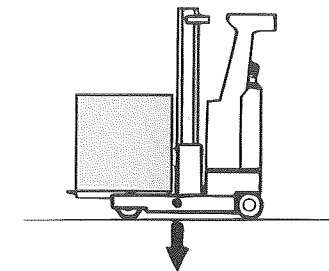
Det er kun Arbeidstilsynet som kan gi dispensasjon fra denne forskriften. Forutsetningen er at forskriftens krav til sikkerhet ikke svekkes og at det ellers er forsvarlig ut fra de belastninger arbeidstager kan bli utsatt for.

Forskriftene kan bestilles hos Tiden Norsk Forlag AS, Boks 8813 Youngstorget, 0028 Oslo, tlf. 22 00 71 01, faks 22 00 71 38 - 22 00 71 39.

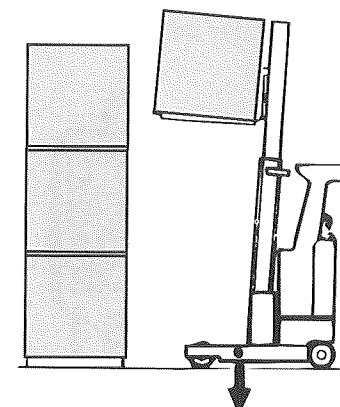
## Skyvemasttruck



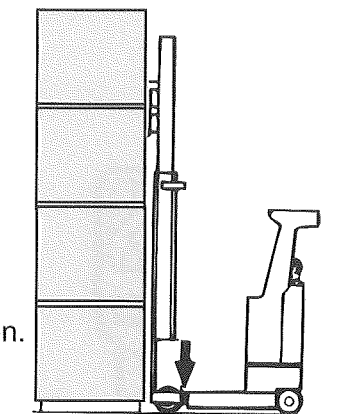
- 1 Lasten tas opp.**  
Obs. tyngdepunktet.  
Trek masten inn.



- 2 Alltid masten helt i bakerste stilling**  
under kjøring.



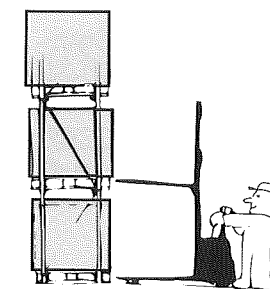
- 3 Kjør inntil stabelen.** Løft loddrett eller svakt bakovertilt det er nødvendig for å holde lasten stabil. Løft pallen litt over den aktuelle stablehøyden.



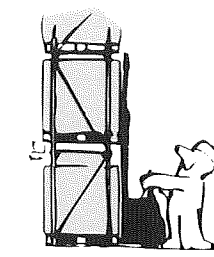
- 4 Kjør helt inntil reolen/stabelen.** Sørg for at masten er i loddrett stilling og skyv masten frem så pallen går inn i reolen eller oppå stabelen. Sett lasten forsiktig ned og se til at gaffelarmene er uten belastning. Skyv masten tilbake. Pass på at ikke gaffelarmene subber i pallen eller reolen. Senk gaffelarmene til transporthøyde (15 - 20 cm over gulvet). Sjekk at det er klart bak før du rygger.

## Støttebenstruck

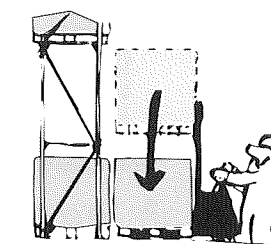
Illustrasjonene viser lede støttebenstruck. Den samme teknikken gjelder også for støttebenstrucker med kjørende fører.



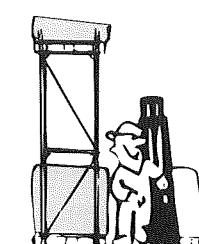
- Stå ved siden av trucken.**  
Hev gafflene til ønsket pall.



- Kjør rett inn i pallen,**  
hev ca. 5 cm.



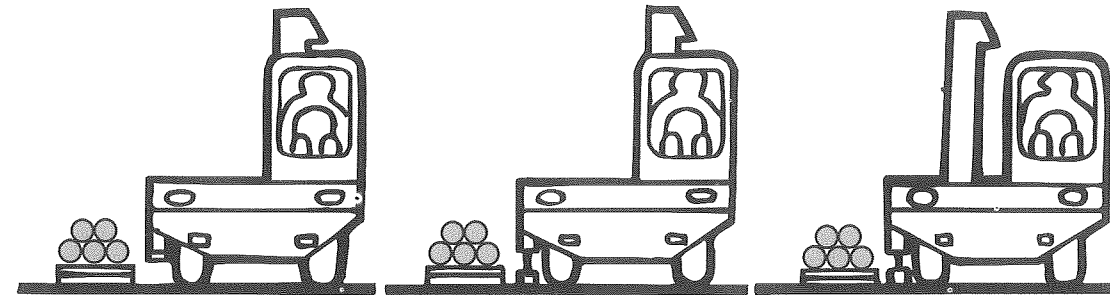
- Rygg rett ut, senk pallen.**



- Sving med fullt utslag på ledearmen til kjøreposisjon.**

## Sidelastertruck

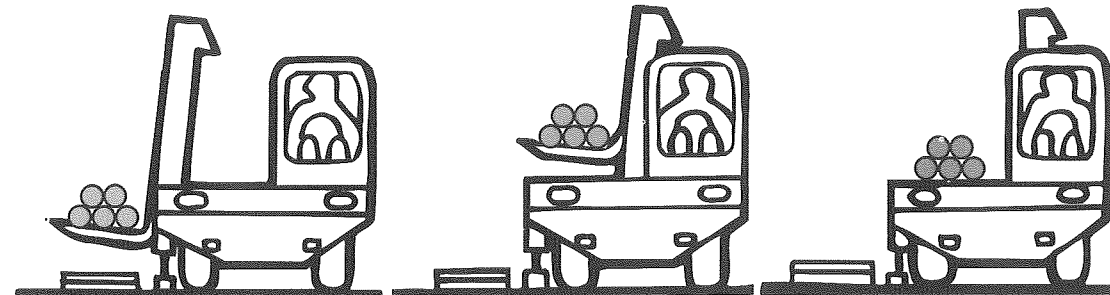
### Opptak av last



1 Plasser truckens lasteside inn til godset.

2 Giret i nøytral. Håndbremse på. Sett ut støttelabber hvis slike finnes.

3 Tilt gaffelarmene forover. Skyv masten ut inntil gaffelarmene er under lasten.

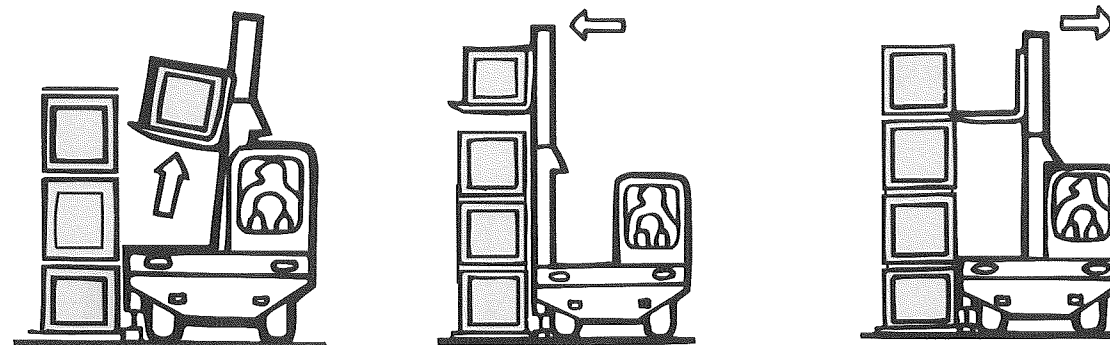


4 Tilt gaffelarmene bakover. Løft lasten til den er klar av plattformen.

5 Trekk masten sakte helt tilbake.

6 Senk lasten ned på plattformen.

### Stabling av last



1 Løft lasten. Tilt masten. Husk støttelabber.

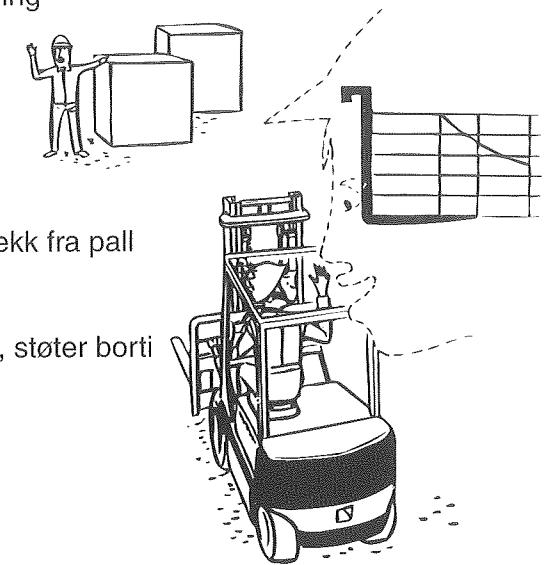
2 Skyv masten ut. Rett masten opp. Senk lasten.

3 Trekk masten tilbake. Senk gaffelarmene. Kjør.

## Huskeliste for fadder ved kjøretrening

### Kjøring

- Usikker bruk av spake eller pedaler for kjøretrening
- Glemmer eller feil bruk av håndbremse
- Akselererer / bremser ujevnt
- Kjører med gaffelarmene / lasten for høyt
- Kjører med gaffelarmene / lasten for lavt
- Glemmer å tilte masten bakover før kjøring
- Rykkete og ujevne mastbevegelser
- Gaffelarmene subber / henger ved entring / uttrekk fra pall
- Lasten / pallen plassert skjevt på gaffelarmene
- Lasten / pallen ikke helt inne på gaffelarmene
- Dårlig beregning av laststørrelsen under kjøring, støter bortti
- Trucken feil vei i bakke med / uten last



### Stabling

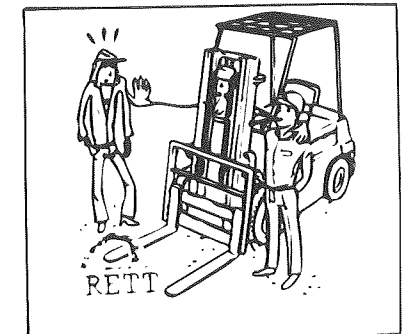
- Må skifte spor for å plassere / hente last i stabel / reol (èn justering er OK)
- Løfter før trucken er inntil stabelen / reolen
- Feil bruk av tilt

### TILLEGG FOR SKYVEMASTTRUCKER:

- Kjører uten at masten er skjøvet i bakre stilling
- Løfter / senker med fremskjøvet mast

### Adferd

- Utilstrekkelig / glemmer kontroll før kjøringen starter (Se s. 51 i læreboken «Trucker + Truckkjøring»)
- Ser ikke i kjøretretningen, også ved rygging
- Holder ikke armer og ben innenfor trucken
- Holder ikke riktig i rattet
- Uforsiktig
- Nølede eller svært sen kjøring
- Benytter dårlig pall eller transporterer ustabil lastet pall
- Parkerer / forlater trucken feil (se s. 105 i læreboken «Trucker + Truckkjøring»)
- Er uoppmerksom



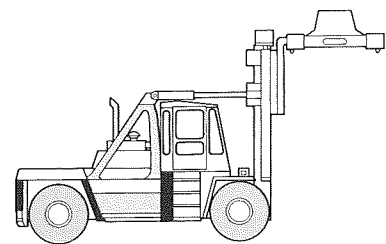
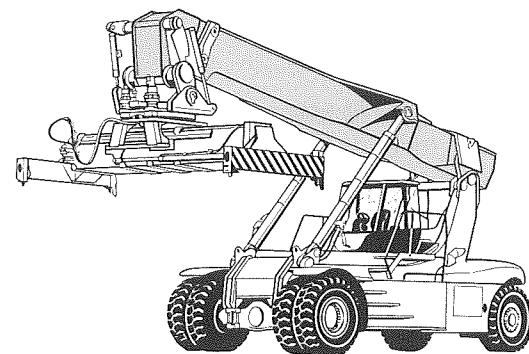
Vær oppvakt.  
Truckkjøring krever våkenhet.

Se lenger bak for flere detaljer om korrekt kjøring.



## Råd til fadder vedrørende praktisk kjøretrening

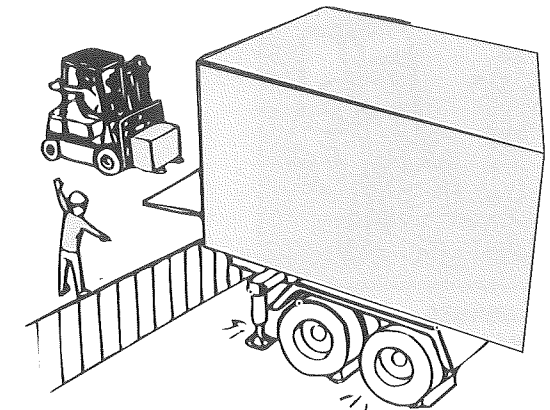
- Nybegynnere bør trene på et eget område i begynnelsen.
- Påse at eleven kan virkemåte av spaker og pedaler før kjøringen starter.
- Paller som står på høykant er godt egnet for å lage kjørebane.
- Benytt også andre hjelpemidler til trening som er naturlig på stedet.
- Slalomkjøring mellom paller på høykant er en grei måte å trene svingteknikk. Sett pallene tettere sammen etter hvert som ferdigheten øker.
- Først trener eleven uten last. Deretter trenes det på å ta last på gaffelarmene, kjøre forsiktig og sette lasten av igjen.
- Vær nøye å påse korrekt kjøring i bakke og på tvers av helling (se omtalen «Kjøring med truck» lenger bak s. 12 - 17).
- Først må eleven trene godt på kjøring uten og med last inklusiv rygging. Deretter skal det trenes på stabling og nedtaking av last (se omtalen «Stabling og nedtaking av last» lenger bak s. 18 - 20).
- Det kan også være en fordel for fadder å lese/repeterer DEL E, Stabilitet i fagplanen for truckføreropplæring. Se side 61 - 72 i læreboken «Trucker + Truckkjøring».



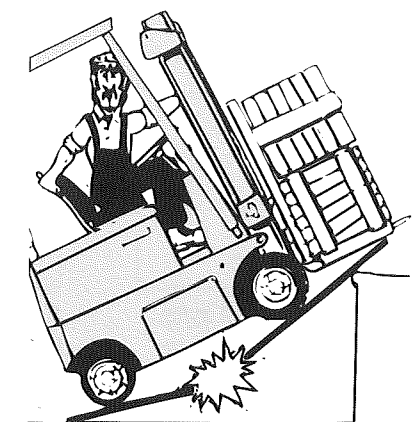
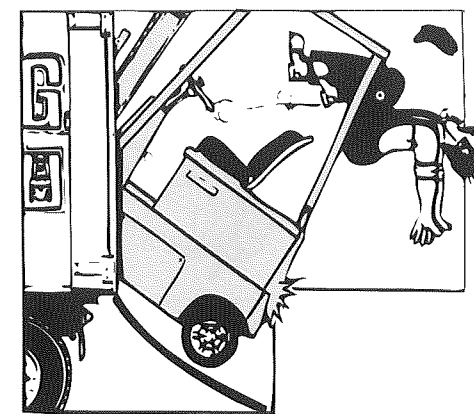
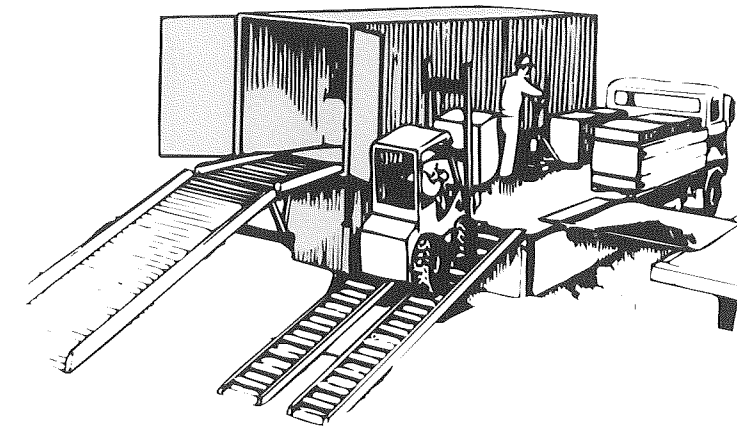
## Lasting og lossing av bil og jernbanevogner over kjørebri

Ved kjøring over rampe eller kjørebri må du være sikker på:

- 1 At broen/rampen er sterk nok til å tåle truck pluss last.
- 2 At broen ligger skikkelig på plass eller at bilen står skikkelig inntil rampen.
- 3 At bilen har bremsene på og har bremseklosser foran hjulene. Bilmotoren skal være slått av og sjåføren skal være ute av bilen.

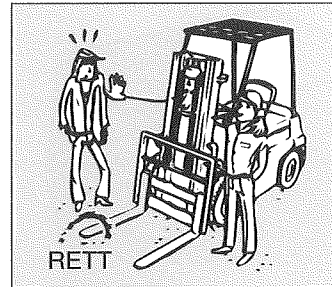


På en lastebil eller tilhenger skal lastens tyngdepunkt være så lavt som mulig og mest mulig midt på lasteplanet (sentralt mellom akslene). Dvs. de tyngste koliene skal lastes lavest og sentralt og de letteste koliene øverst og i sidene. Unngå skjevlasting. Vær oppmerksom på tillatt lastvekt og tillatt høyde. For farlig last er det spesielle regler (se s. 133). Det er lastebilsjåføren som har ansvaret for og bestemmer lastplasseringen, søk samråd. For jernbanevogner er det spesielle regler som truckføreren skal laste etter i samråd med NSB.

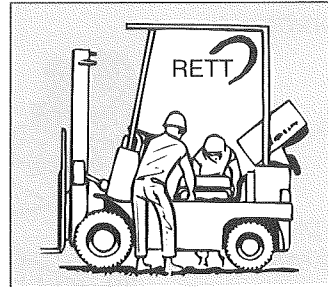


# Repetisjon av kjøreregler og sikkerhet

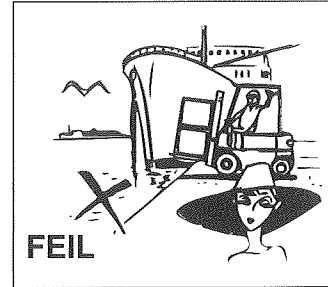
Illustrasjoner og råd om sikkerhet. Sikkerhet er opp til deg!



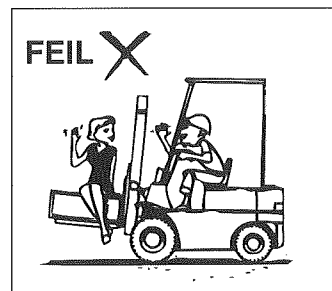
Vær oppvakt.  
Truckkjøring krever våkenhet.



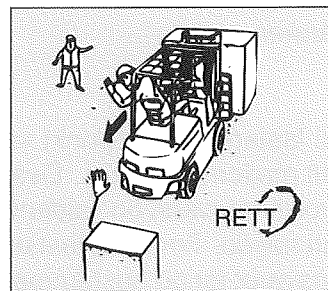
Sikkerhet begynner med daglig kontroll.



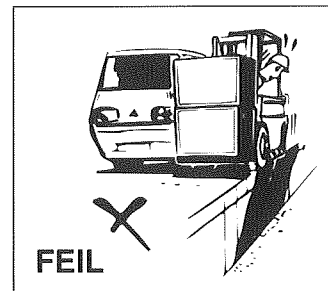
Følg med kjøringen.



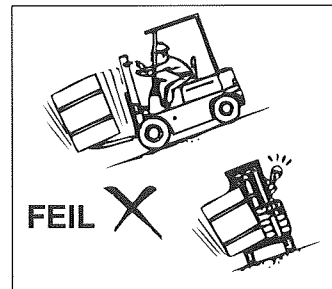
Personbefordring med truck er forbudt.



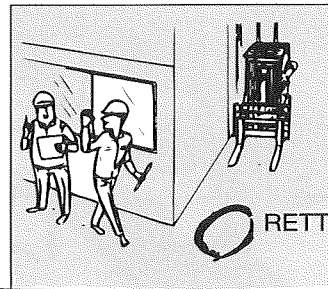
Rygg hvis lasten hindrer sikt forover.



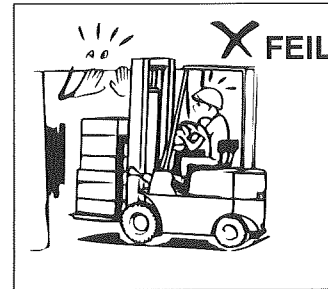
Unngå fristelsen til å forsøke å være en akrobat.



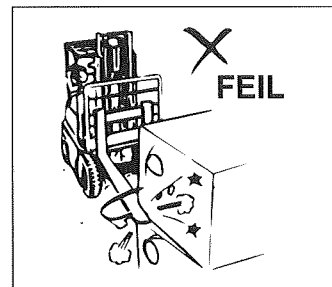
Lasten skal alltid være vendt mot bakkens topp. Kjør aldri på tvers av en helning.



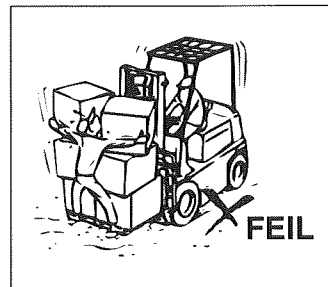
Slå av farten og stopp om nødvendig ved hjørner, dører, utganger o.l.



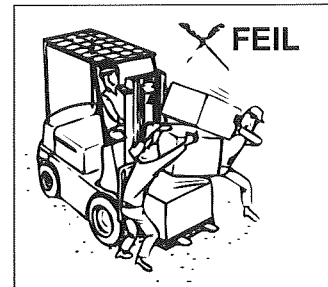
Kjør alltid med lasten så lavt som mulig.



Gaffelarmene er til å løfte med. Ikke en brekkstang.



En dårlig stablet last kan lett falle.



Ikke forsøk å ta last av løftet gaffelarm.

(Ta kopi av siden eller klipp den ut.  
Skal leveres i utfylt stand til hovedinstruktør).

## EGENERKLÆRING FRA FADDER

### Krav til hjelpeinstruktør/fadder:

- Skal ha truckførerbevis i de klasser det gis praktisk opplæring i, ha minst 3 års erfaring med truckkjøring og være utnevnt av bedriftsledelsen i samråd med bedriftens verneombud. Fadderen skal også godkjennes av opplæringsinstitusjonen.

### Krav til kjøretrening under fadderoppsyn:

- Det kreves minimum 20 timer praksis i hver klasse under fadderoppsyn. Eleven kan pålegges kjøretrening med hovedinstruktør i tillegg. Oppkjøring ledes av hovedinstruktør.

Fadders navn: \_\_\_\_\_

Stilling i bedriften: \_\_\_\_\_

Har vært fadder for: \_\_\_\_\_

Besvares av fadder ved å sette kryss:

Tilfredsstillter fadder kravene til hjelpeinstruktør/fadder?  JA

Er kjøretreningen gjort i samsvar med krav til kjøretrening?  JA

Er det ført kjørebok for den enkelte elev?  JA

Bemerkninger fra fadder: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Underskrift fadder

Underskrift ledelse

Hovedinstruktørens navn: \_\_\_\_\_

## Til fadder

Denne fadderveiledningen er for deg som skal være fadder for nye truckførere under bedriftsintern kjøretrening.

Fadderveiledningen er basert på Læreplan F 2868 som gjelder for truckføreropplæringen. Språkbruken er i samsvar med vedtatt norsk terminologi om trucker, NS 5649. Det er læreboken «Trucker + Truckkjøring» som er utgangspunktet for fadderveiledningen.

Den er kvalitetskontrollert av Autoriserte Tekniske Instruktørers Landsforening (ATIL).

Det er viktig at den informasjonen du gir samsvarer med dagens krav, læreboken og fagplanen. Derfor bør du sette deg godt inn i innholdet i fadderveiledningen.

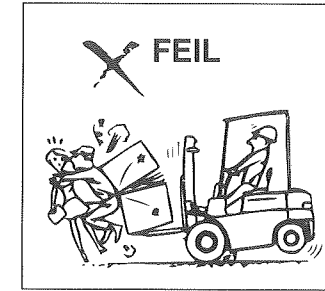
Du skal samarbeide med truckførerinstruktøren. Før du starter som fadder, skal instruktøren gi deg gode råd om hvordan kjøretreningen bør gjennomføres ved bedriften.

En egenerklæring fra fadder skal være dokumentasjon til instruktør og truckførerregister på at fadder og opplæringen er i samsvar med kravene. På neste side ser du egenerklæringen som skal fylles ut.

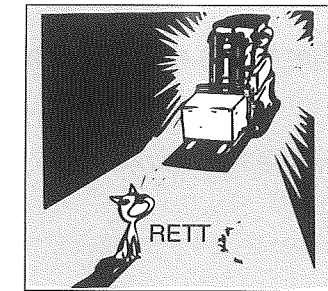


Denne fadderveiledningen kan også brukes av faddere for stortruckføreropplæring. Det meste av prinsippene er de samme for vanlige motvektstrucker og sidelastere som på stortrucker. Men det er også store forskjeller. Det går på vekt, sikt, kreftene, utstyr, dimensjonene, bruksområder m. m. Erfarne stortruckførere kjenner disse forholdene og må legge vekt på dette i sin fadderinstruksjon.

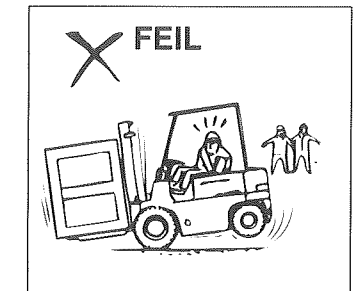
Stortrucker er trucker med løftekapasitet over 10 tonn. For å kjøre stortrucker skal man ha stortruckførerbevis. Læreboken «Stortrucker + Kjøring» gir nyttig informasjon om stortruckbruk og kjøring.



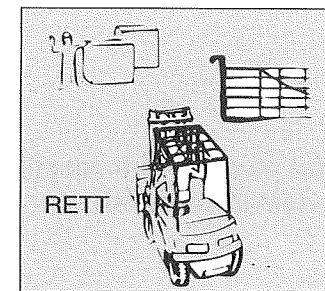
Unngå hurtig stopp!



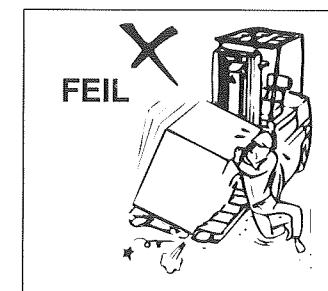
Bruk lysene når det er mørkt.



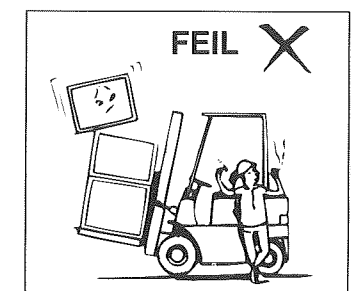
Overbelast ikke trucken.



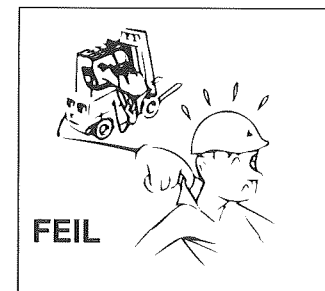
Vær sikker på at trucken er innenfor de oppgitte kapasitetsgrenser.



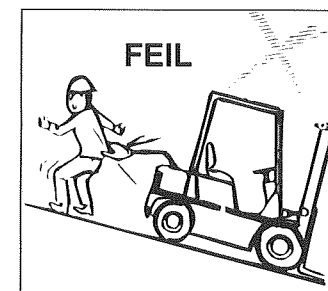
Påse at lasten er stabil. Avslå å håndtere skadete paller.



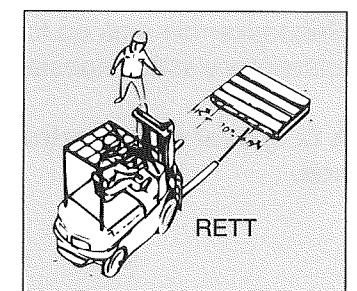
Forlat aldri en ustødig høy palle som dette. Stopp og stabiliser.



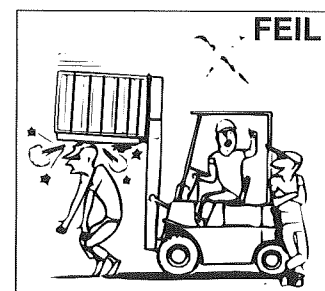
Parker slik at trucken ikke står i veien. Senk gaffelarmene og sett på parkeringsbremsen.



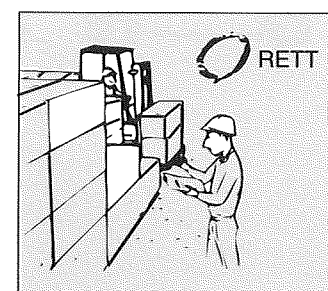
Unngå å parkere i helling. Hvis du **må** parkere i helling **skal** du legge klosser under hjulene.



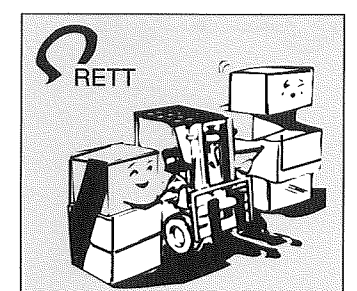
Gaffelarmene må være justert slik at de passer for den last som håndteres.



La aldri noen komme under gaffelarmene, selv uten last.



Det er en fornuftig praksis å la hjørner være lave.



Forlat aldri godset rotet. Rydd opp.

## Kjøring stortruck

Å kjøre stortruck er på mange måter som å kjøre tilsvarende trucker fra 10 tonns løftekapasitet og mindre.

Men det er også store forskjeller ved å kjøre stortruck.

Stikkord er:

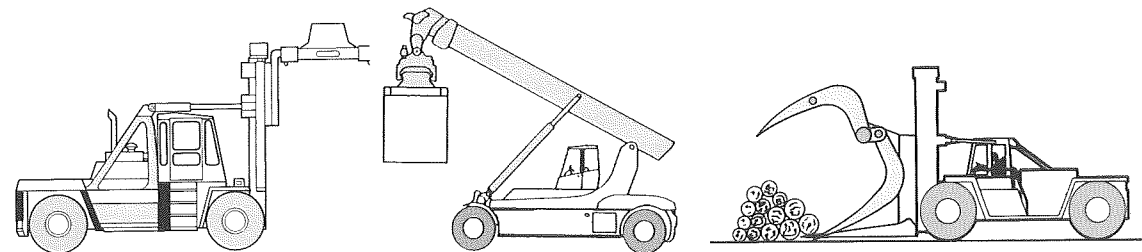
- Løftekapasiteten
- Dimensjonene
- Tyngden
- Kreftene
- Bruksområder
- Utstyr
- Lastbærere
- Sikt

For stortruckførere er det av største betydning å alltid være bevisst på disse forholdene under kjøring. Det er også meget viktig å kjøre i samsvar med korrekt kjøreteknikk som beskrevet i læreboken.

Å kjøre stortruck er en krevende oppgave. Man skal kontrollere kjempekrefter. Og håndtere svære og meget tunge laster. Feil fra truckførerens side eller tekniske feil kan få meget alvorlige resultater.

Mennesker blir små og forsvarsløse i denne sammenhengen. Derfor er dyktighet og ansvarsbevissthet spesielt viktig ved bruk av stortruck.

**Å få ansvar som stortruckfører er en tillitssak. Kun de beste truckførerene er gode nok.**



## Innhold

Til fadder .....	2
Egenerklæring fra fadder .....	3
Råd til fadder vedrørende praktisk kjøretrening .....	4
Huskeliste for fadder ved kjøretrening .....	5
Praktisk opplæring og «Fadder-ordningen» .....	6
Orientering om forskrifter til bruk av trucker .....	6
Arbeidsmiljølovens paragraf 1, 7 nr. 3 og 14i .....	7
Klasseinndeling av truckførerbeviset .....	7
Truckulykker .....	9
Noen av de vanligste årsakene til ulykker .....	10
Pallehåndtering .....	11
Ruller, langgods og containere .....	11
Kjøring med truck	
Kjenn den truck du skal kjøre .....	12
Maskinskilt .....	12
Kjøreregler, pkt. 1 - 16 .....	13-16
Ved stopp eller parkering, pkt. 1 - 5 .....	17
Hvordan overleve velt .....	17
Stabling og nedtaking av last	
Motvektstruck .....	18
Skyvemasttruck .....	19
Støttebenstruck .....	19
Sidelastertruck .....	20
Lasting og lossing av bil og jernbanevogner over kjørebri .....	21
Repetisjon av kjøreregler og sikkerhet .....	22-23
Kjøring stortruck .....	24

2. opplag

Fadderveiledningen er utarbeidet av Ivar Angerman, © copyright.  
Utgiver: Angerman A/S,  
Skuteviksboder 22, 5035 Bergen, tlf. 55 32 26 21, faks 55 32 02 06.  
E-post: kurs@angerman.no Info.: www.angerman.no

Autoriserte Tekniske Instruktørers Landsforening (ATIL) har bidratt med sin kompetanse.





# FADDER- VEILEDNING

til  
bedriftsintern kjøretrening  
truck og stortruck



Passer til lærebøkene  
«Trucker + Truckkjøring»  
og «Stortrucker + Kjøring»

Kvalitetskontrollert



Autoriserte  
Tekniske Instruktørers  
Landsforening

**ANGERMAN AS**

Skuteviksboder 22, 5035 Bergen  
Tlf. 55 32 26 21 – Faks 55 32 02 06

E-post: kurs@angerman.no – Info: www.angerman.no