

Arbete med C-truckar

Generellt



De sex C-truckarna





Utbildningens mål

Utbildningens övergripande mål är att du ska kunna köra din truck säkert, ekonomiskt och effektivt.

Utbildningen ska ge dig kunskaper i maskintypens köregenskaper, hur skötseln påverkar säkerheten, hur maskinen fungerar och hur du på rätt sätt ska hantera och lagra gods med din maskin.

Under utbildningen ska du ha tillgång till följande material:

- Instruktionsboken för din truck.
- Arbetsmiljöverkets föreskrift AFS 2006:5 "Användning av truckar".
- "Riktlinjer för truckförarens kunskaper och färdigheter – TLP10"

Innehåll

C-truckar generellt	4
Att arbeta med C-truckar	6
Effektiv körning	12
Säkerhet och arbetsmiljö	16
Exempel på Tillbudsrapport	21
C-truckens olika arbetsmiljöer	25
Ditt ansvar som truckförare	26
Truckläroplanen – TLP10	28

C-truckar generellt

C-trucken används inom begränsade områden i bland annat stålverk, tung verkstadsindustri, hamnar, skogsindustri och godsterminaler.

Det finns sex typer av C-truckar. Alla lyfter, sänker och flyttar olika typer av gods på plana och hårda underlag.

Körningen kräver noggrann planering av lastning och lossning då det oftast är stora tyngder som påverkar trucken och dess omgivning.



Utbildning till truckförare – C-truck

C-truckarna skiljer sig mycket från varandra och andra truckar. Körutbildningen anpassas därför efter trucken och till den miljö den används i.

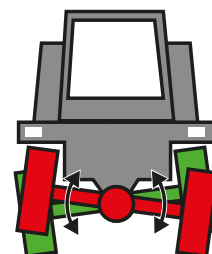
Du kan utbilda dig för C-truck utan tidigare truckerfarenhet. Arbetar du redan med en annan typ av truck måste du komplettera din utbildning för att köra C-truck.



C-truckarna och deras arbetsområden är mycket olika.

Utbildningen utgår från den aktuella trucktypen och kraven i truckläroplanen, TPL10.

Du får bara arbeta med den truck som du är utbildad på och har körtillstånd för.



Truckens bakaxel är oftast upphängd i mitten i en så kallad pivot. Axeln kan då pendla så att alla hjul får kontakt även mot ojämna underlag.

De olika C-truckarna:



C2: Hjullastare (industriell hantering)

Vid hantering som kräver lång räckvidd, exempelvis lastning och lossning av järnvägsvagnar. Arbete med den här trucken kan kräva vidareutbildning.



C3A: Containertruck

Används bland annat i hamnar. De har teleskoparm, lång räckvidd och kan lyfta på höga höjder. Med lyftok kan de lyfta containrar med kombiok kan de lyfta trailers.



C3B: Timmertruck

Har teleskoparm, lång räckvidd och kan lyfta på höga höjder. Med timmergrip kan de lyfta timmer. Används i massaindustri och sågverk.



C4: Sidlastare

Hanterar långgods som till exempel rör hos företrädesvis stålgrossister och virke på brädgårdar.



C5: Grensletruck

Grensar lasten, och lyfter mellan hjulen. Används för att hantera tungt gods som till exempel containrar i hamnar.



C7: Teleskoplastare

Har teleskoparm, lång räckvidd och kan nå högt. Arbetet kan kräva vidareutbildning, till exempel vid användning av personkorg. Finns även runtomsvängande modeller.

Att arbeta med C-truckar

Att köra C-truckar kräver lite extra. Det är tunga maskiner som ska lyfta och transportera massiva laster. Godkänd utbildning är därför ett absolut krav för att få köra C-truck. Det är också mycket viktigt att du lär dig instruktionsbokens alla anvisningar, regler och rekommendationer så att du kan utnyttja din truck optimalt. Varje C-truck kräver sin egen utbildning.



TLP10 Truckförarutbildningens läroplan

Arbetsmarknadens parter har tagit fram riktlinjer för vad en truckförare ska kunna: **"Riktlinjer för truckförares kunskaper och färdigheter – TLP10"**.

Riktlinjerna finns för att alla truckförare ska få en säker grundutbildning. 18 olika trucktyper har delats in i fyra kategorier:

A-truckar

Låglyftande truckar och ledstaplare.

B-truckar

Höglyftande truckar, till exempel motvikts- och skjutstativtruckar.

C-truckar

Olika former av stora truckar, till exempel containertruckar och timmertruckar.

D-truckar

Drag-, flak- och terminaltruckar.

Arbetsmiljölagen (AML)

Arbetsmiljölagen påverkar ditt arbete och reglerar vad arbetsgivare och skyddsansvariga på företaget måste göra för att förebygga ohälsa och olycksfall i arbetet.

Arbetsmiljölagen har också regler om hur arbetsgivare och arbetstagare ska arbeta tillsammans, till exempel när det gäller skyddsombudens arbete.

Arbetsmiljöfrågor hanteras av myndigheten Arbetsmiljöverket som definierar en truck så här:

"AFS 2006:5 – Självgående arbetsutrustning avsedd att med gaffelarmar eller andra lyfttaggregat med liknande funktion, lyfta, sänka och bära gods inom ett begränsat område och huvudsakligen användas på plana och hårdgjorda underlag."

Trucken är den maskin som orsakar flest anmälda arbetsolyckor. Därför är din kunskap mycket viktig för en säker och trygg arbetsplats.

Trafiklagstiftningen

För att få köra truck på allmän väg ska föraren ha körkort. Lägsta godkända behörighet är AM-körkort/traktorkort. Den eventuella last man kör måste vara lastsäkrad.

Arbetsmiljöverkets föreskrifter (AFS)

Arbetsmiljöverket ger ut föreskrifter som reglerar nästan allt för att vi ska arbeta säkert. De tas fram tillsammans med arbetsmarknadens parter och uppdateras regelbundet. Föreskrifterna styr det mesta inom arbetslivet och mycket av truckutbildningens innehåll.

Är du osäker på vad som gäller kan du alltid läsa föreskrifterna via Arbetsmiljöverkets hemsida: www.av.se/lagochratt/afs.

Den viktigaste föreskriften för truckkörning heter AFS 2006:5 Användning av truckar.

Fler föreskrifter som berör truckar

AFS 1981:15 Skydd mot skada genom ras

AFS 1988:4 Blybatterier

AFS 1994:48 Maskiner och vissa andra tekniska anordningar

AFS 2000:42 Arbetsplatsens utformning

AFS 2001:1 Systematiskt arbetsmiljöarbete

AFS 2001:3 Användning av personlig skyddsutrustning

AFS 2003:6 Besiktning av lyftanordningar och vissa andra tekniska anordningar

AFS 2006:4 Användning av arbetsutrustning

AFS 2006:6 Användning av lyftanordningar och lyftredskap



AFS 2006:7 Tillfälliga personlyft med kranar eller truckar

AFS 2012:3 Minderårigas arbetsmiljö

AFS 2015:4 Organisatorisk och social arbetsmiljö

Arbetsgivaren har huvudansvaret för arbetsmiljö och säkerhet på arbetsplatsen. Du har också ett ansvar för att följa arbetsplatsens regler och att arbeta säkert.

Exempel på arbetsgivarens ansvar

- Försäkra sig om att du har rätt utbildning för det arbete du ska utföra.
- Utfärda körtillstånd.
- Organisera arbetet för att minimera risker och skador.
- Se till att fordon och arbetsplats har rätt skyddsutrustning.
- Utreda och åtgärda tillbud och olyckor.
- Se till att arbetsplatsens truckar har trafikförsäkring.
- Besiktiga och underhålla truckarna regelbundet.

Exempel på ditt ansvar

- Följa regler och säkerhetsföreskrifter.
- Använda skyddsutrustning och säkerhetsbälte.
- Utföra kontroller av trucken.
- Kontrollera att försäkringsbevis finns i trucken.
- Anmäla tillbud och olyckor.

Några av föreskrifterna

Användning av truckar (AFS 2006:5)

Detta är den viktigaste föreskriften för truckar. Den definierar vad som är en truck och hur den ska användas. Den talar också om vad som gäller när det finns flera truckar på företaget. Reglerna gäller krav på truckföraren, skyddsutrustning, utbytbara redskap och miljön runt trucken.

Systematiskt arbetsmiljöarbete (AFS 2001:1)

Arbetsmiljöarbete ska vara en naturlig del i den dagliga verksamheten. Det ska även omfatta de psykologiska och sociala förhållandena i arbetsmiljön.

Organisatorisk och social arbetsmiljö (AFS 2015:4)

Arbetsgivaren ska främja en god arbetsmiljö och förebygga risk för ohälsa på grund av organisatoriska och sociala förhållanden i arbetsmiljön.

Användning av personlig skyddsutrustning (AFS 2001:3)

Arbetsgivaren ska se till att den personliga skyddsutrustningen underhålls, kontrolleras, repareras och förvaras på rätt sätt.

Tillfälliga personlyft med kranar eller truckar (AFS 2006:7)

Här får du veta vad som gäller då personer lyfts med kranar eller truckar som ursprungligen inte är konstruerade och tillverkade för att lyfta personer. Personer får lyftas med truck endast om det är svårt eller olämpligt att använda arbetsutrustning som är konstruerad och tillverkad för att lyfta personer.

Arbetsgivaren måste informera dig och ge instruktioner om de lokala förhållanden och regler som gäller på arbetsplatsen och som påverkar dig som truckförare.

Ska du köra en truck på allmän väg krävs lägst mopedkörkort klass 1 (AM) eller traktorkort.

Intyg och körtilstånd

Arbetsmiljöverket ställer krav på truckförare. Ska du köra truck måste du följa reglerna som finns i AFS 2006:5 Användning av truckar.

- Du ska ha dokumenterade teoretiska och praktiska kunskaper för den eller de truckar du ska arbeta med.**

När du klarat utbildningens teoretiska och praktiska prov får du ett utbildningsintyg av truckinstruktören.

Utbildningsintyget kallas ibland för "truckkort".

Det är inte ett körkort för truck, utan ett bevis på att du har rätt utbildning.

För att få köra och arbeta med trucken ska du även ha

- fyllt 18 år (undantag finns, se AFS 2012:3 Minderårigas arbetsmiljö).
- lämpliga fysiska och psykiska förutsättningar för arbetet.
- gott omdöme och ansvarskänsla.

- Du ska ha ett skriftligt körtilstånd från din arbetsgivare, oavsett vad som står på ditt utbildningsintyg.**

- Körtilståndet är personligt och ger dig tillstånd att köra truck på arbetsplatsen. På tillståndet ska det bland annat stå vilka trucktyper du får köra.



Exempel på körtillstånd

Körtillstånd för truck

(Enligt 19 § i AFS 2006:5 om användning av truckar)

Förarens namn _____ Personnummer _____

Arbetsgivare eller inhyrare (namn på företaget/organisationen) _____

... har tillstånd att använda:

Truckbenämningar enligt TLP10 - Riktlinjer för truckförarens kunskaper och färdigheter

A-truck ☐ A1 Låglyftande plocktruck (föraren lyfts ≤ 1,2 m) ☐ A2 Ledstaplare med eller utan åkplatta ☐ A3 Låglyftande åktruck, stående/sittande (lyfthöjd ≤ 0,2 m) ☐ A4 Låglyftare med eller utan åkplatta (lyfthöjd ≤ 0,2 m)	B-truck ☐ B1 Motviktstruck ☐ B2 Höglyftande åkstaplare, stående/sittande ☐ B3 Skjutstativtruck ☐ B4 Höglyftande plocktruck (lyfthöjd ≥ 1,2 m) ☐ B5 Smalgångstruck ☐ B6 Fyrvägstruck	C-truck ☐ C2 Hjulastare, industriell användning ☐ C3a Containertruck ☐ C3b Timmertruck ☐ C4 Sidlastare ☐ C5 Grensletruck ☐ C7 Teleskoplastare, industriell användning	D-truck ☐ D1 Drag-/flaktruck ☐ D2 Terminaldragtruck
--	--	--	--

Fr o m år 2011 har följande truckar ny beteckning:
 A5 Drag-/Flaktruck har ny beteckning D1
 C1 Motviktstruck >10 ton har ny beteckning B1
 C6 Terminaldragtruck har ny beteckning D2

För arbetsuppgifterna: _____

T.ex. vilka godsslag som föraren får hantera, användning av utbytbar utrustning, körning på väg och tillfälliga personlyft.

Inom följande områden/lokaler: _____

Om arbetet utförs på många olika arbetsplatser kan **typen av lokaler/områden** istället anges.

Eventuell tidsbegränsning (gäller till och med): _____

Föraren har fått kännedom om gällande trafikregler och har informerats om företagets lokala förarinstruktioner.

DETTA TILLSTÅND GÄLLER TILLSVIDARE ELLER ENLIGT TIDSBEGRÄNSNING MEN KAN ÅTERKALLAS MED OMEDELBAR VERKAN

Datum _____ Utfärdare (arbetsgivarens/inhyrarens representant) _____

Original förvaras hos: _____

Kopia till truckföraren _____ Namnförtydligande _____

Vik här!

Körtillstånd för truck

Namn: _____

Personnummer: _____

... har tillstånd att använda: _____

Trucktyper

Arbetsgivare/inhyrare (namn på företaget/organisationen) _____

Datum _____ Utfärdare (arbetsgivarens/inhyrarens representant) _____

Arbetsuppgifter: _____

Lokaler/område: _____

Detta tillstånd gäller tills vidare eller t.o.m. _____
 men kan återkallas med omedelbar verkan.

Du ska ha ett skriftligt körtillstånd från din arbetsgivare, oavsett vad som står på ditt utbildningsintyg. Saknar du ett körtillstånd om vilka arbetsuppgifter du får utföra så kan Arbetsmiljöverket utfärda en sanktionsavgift.

Vad krävs av dig?

Som truckförare har du en viktig roll. Några av dina uppgifter är att:

- Arbeta för att göra din och dina kollegors arbetsplats säker.
- Kontrollera och sköta din truck.
- Hantera gods på rätt sätt.
- Köra ekonomiskt och så skonsamt som möjligt enligt instruktionsbokens anvisningar.

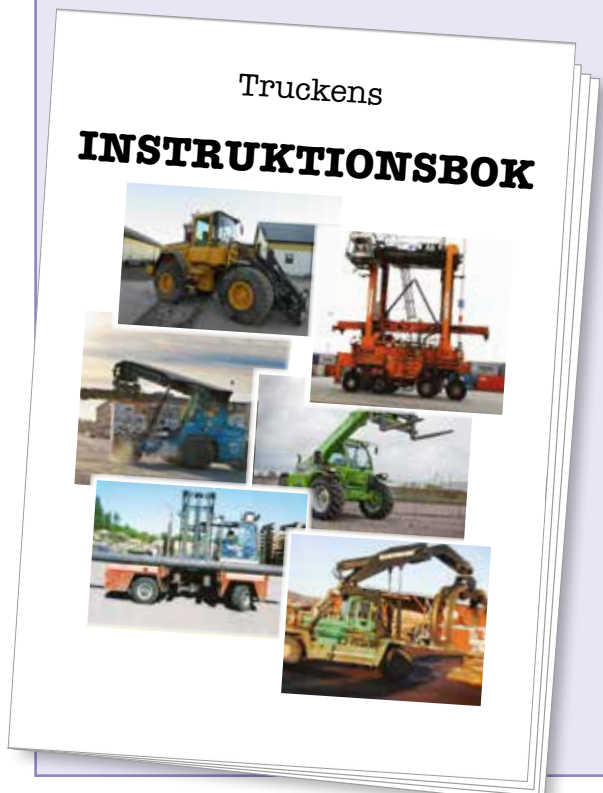
Studera instruktionsboken!

Det finns många olika tillverkare och modeller av truckar. Därför är det ett absolut krav att du läser och lär dig instruktionsbokens anvisningar för din maskin.

I instruktionsboken finns alla data om maskinens kapacitet, förarinstruktioner med mera. Detta måste du kunna!

Säkerhetskontroll

Det är krav på att du ska utföra daglig kontroll och föra en tillsynsjournal. Därför är det viktigt att du kontrollerar och följer instruktionsbokens anvisningar om vad som ska göras, om maskinen ska besiktigas, användningssätt, med mera.



Annat som du ska kunna och känna till

Säkerhet

Du ska ha en säker arbetsmiljö och ska följa arbetsplatsens säkerhetsföreskrifter. Kör du din truck på allmän väg ska lasten vara säkrad.

Logistik

Logistik är kunskapen om hur man effektivt organiserar transporter och lagrar varor. Där har du en nyckelroll.

Ekonomi

Ekonomi är läran om hushållande med pengar och resurser. C-trucken är dyr i inköp så det finns sällan någon reservtruck att byta till om den går sönder. Det kan stoppa hela produktionen.

Större hamnar och industrier har ibland en egen verkstad som direkt kan reparera en skadad truck och snabbt få den i drift igen.

Kommunikation

Diskutera, fråga och ge tydliga svar både med kollegor och när du möter kunder. Är du ny på arbetet lär du dig mycket genom att fråga. Är du erfaren truckförare är det kanske du som ger svaren.

Uppmärksamhet

Du måste vara uppmärksam på det som händer runt din truck. Det ökar dina chanser att klara en oväntad situation. Läs instruktioner och varningsskyltar. Det påverkar din och andras säkerhet.

Nyfikenhet

Undersök om företaget erbjuder utbildningar för de anställda. Sluta aldrig lära dig nya saker!

Attityd

Du ska följa regler och instruktioner, arbeta effektivt och rapportera tillbud och skador på truck, gods och pallställ. Dina kollegor och din arbetsgivare måste kunna lita på dig och veta att du tar ditt arbete på allvar.

Instruktionsboken ska ha svensk text och ska förvaras lätt åtkomlig i förarutrymmet.

Sammanfattande diskussionsunderlag för sidorna 4-10.

Vad heter de sex C-truckarna?

C2: _____ C3A: _____

C3B: _____ C4: _____

C5: _____ C7: _____

Vilken lag reglerar samarbetet mellan arbetsgivare och arbetstagare för att skapa en god arbetsmiljö? _____

Vad heter Arbetsmiljöverkets föreskrift som reglerar det praktiska arbetsmiljöarbetet?

_____.

Vilken föreskrift är viktigast för truckkörning? _____.

Vem har huvudansvaret för arbetsplatsens arbetsmiljö och säkerhet?

_____.

Vad är ditt ansvar som förare för att bidra till en säker arbetsplats?

- _____.
- _____.
- _____.
- _____.
- _____.

Utöver ditt utbildningsintyg, Vilket skriftligt tillstånd måste din arbetsgivare ge dig innan du får börja arbeta med trucken? _____.

Var hittar du information om truckens alla funktioner? _____.

Vad ska du utföra varje dag innan du börjar köra din truck? _____.

Var ska du dokumentera att det är gjort? _____.

Effektiv körning

Att köra effektivt handlar framför allt om att minimera truckens bränsleförbrukning.

Dieselmotorer har en verkningsgrad på cirka 40 procent. Det betyder att du kan påverka cirka 40 procent av bränsleförbrukning, resten är energiförluster i motor och transmission.

Kör lugnt, mjukt och planerat. Kör inte längre än nödvändigt, undvik hastiga start och stopp, starta med hjulen i färdriktningen och sänk lasten utan att ge gas. Använd rätt redskap så att trucken inte behöver lyfta onödigt tungt.



Miljö och hälsa

Miljöbalken är Sveriges ramlag för skydd av vår omgivande miljö. Enligt den måste vi skapa förutsättningar för ett hållbart samhälle. Allt som kan vara skadligt för människor och miljö ska kontrolleras, följas upp och anpassas så att negativa effekter minimeras. Som förare har du ett stort ansvar för detta!

En modern dieselmotor med katalysator och partikelfilter avger förhållandevis rena avgaser. Avgaserna består till stor del av koldioxid och

vatten, medan partikelfiltret fångar upp partiklar och förbränner dem. Koldioxiden kan däremot inte filtreras eller renas bort. Enda sättet är att köra så att trucken drar mindre bränsle.

Det handlar mycket om att planera dina arbetsmoment så att de kan utföras så bränsleeffektivt som möjligt. Med effektiv körning kan du hinna mer på samma tid genom att inte gasa och bromsa i onödan eller vrida ratt och reglage till ytterlägen.

Din inställning och attityd är viktig!

Effektiv körning minskar kostnaderna för bränsle, service och underhåll och bidrar till minskad miljöpåverkan.

Resultatet beror på din inställning och attityd.

Grundförutsättningar:

- Kör på miljöklassat drivmedel.
- Kontrollera att katalysatorer och partikelfilter fungerar som de ska (titta i instruktionsboken).
- Utför löpande service och underhåll.
- Se till att förarhytten alltid har rent kupéfilter.
- Se också till att förarhytten är ren och fri från lösa föremål.

Detaljerna ger helheten

Effektiv körning kräver att både truck och förare är i bra trim. Trucken måste få rätt service och underhåll, motorn måste vara rätt inställd, reglagen måste fungera smidigt, körställningen måste vara rätt, hyttklimatet måste vara behagligt och sikten måste vara bra.

Som förare måste du vara utvilad och i god kondition. Du måste också vara intresserad och se det som en utmaning att köra lite effektivare varje gång. Diskutera körning med kollegor, ge och ta av varandras tips och erfarenheter.

Välj rätt redskap

Onödigt stora eller tunga redskap gör att trucken måste arbeta hårdare för att kompensera för den extra vikten. Lasten blir tyngre och du måste gasa mer. Rätt anpassad utrustning gör att du kan arbeta på lägre motorvarv och slita mindre på trucken.

Överlast kostar bränsle

En tung truck med tung last förbrukar mycket bränsle. Användningen av redskap bör planeras lika noga som du planerar arbetsupplägget och din körning. Det är lättare att köra effektivt och säkert när truck, utrustning och last är rätt dimensionerade till varandra.

Utnyttja motorns vridmoment

Försök att alltid köra inom varvräknarens gröna område. Där är motorn effektivast.



Med varvräknaren har du ögonkontakt med motorn.

Planering, arbetsmetod och körteknik

Effektiv körning kan indelas i fyra delar:

1. **Lär dig din maskin.** Studera instruktionsboken och lär dig att utnyttja maskinens alla funktioner.
2. **Planera din körning.** Förbered utrustning och arbetsytor och se till att du har tillräckligt med tid så att du slipper arbeta under stress.
3. **Strukturerad arbetsmetod.** Du ska ha bra överblick över arbetsstället så du kan köra lugnt utan onödiga stopp, plötsliga gaspådrag eller onödiga förflyttningar.
4. **Rätt körteknik.** Kör på rekommenderat motorvarv (instruktionsboken) och med mjuka manövrar som gör körningen bekväm, utan onödigt buller eller kraftiga vibrationer.

Kör mjukt!

Starta inte med fullt hjulutslag och vrid inte på hjulen när trucken står stilla. Det ökar rullmotståndet och motorn måste arbeta hårdare. Ställ styrhjulen i den riktning du ska köra. När trucken är i rörelse krävs då betydligt mindre kraft och bränsle för att svänga på hjulen.

Det minskar slitaget på däck och styrinrättning avsevärt.

”Mjuka” spakrörelser

Dra inte lyftreglaget till ändläget när du lyfter last. Det ger en ”ryckigare” körning och gör att motorn måste jobba hårdare.

Lyft inte högre än du behöver

Undvik att lyfta för högt. Onödiga lyftrörelser ger mycket större bränsleförluster än man tror.

Backa - Stanna - Kör

När du backar för att sedan köra framåt igen ska du bromsa trucken så att den står stilla innan du skiftar växel och kör framåt.

Du kan påverka!

Med bra planering kan du köra både säkrare, säkrare och snålare – och ändå hinna mer.

Känslan sitter i gasfoten. Som förare har du både makt och möjlighet att påverka!

Backkamera

Backkamera finns numera i de flesta maskiner och underlättar vid backning och ökar säkerheten i trånga utrymmen.

Det är viktigt att ställa in skärmens ljusstyrka, kontrast och färg samt kamerans riktning. Studera kamerans instruktionsbok!

Har teleskoplastaren även en bommonterad kamera måste också den kamerans skärm och inställning justeras.



Backkameran ger dig ”ögon i nacken”, men glöm inte att titta själv också.

OBS!

Vissa maskiner använder traditionell mineralbaserad olja i sitt hydraulsystem. Andra maskiner kan ha miljöanpassad biologisk hydraulvätska.

DESSA OLJOR FÅR INTE BLANDAS!

Detta kan lätt hända om man delar ett hydrauliskt drivet redskap mellan olika maskiner.



Sammanfattande diskussionsunderlag för sidorna 12-14.

Ungefär hur många procent av truckens dieselförbrukning kan du som förare påverka?

_____.

(Resten av bränslet förbrukas till bland annat värmeenergi genom friktion i motor och transmission samt rullmotstånd.)

Hur ska du göra för att köra effektrivt?

- _____.
- _____.
- _____.
- _____.
- _____.

Hur utnyttjar du bäst motorns kapacitet?

_____.

Hur kan spara bränsle när du lyfter gods?

_____.

Hur kör du säkert och bränslesnålt vid start och stopp?

_____.

Hur kan ditt val av redskap påverka bränsleförbrukningen?

_____.

Hur bör du själv vara för att köra effektivt?

_____.

Säkerhet och arbetsmiljö

Du måste känna till den miljö som du arbetar i, liksom interna regler och de eventuella riskzoner som kan finnas. Det kan vara kajer, landgångar, korsningar med dålig sikt, övrig trafik och så vidare. Det är viktigt för din egen och andras säkerhet.

Din arbetsplats

Lär dig ditt arbetsområde och hur du får köra så att du vet, även när det är mörkt och dålig sikt. Se till att all belysning fungerar. Du ska se och synas bra, både framåt och bakåt. Modern LED-belysning är att rekommendera.

Undvik kemikalier, som oljor och diesel.

Oljor och kemikalier är farliga för människa och miljö. Läs säkerhetsdatablad som ska finnas på arbetsplatsen, så att du vet hur du ska hantera spill och skydda dig.

Byt alltid arbetskläder som har fått stänk eller fläckar av oljor eller kemikalier.

Hydraulolja på huden börjar gå in i kroppen efter cirka 10 sekunder. Den är dessutom cancerogen. Använd alltid rätt typ av skyddshandskar. Byt ut oljiga handskar, tvätta händerna ofta och smörj in dem med skyddande kräm.

Dina arbetsförhållanden

Tidpunkt, väder, vind och ibland närhet till vatten, påverkar din arbetsmiljö. Du kan också tvingas arbeta under både tidspress och stress.

Arbetsförhållandena kan göra dig mera skadedrabbad. Var uppmärksam på detta och diskutera det med arbetsledningen innan det händer något tillbud eller olycka.

Truckens däck

C-truckarnas däck är stora och dyra. De kan ha en diameter på 1,6 meter och väga 600-700 kg. För stabilitetens skull har däcken högt lufttryck. Var därför försiktig vid hantering av däcken.

Truck i brandfarlig miljö måste ha sprinkler

Arbetar du i brandfarlig miljö eller med brandfarligt material måste trucken ha en fast monterad släckanläggning (sprinkler).

Vanliga arbetsmiljöproblem

Det är inte bara olyckor som kan påverka dig och din arbetsmiljö. Arbetets organisation och andra förhållanden har också stor inverkan.

Buller kan skada din hörsel. Buller kan också orsaka trötthet och nedsatt uppmärksamhet. Kör du i bullrig miljö ska dörrarna alltid vara stängda. Använd alltid hörselkåpor i bullrig miljö. Information om maskinens bullernivå finns i instruktionsboken, ibland också på en skylt i hytten.

Damm och partiklar kan irritera luftvägarna. Stäng dörrarna när du kör. Rent kupéfilter ska monteras vid varje service.

Drag och kyla kan ge dig sämre reaktionsförmåga och göra att du blir stel i kroppen. Det kan också göra att du får problem med leder och muskler. Stäng dörrar och fönster och sätt klimatanläggningen på 19-21 grader, så får du bekväm arbetstemperatur.

Vibrationer är alla typer av skakningar från ratt, reglage, förarstol, hyttgolv med mera. Snabba vibrationer kan ge nervskador och cirkulationsbesvär. Långsamma vibrationer kan orsaka trötthet och ledsador.



Däcken kan också fyllas med gas för att minska olycksrisken.

Maskinsäkerhet

Truckar är ofta inblandade i olyckor.

De olyckor som sker beror oftast på att föraren tar risker och bryter mot säkerhetsregler för att spara tid. En speciell riskfaktor är att det rör sig människor nära truckar.

Vissa truckar välter lättare än andra vid felaktig hantering, t.ex. teleskoplastaren. Därför är det lagkrav på att föraren ska skyddas av ett överrullningsskydd (så kallat ROPS) som gör förarhytten till en mycket säker plats.

Välter maskinen, ska du stanna kvar i hytten och hålla fast dig. Och du ska alltid ha säkerhetsbälte på dig när du sitter i förarstolen.

CE-märkning

EUs Maskindirektiv ställer krav på hur en maskin ska vara konstruerad för att uppfylla EUs hälso- och säkerhetskrav. En maskin som uppfyller Maskindirektivet är CE-märkt. Maskiner som levererats efter 1 januari 1995 måste vara CE-märkta. Saknas CE-märkning får maskinen inte användas.



CE-märkning innebär att tillverkaren intygar att produkten uppfyller säkerhetskraven.

Du får inte ändra eller komplettera en CE-märkt maskin.

Kör du med en maskin som inte är CE-märkt kan du få böta från 1 000 kr till 100 000 kr. Blir en icke CE-märkt maskin inblandad i en olycka, kan det leda till åtal och höga skadestånd.

Till CE-märkningen ska det finnas ett "Intyg om överensstämmelse". Intyget ska följa med handlingarna när maskinen levereras ny. Var rädd om intyget, det är en värdehandling!

OBS!

Ändra inte en CE-märkt maskin!

Ändrar man något på maskinen kan det göra att tillverkarens eller leverantörens CE-märkning inte gäller längre.

Ansvar för att maskinen uppfyller Maskindirektivet faller då på maskinägaren. En ändrad maskin kan besiktigas och godkännas för ny CE-märkning, men det kan bli väldigt dyrt!

Det är också straffbart att ta bort en skyddsanordning eller sätta den ur bruk.

Skydd mot brand

Kör du i brandfarlig miljö måste trucken vara konstruerad och utrustad på ett speciellt sätt för att minska risken för brand.

Brandkraven finns i föreskriften SBF 127 – **”Regler för fast monterad släckanläggning och övriga brandskyddsanordningar på skogs- och anläggningsmaskiner”**.

Exempel på brandkrav:

- Elutrustning ska vara korrekt avsäkrad.
- Batterikablar ska ligga i skyddshölje.
- Huvudströmbrytaren ska vara lätt åtkomlig.
- Maskinen ska ha brandsläckare.

Det ska också finnas hål som underlättar släckning. Vid arbete i brandfarlig miljö krävs dessutom någon typ av sprinklersystem. Regelverket kan beställas från Svenska Brandskyddsföreningen, www.svbf.se.

Försäkringsbolagen kräver att maskinerna besiktigas varje år så att de uppfyller kraven i SBF 127. Besiktningen utförs av personer som är utbildade av Försäkringsförbundet.

Brinner maskinen och ägaren inte kan visa att maskinen är besiktigad och godkänd, minskas ersättningen med minst 20 procent. Man kan också bli helt utan ersättning.

Stöld och skadegörelse

Ett sätt att skydda sig mot stöld och skadegörelse är bland annat:

- Märk all utrustning.
- Använd olika typer av larm, lås och vandaliseringsskydd.
- Ställ upp maskin och material där de syns tydligt och är belysta.
- Inhägna och/eller lås in maskiner och utrustning.
- Ställ maskinen svåråtkomligt.
- Blockera vägen till arbetsplatsen.

Man kan också montera en dold ”spårutrustning” så att maskinen kan spåras via internet.

Övervakningskameror är både effektivt och avskräckande. För övervakning av eget område behövs inget tillstånd, men man bör samråda med facket.

Försäkringsbolagen kan ge råd omkydd sig mot stöld och skadegörelse.

Om du drabbas, ska du anmäla det till Polisen och till Larmtjänst, som då kan starta en larmkedja.



Ensamarbete är en risk

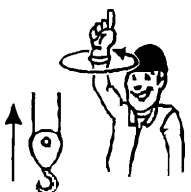
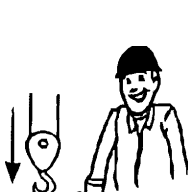
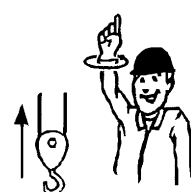
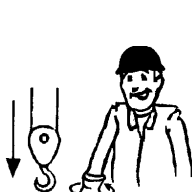
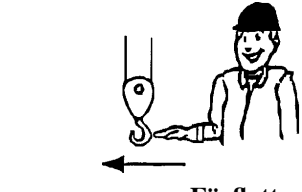
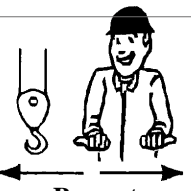
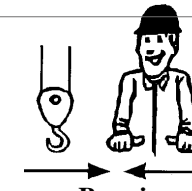
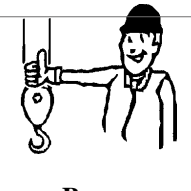
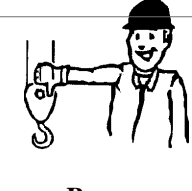
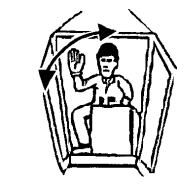
Truckkörning innebär ofta ensamarbete. Kontrollera då att kommunikationsradio eller mobiltelefon har täckning. Ha dem inom räckhåll, se till att batterierna är laddade och försäkra dig om att någon svarar om du behöver hjälp.

Ta med dig mobilen när du lämnar förarhytten så att du kan meddela dig om något händer dig när du är utanför din maskin.

Arbetar du på undanskymda platser bör du försäkra dig om att kollegor reagerar och larmar om du inte är tillbaka i rätt tid.

Även om du är ensam i trucken har du ofta kontakt med arbetskollegor utanför trucken eller en signalman när du utför lyft.

Signalschema för teckengivning

 Upp	 Ner	 Sakta upp	 Sakta ner
 Sväng i visad riktning		 Förflytta	
 Bom ut	 Bom in	 Bom upp	 Bom ner
 Stopp	 Hastigt stopp	 Huvudspel	 Hjälpspel
 Öppna	 Stäng	 Signal ej uppfattad	 Signalspade

Du måste kunna symbolerna för teckengivning så att du förstår signalmannens anvisningar.

OJ! – Vad är ett tillbud?

Allt du gör eller ser som skulle kunna orsaka någon form av skada på person eller material är ett tillbud.

Ett enskilt tillbud är oftast inte så farligt, men tänk så här: *"Hände det mig så händer det säkert också andra."*

Därför är det viktigt att anmäla alla typer av risker och tillbud så att alla kan informeras och risker elimineras.

EXEMPEL:

- Du kör trucken förbi ett vägghörn där det kommer en person gående. Du hinner väja och personen hinner stanna. Inget händer.
- Du lyfter en last men lasten faller av. Emballaget klarar sig och ingen person är i närheten.
- Du kör trucken på ett halt underlag. Trucken sladdar till, men ingenting händer.
- Du stannar för att ta fikarast och hoppar ut ur hytten. När du landar snubblar du till men du skadar dig inte.
- Backvarnaren slutar låta när du backar in mellan två lagerhyllor. Inga personer finns där just då, så ingen kommer till skada.
- Du ser några personer som inte har varselkläder på sig inne på arbetsområdet.
- Du ser en annan truck som lyfter en person cirka 1,5 meter upp över marken för att slå ett sling runt en last.

Syftet med tillbudsrapporter är inte att "sätta dit" någon. Tanken är att stimulera till ökad riskmedvetande för att se, identifiera och förebygga skaderisker på arbetsplatsen.

Händer något som skulle kunnat vara en olycksrisk eller fara ska man meddela det till arbetsledningen. Det gör du enklast med en **tillbudsrapport**.

(Se nästa sida.)

AJ! – Vad är en olycka?

Olyckor är tyvärr en logisk följd av enskilda eller upprepade tillbud. Följden kan bli att någon skadar sig, blir allvarligt sjuk eller i värsta fall avlider.

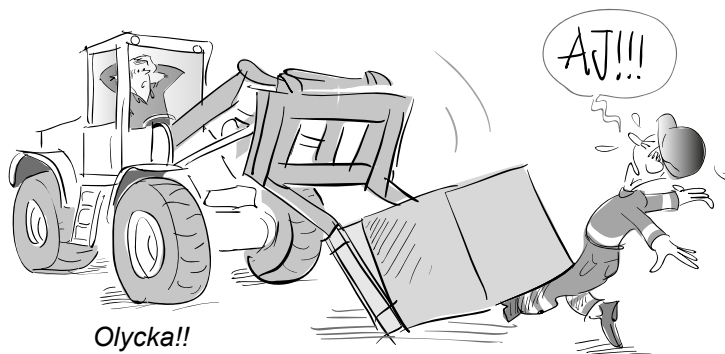
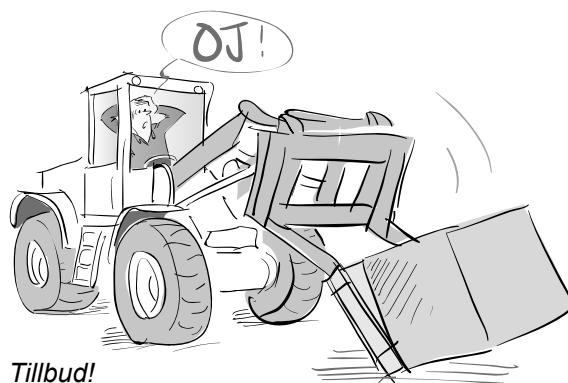
Hade orsaken till tillbudet upptäckts, rapporterats och åtgärdats hade olyckan kanske aldrig hänt.

En skada gör inte bara ont för den som drabbas, den kostar också mycket pengar för den skadade och för företaget.

En skada kan också ta mycket tid i form av lidande, läkarvård och rehabilitering. I sämsta fall blir man kanske aldrig helt återställd, även om olyckan inte tycktes vara särskilt "allvarlig" från början.

Ett sak är säkert: **Alla olyckor är onödiga!**

Om du ser eller gör något som skulle kunna orsaka en olycka ska du alltid skriva en tillbudsrapport. Du kanske är den fjärde som ser eller gör samma sak den veckan. Nästa vecka kanske det sker en olycka som drabbar dig eller din jobbarkompis, bara för att ingen har varnat för att det skulle kunna hända!



Exempel på tillbudsrapport



Tillbudsrapport

VAD hände? (Arbetsmoment/Arbetsuppgift)

VAR hände det?

NÄR hände det?

HUR gick det till? (Beskriv kort)

Datum:

Underskrift:

Skriv alltid en tillbudsrapport när du ser eller upplever något riskfyllt. Lämna din rapport till arbetsledningen på arbetsstället så att risken blir känd och kan åtgärdas.

Ergonomi och din hälsa

Ergonomi är läran om hur arbetet ska anpassas till människans förutsättningar och begränsningar.

Belastningsbesvär är ett stort arbetsmiljöproblem. Du kan minska risken genom att arbeta rätt och utnyttja de ergonomiska hjälpmedel som finns i moderna truckar.

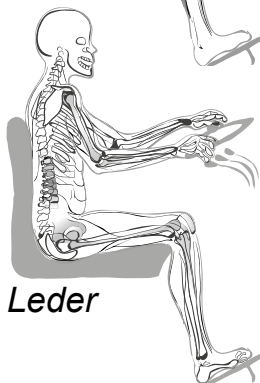
Lagstiftningen kring arbetsmiljön syftar till att alla ska ha en så bra arbetsmiljö som möjligt med så liten risk som möjligt att skada sig i arbetet.

Kroppen är din viktigaste tillgång!

Kroppens alla muskler och leder mår bäst av att omväxlande belastas och avlastas.



Muskler



Leder

Långvarigt stillasittande och ensidiga rörelser kan orsaka att du blir stel i kroppen.

Tillsammans med truckens vibrationer kan det orsaka att du får ont i kroppen, blir osmidig och kan skada dig när du till exempel kliver ur trucken eller lyfter något.

Sitt bekvämt så att du inte behöver spänna nacke och axlar när du kör.



Avvibrerad förarstol.

Så här kan du påverka din arbetsmiljö

Körställningen. Ställ in stolen så att du sitter stadigt och bekvämt och när alla reglage, ratt och pedaler utan att behöva sträcka på dig. Förarstolen ska vara avvibrerad så att helkroppsvibrationer minimeras.

Armstödet. Ställ in det så att underarmen avlastas genom att vila rakt på det.

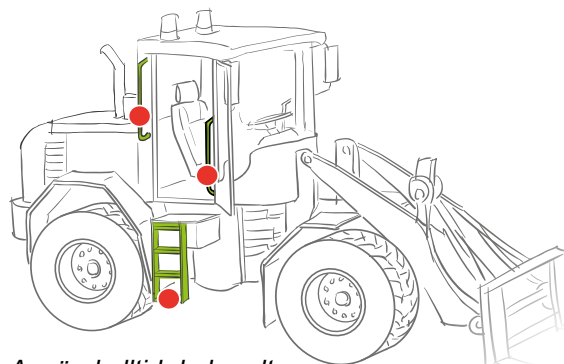
Insteget. Gå i och ur trucken genom att använda fotsteg och handtag.



När du kliver in och ur hytten ska du använda trepunktsprincipen:

En hand och två fötter eller **två händer och en fot** i handtag och på fotsteg, med fötterna vända in mot trucken.

HOPPA ALDRIG UR FÖRARHYTTEN!



Använd alltid de handtag, ledstänger och fotsteg som finns!

Hoppar du ut ur trucken kan belastningen på fotleder, knän och ländrygg bli mer än 7 gånger din egen kroppsvikt! Det är också stor risk att du halkar eller stukar foten. Kliver du istället lugnt ner till marken så ökar inte belastningen på kroppen.

Skona din kropp

Du ska inte överbelasta eller felbelasta din kropp. Det undviker du genom att sitta rätt och röra dig rätt när du kliver i och ur trucken och genom att inte köra för långa arbetspass utan rast och rörelse.

Se också till att röra dig så att du inte lyfter och samtidigt vrider på kroppen.

Ta mikropauser!

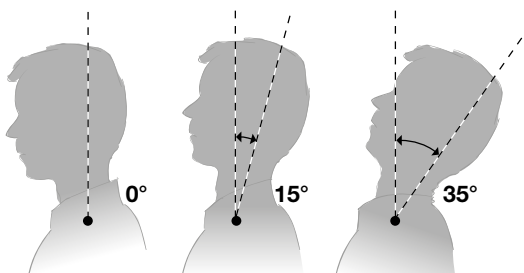
Som förare utsätts du för bland annat långvarigt statiskt arbete. Därför bör du ta "mikropauser" där du släpper spakarna i 10 – 15 sekunder och slappnar av i nacke och axlar. Det är ett smart sätt att förebygga skador. Gör det till en rutin att ta mikropaus minst en gång i timmen.



Du bör också ha en bra grundkondition för att klara de belastningar du utsätts för.

Nacken utsätts för påfrestningar vid höga lyft. Det är tungt att behöva böja nacken för att se vad som händer högt ovanför där du sitter när du kör.

Ta hjälp av någon som håller uppsikt och kommunicerar med dig via exempelvis radio, så minskar du den tid du själv behöver titta uppåt.



Arbetar du mer än halva arbetstiden med halsryggen böjd mer än 15° bakåt riskerar du att få nackskador.

"Tanka rätt rätt"

Det är inte bara maskinen som behöver rätt bränsle, det behöver du också. Många yrkesförare drabbas av övervikt, hjärt- och kärlsjukdomar.

I kombination med stress och rökning kan det få mycket obehagliga konsekvenser.

Till yrket hör att man ibland får arbeta på oregelbundna tider, långt hemifrån eller långt från ett bra matställe.

Följ så gott det går följande råd:

- Ät frukt och grönsaker varje dag.
- Ät fullkornsbröd till varje måltid.
- Ät fisk, minst tre gånger i veckan.
- Byt till flytande margarin eller olja vid matlagning.
- Drink vatten.
- Ät på regelbundna tider – frukost, lunch och middag.
- Ät tillsammans med arbetskamrater.
- Koppla av genom att använda hela matrasten.
- Ät långsamt, lägg ner besticken då och då.
- "Festa till" någon gång i veckan och ät det du tycker mest om.
- Gå på toaletten när du behöver.



En saftig hamburgare med söt läsk är inte livsfarligt, men gör det inte till en vana.

Sammanfattande diskussionsunderlag för sidorna 16-21.

Ge fyra exempel på riskzoner från din arbetsplats

- _____.
- _____.
- _____.
- _____.

Hur kan dessa risker påverka dig som förare?

Buller: _____.

Damm: _____.

Drag/Kyla: _____.

Vibrationer: _____.

Vad bör du tänka på när du arbetar ensam?

Om du medhjälpare på marken vid lyft, lastning och lossning, vad måste denne kunna?

Tillbud är en "nästan-olycka". Varför är det viktigt att rapportera alla tillbud?

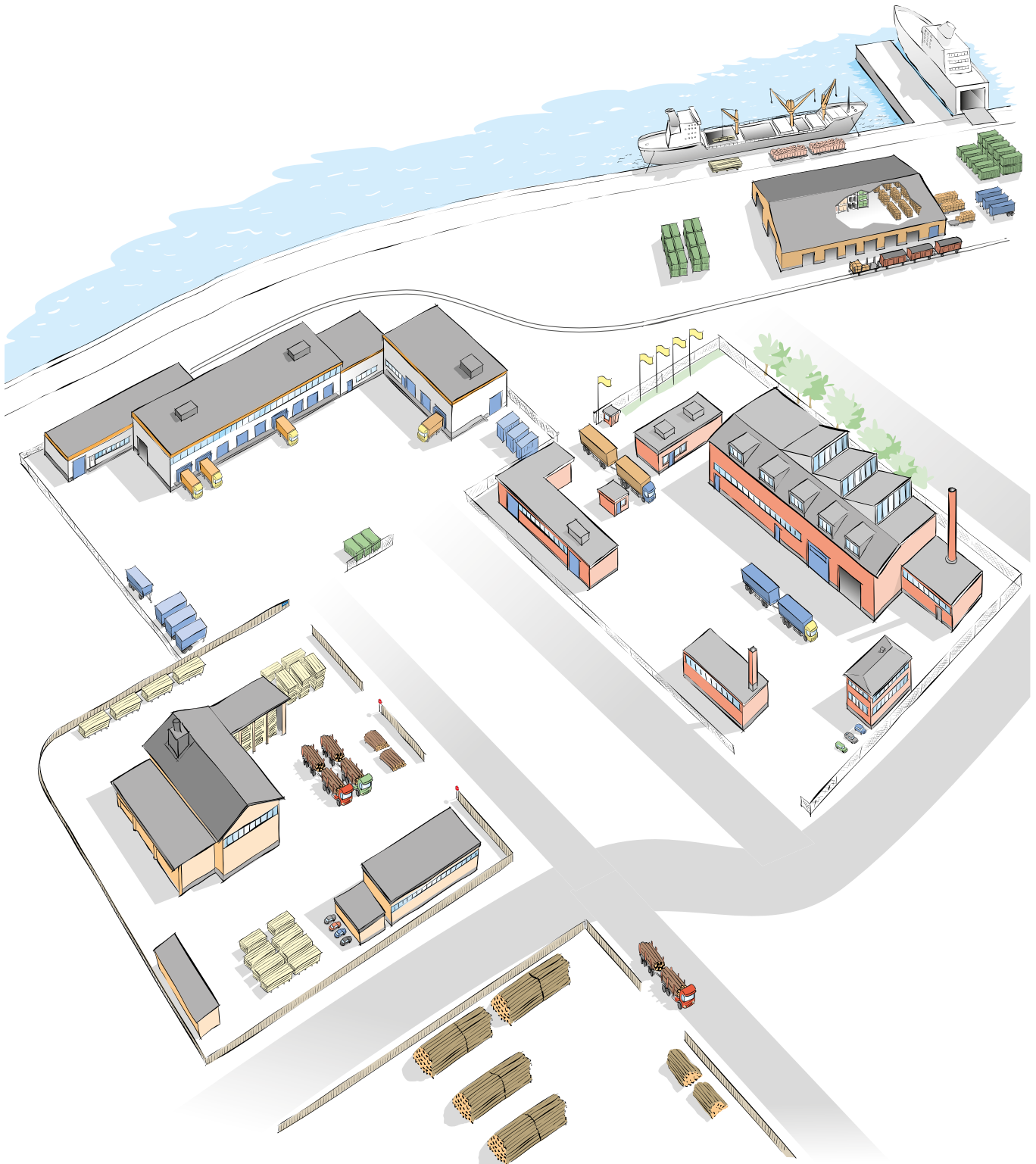
Vad kan du enklast påverka för att få en bra ergonomi när du kör?

Vad är en mikropaus? _____.

Vilken belastning kan du utsätta kroppen för om du hoppar ur förarhytten?

Hur kliver du in och ur förarhytten enligt "trepunktsprincipen"

C-truckens olika arbetsmiljöer



Tänk igenom och diskutera vilka risker som kan finnas när du kör din maskin i och mellan dessa olika arbetsställen.

Ditt ansvar som truckförare

När du kör truck har du ett stort ansvar och du är en mycket viktig kugge för säkerheten och effektiviteten på din arbetsplats.

Om du bedömer att säkerheten inte kan garanteras är det ditt ansvar att inte använda trucken och att meddela detta till din arbetsledning.



Du kan din truck

Du kan instruktionsboken och har lärt dig maskinens alla funktioner så att du kan utnyttja trucken optimalt.

Du kör säkert

Du utför daglig kontroll och ser till att din truck alltid är i gott skick. Du ser också till att din arbetsmiljö är anpassad efter kraven på säkerhet.

Du följer reglerna

Du följer de regler som gäller på arbetsstället och anpassar din körning efter omständigheterna.

Du är uppmärksam

Du är uppmärksam på andra runt din truck och eventuella risker i din omgivning som kan äventyra din och andras arbetsmiljö och säkerhet.

Du kör inte om du är påverkad

Du kör inte när du är sjuk, trött eller känner att du inte kan arbeta. Det gäller också om du tar mediciner som påverkar din förmåga att köra säkert. Självklart kör du inte om du är påverkad av alkohol eller droger.

Du tar ansvar för godset

Du hanterar gods som är värt stora summor pengar och hanterar det så att det inte blir skadat.

Du anmäler tillbud och olyckor

Du anmäler alltid till arbetsledningen om något har hänt, händer eller skulle kunnat hända så att orsaken kan åtgärdas. Du skriver tillbudsrapport så att dina iakttagelser finns dokumenterade.

Sammanfattande diskussionsunderlag för sidorna 23-24.

Nämn en vanlig risk vara vid körning i en hamn.

- _____.

Nämn en vanlig risk vara vid körning i en brädgård.

- _____.

Nämn en vanlig risk vara vid körning i ett industriområde.

- _____.

Nämn en vanlig risk vara vid körning i en lagerterminal.

- _____.

Som truckförare har du ett stort ansvar, ge några exempel:

- _____.
- _____.
- _____.
- _____.
- _____.
- _____.
- _____.

Truckläroplanen – TLP 10

Kunskapsmål

Kunskapsmål				* Avser endast markerad trucktyp.										A-truckar	B-truckar	C2	C3a	C3b	C4	C5	C7	D-truckar
God kunskap		Kunskap		Ej aktuellt																		
K1. Risker och säkerhetsbestämmelser	1. betydelsen av truckförarens attityder och säkerhetsinställningar för både egen och andras säkerhet,																					
	2. förståelse för hur personer i omgivningen kan förhålla sig och reagera i närheten av truck i rörelse,																					
	3. vikten av att ta reda på och känna till företagsinterna säkerhetsregler,																					
	4. vilka som är de vanligaste typerna av olycksfall med truckar, orsakerna bakom dem och hur man undviker skador,																					
	5. sina rättigheter, skyldigheter och ansvar som truckförare,																					
	6. vad utbildningsintyg respektive arbetsgivarens körkortstillstånd innebär,																					
	7. betydelsen av olycks- och tillbudsrapportering,																					
	8. kraven i Arbetsmiljöverkets föreskrifter om systematiskt arbetsmiljöarbete (SAM),																					
	9. kraven i Arbetsmiljöverkets föreskrifter om användning av truckar (arbetsutrustning*) respektive användning av personlig skyddsutrustning (särskilt skyddsskor),																					
	10. att enligt Arbetsmiljöverkets föreskrifter om tillfälliga personlyft med kranar eller truckar så får endast motvikts- eller skjutstativtruckar med sambeskrädd lyftbårg användas för personlyft med truck,																					
	11. de särskilda krav som gäller vid personlyft,																					
	12. vad som gäller för elsäkerhet vid arbete nära strömledande ledningar,																					
K2. Trafikbestämmelser	1. innebörden av de viktigaste trafikreglerna, såsom högerregeln etc.,																					
	2. att truck i regel ska vara trafikförsäkrad,																					
	3. att det i vissa situationer kan krävas körkort utöver arbetsgivarens körkortstillstånd för att få köra truck, t.ex. vid färd på väg,																					
	4. vad som krävs för att köra truck på väg,																					
K3. Truckens konstruktion	1. maskinens benämning (se sid 8-9), grundkonstruktion och karakteristiska egenskaper,																					
	2. vilken trucktyp som är säkrast vid olika slag av hantering och säkerhetsaspekter för olika trucktyper,																					
	3. broms- och styrfunktioner,																					
	4. hur säkerhetsanordningarna fungerar och vikten av att inte sätta dem ur spel,																					
	5. vetskaps om maskinens bredd och höjd,																					
	6. lyft med lång hävmom, möjlighet till roterande lyftbårg,																					
	7. stödbensfunktioner,																					
	8. olika typer av stativ och deras funktion,																					
K4. Truckens arbets-sätt, stabilitet och belastningar	1. grundbegreppen tyngdpunkt och tyngdpunktsvårslind samt truckens och lastens tyngdpunkt (titelpunkt*),																					
	2. tyngdpunktsvårslindens betydelse vid beräkning av truckens lyftförmåga,																					
	3. tyngdpunktsförskjutning vid olika lasthöjder (och stativutrustningar*),																					
	4. innebörden av de uppgifter som finns på truckens skyltar, för A-, B- och C-truckar t.ex. begrepp som klädd last, tillåten last och maximal lyfthöjd liksom lyfthöjdsbegränsning,																					
	5. centrifugalkraftens och den levande kraftens inverkan på trucken och lasten, begreppet resulterande kraft,																					
	6. resulterande kraft vid start och stopp när lasten ligger högt,																					
	7. hur tilling och stativförskjutning påverkar stabiliteten, särskilt vid höga lyft,																					
	8. rätt körriktning med avseende på sikte och stabilitet på plan mark, lutande underlag och i backe,																					
	9. beräkning av hjul- och axeltryck,																					
	10. regler för hur förlängningsgafflar och tillsatsaggregat påverkar truckens lyftförmåga och stabilitet,																					
	11. vikten av att tillsatsaggregat är godkända för aktuell användning samt att det finns tillhörande lastdiagram,																					
	12. inverkan av teleskoparmens varierande längd, stödbens, sidostabilitet,																					
	13. belastningar och stabilitet för motvikts-, stödbens- och skjutstativtruck.																					

Kunskapsmålen för varje truck presenteras i förstoring i respektive truckavsnitt.

Truckläroplanen – TLP 10

Kunskapsmål

Kunskapsmål		A-truckar	B-truckar	C2	C3a	C3b	C4	C5	C7	D-truckar
God kunskap Kunskap Ej aktuellt										
K5. Material- och godshantering	1. faror vid körning på ojämnt underlag, faror vid sväng med upplift last (ej D-truckar),									
	2. riskfyllda arbetsmoment kopplade till olika typer av lastkajer, lastbryggor och lastbärare,									
	3. regler och metoder för lastsäkring,									
	4. olika metoder för lastning och lossning med truck, t.ex. av fordon, container och lösflak,									
	5. inverkan av ogynnsamma klimatförhållanden (vind, is etc.),									
	6. inverkan av dåliga ljus-fäktförhållanden (t.ex. mörka utomhusmiljöer, stora kontraster i portar),									
	7. hantering av särskilt riskabla laster, t.ex. timmer,									
	8. betydelsen av att inte flytta bärbalkar eller på annat sätt ändra på lagerställ utan tillstånd,									
	9. vad informationen på de belastningskyltar som finns på lagerställ betyder,									
	10. lagrings- och staplingsprinciper, pallställ, gångbreddbehov,									
	11. pallar och enhetslaster, EUR-pallen, pallöverföringsregler,									
	12. hur kommunikation med signalman ska ske, i de fall sådan krävs för säker hantering,									
	13. vilka påkänningar gods utsätts för under transport, lagring och hantering,									
	14. hur truckföraren kan bidra till företagets ekonomiska resultat genom aktiva körning och godshantering,									
	15. olika system för orderplockning,									
	16. regler och metoder för säker emballering av gods på pall,									
	17. rätt insvängningsteknik vid arbete i olika pallställ, hur man tar och sätter en pall på rätt sätt,									
	18. rätt körteknik med påhängsvagn, t.ex. trailers, skindor. För D2 även MAFI-vagnar och svanhävar som medför särskilda risker till följd av att släpets främre del "skjuter ut" i kurvor,									
	19. regler för samlyft,									
K6. Ett ergonomiskt arbetssätt	1. betydelsen av att anpassa hastigheten till underlagets beskaffenhet för att minimera riskerna för negativ påverkan av vibrationer,									
	2. muskler, leder och deras funktion, de vanligaste skadeorsakerna vid körning och manuell hantering och metoder för att undvika dessa,									
	3. vilka möjligheter som vanligtvis finns för att anpassa förarplatsen till individens kroppsstorlek samt hur dessa möjligheter bör användas,									
	4. hur skaderisker till följd av samtidigt vriden och böjd nacke kan minskas genom tekniska och organisatoriska åtgärder,									
K7. Daglig tillsyn	1. tillverkarens skötselinstruktioner,									
	2. instrumentens funktion, kontroll av signaler och belysning, säkerhetsanordningar och nödstopp, för C-truckar även kablage och anslutningar,									
	3. hur hydraulnivån kontrolleras med avseende på oljefläckor, kontroll av slitage på slangar och hydraulfunktioner. I förekommande fall kontroll av motorolja och kylvätska,									
	4. kontroll av hjul och däck,									
	5. kontroll av bromsar och styrning,									
	6. daglig tillsyn av tillsatsaggregat och förlängningsgafflar i de fall dessa är monterade på trucken,									
	7. den dagliga tillsynens betydelse för truckens och företagets ekonomi,									
	8. kontroll av slitage och funktion på lyftedjor, okvagn, linor och linjaler,									
	9. vikten av ordning och reda och att hålla rent,									
	10. batteriskötsel och knallgasrisk,									
	11. hur lyftedjor kontrolleras, för B-truckar även okvagn,									
K8. Hantering av farligt gods	1. innebörden av föreskrivna transporthandlingar,									
	2. märkningssystem för farligt gods och när ADR 1.3-utbildning krävs,									

Kunskapsmålen för varje truck presenteras i förstoring i respektive truckavsnitt.

Truckläroplanen – TLP 10

Färdighetsmål

Färdighetsmål		A-truckar	B-truckar	C2	C3a	C3b	C4	C5	C7	D-truckar
God färdighet Färdighet Ej aktuellt										
F1. Daglig tillsyn	1. truckföraren kan själv genomföra daglig tillsyn av trucken med stöd av tillsynskort och tillverkarens rekommendationer.									
	2. truckföraren kan själv genomföra daglig tillsyn av förekommande tillsatsaggregat och förlängningsgafflar med stöd av tillsynskort och tillverkarens rekommendationer.									
F2. Manöverorgan, symboler, förarplats	1. truckföraren vet var alla manöverorgan är placerade och kan manövrera dem, särskilt reglage som föraren måste hantera när trucken är i rörelse.									
	2. truckföraren kan redogöra för förekommande symboler, skyltar och deras betydelse.									
	3. truckföraren kan använda förekommande tillsatsaggregat och förlängningsgafflar och redogöra för innebörden av symboler och skyltar i sammanhanget.									
	4. truckföraren känner till vilka möjligheter som finns för att anpassa förarplatsen till individens fysiska förutsättningar och kan använda dem.									
F3. Truckkörning ⁸	Truckföraren kan									
	1. starta, bromsa och svänga mjukt i båda körtäckningarna,									
	2. anpassa hastigheten efter rådande förhållanden,									
	3. välja rätt körsätt i lutningar, vid lastning av fordon och vid kajkanter eller andra höjdhöjdnader,									
	4. tillämpa ett ekonomiskt körsätt,									
	5. använda rätt insvängningsteknik,									
	6. använda rätt svängteknik med och utan påhängsvagn,									
	7. koppla påhängsvagn med särskild hänsyn till tryckluftslinor och kopplingar.									Endast D2
F4. Materialhantering	Truckföraren vet och kan visa hur aktuella laster ska hanteras, särskilt									
	1. vilket avstånd som ska hållas till personer, andra fordon samt lösa och fasta föremål i omgivningen,									
	2. hur backning ska utföras vid skymd sikt (vikten av att alltid titta bakåt vid backning),									
	3. vid körning i lutningar,									
	4. vid körning på ojämnt underlag,									
	5. vid körning under besvärliga klimatförhållanden utomhus,									
	6. hur lastdiagram ska användas i den praktiska hanteringen av trucken,									
	7. hur lastning och lossning av fordon ska utföras från lastkajer och marknivå,									
	8. på vilken höjd lasten ska hanteras (vikten av att inte svänga med lasten högt),									
	9. hur gods ska hämtas och lämnas på högre nivåer i pallstall och andra typer av ställage,									
	10. hur invängning 90° mot pallstall ska utföras,									
	11. hur fri- och djupstapling ska utföras,									
	12. hur manuell hantering, till exempel vid plockning, kan utföras på ett ergonomiskt riktigt sätt									
	13. hur pallar ska hämtas och lämnas på lägre nivåer i pallstall (både kortsides- och långsideshantering),									
	14. hur pallar ska hämtas och lämnas på högre nivåer i pallstall (både kortsides- och långsideshantering).	Endast A2								

⁸ Moment som kajkanter, höjdhöjdnader och liknande får simuleras i de fall de inte finns naturligt inom övningsområdet.

Färdighetsmålen för varje truck presenteras i förstoring i respektive truckavsnitt.