



Van lig naar lig met glijzeil en tilband met lussen (trekkend)



1

Er zijn speciale slings (of permanente) tilbanden/lakens die je kunt gebruiken voor een plafondtilsysteem, maar ook voor deze verplaatsingen. Gebruik ze bij voorkeur bovenop een glijzeil. Ze hebben lange lussen, waardoor je in een veel betere houding kunt trekken. Ze verlengen als het ware je armen.

Er zijn ook grote dubbele glijzeilen (-lakens) waar lussen aan zitten of waar je lussen aan kunt zetten: ze werken vergelijkbaar.



2

Sommige versies hebben treklussen die je zelfs nog een keer extra kunt verlengen met speciale lussen.

Je kunt op twee manieren trekken: met de kracht vanuit je vingers als je de lus echt met je vingers vastpakt. Maar je kunt hand ook door de lus doen, om je pols doen en dan de lus vastpakken. De lus zit dan om je pols en je kunt met vrij ontspannen vingers trekken. De kracht zal dan minder problemen in je vingers en pezen veroorzaken.



TIP Een collega kan helpen door beetje bij beetje te duwen of te helpen met trekken.

3



LET OP De speciale veiligheidsmaatregelen genoemd bij 4.1. Voor deze transfers zijn ze beslist noodzakelijk.