

3.1.9 Checklist pro ruční manipulaci s břemeny

Popis pracovního místa: _____

Datum: _____ Popis pracovního úkolu: _____

Vyhotovil: _____

Zaměstnavatel: _____

Pohyby, polohy, pracovní místo:

- a) Vyskytují se při manipulaci dlouhodobé předklony trupu, kdy ruce se pohybují pod výškou uprostřed stehen.

ano

ne



- b) Dochází při práci k opakované manipulaci nad výškou ramen?

ano

ne



- c) Vyskytují se při práci manipulace spojené s natahováním horních končetin?

ano

ne



d) Dochází při práci k opakované rotaci trupu?

ano ne



e) Jsou časté nevhodné manipulace spojené s dlouhodobým držením břemen?

ano ne



Úkoly a objekt manipulace:

f) Jsou manipulace prováděny často nebo dlouho?

ano ne

g) Jsou břemena přenášena na dlouhé vzdálenosti?

ano ne

h) Je hmotnost ručně manipulovaných břemen

- Více než 5 kg při práci vsedě
- Více než 15 kg při práci vstoje (ženy)
- Více než 30 kg při práci vstoje (muži)
- Více než 50 kg při práci vstoje (muži)

ano ne

ano ne

ano ne

ano ne

i) Jsou vynakládány velké tlačné a tažné síly?

ano ne

j) Jsou břemena těžko uchopitelná?

ano ne

k) Jsou k dispozici mechanická zařízení, je-li to potřeba?

ano ne

Pracovní prostředí

l) Je manipulace prováděna ve stísněných prostorách?

ano ne

m) Je osvětlení nevhodné pro ruční manipulaci s břemeny?

ano ne

n) Jsou při práci spojené s ruční manipulací s břemeny nepříznivé klimatické podmínky?

ano ne

o) Je podlaha kluzká, přeplněný prostor, nerovná apod.?

ano ne