

KONTROLNÍ LIST PRO RUČNÍ MANIPULACI S BŘEMENY



ergonomie

Datum: _____

Popis pracovního místa: _____

Popis pracovního úkolu: _____

Vyhotovil: _____

Zaměstnavatel: _____

	POHYBY, POLOHY, PRACOVNÍ MÍSTO:	ANO	NE
A.	Vyskytují se při manipulaci dlouhodobé předklony trupu, kdy ruce se pohybují pod výškou uprostřed stehen?		
B.	Dochází při práci k opakované manipulaci nad výškou ramen?		
C.	Vyskytují se při práci manipulace spojené s natahováním horních končetin?		
D.	Dochází při práci k opakované rotaci trupu?		
E.	Jsou časté nevhodné manipulace spojené s dlouhodobým držením břemen?		

KDE BLB, TAM NEBEZPEČNO

#bozpmasmysl

	ÚKOLY A OBJEKT MANIPULACE	ANO	NE
F.	Jsou manipulace prováděny často nebo dlouho?		
G.	Jsou břemena přenášena na dlouhé vzdálenosti?		
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)?		
I.	Jsou vynakládány velké tlačné a tažné síly?		
J.	Jsou břemena těžko uchopitelná?		
K.	Jsou k dispozici mechanická zařízení, je-li to potřeba?		
	PRACOVNÍ PROSTŘEDÍ	ANO	NE
L.	Je manipulace prováděna ve stísněných prostorách?		
M.	Je osvětlení nevhodné pro ruční manipulaci s břemeny?		
N.	Jsou při práci spojené s ruční manipulací s břemeny nepříznivé klimatické podmínky?		
O.	Je podlaha kluzká, přeplněný prostor, nerovná apod.?		

Zdroj: SZÚ

KDE BLB, TAM NEBEZPEČNO

#bozpmasmysl