

## Допустимые нормы подъема и перемещения грузов для женщин



Разовый подъем  
тяжести без  
перемещения



**1 раз**  
за смену

Перемещение грузов  
на тележках или  
в контейнерах



до  
**10 кг**



**Подъем и перемещение  
тяжестей при чередовании  
с другой работой**

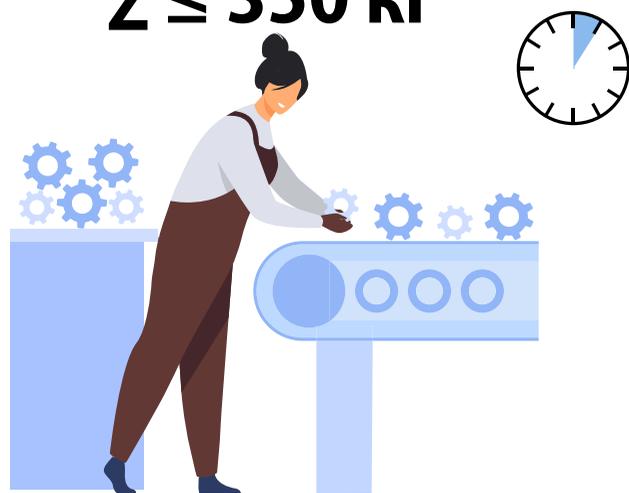


**Подъем и перемещение  
тяжестей постоянно  
в течении рабочей смены**



**Перемещение грузов за каждый час рабочей смены**

**$\Sigma \leq 350$  кг**



**С рабочей поверхности**

**$\Sigma \leq 175$  кг**



**С пола**

**Предельно допустимая масса груза включает массу тары и упаковки**

Памятку составили по нормам, которые установил приказ Минтруда от 14.09.2021 № 629н.

Документ вступит в силу 1 марта 2022 года (вступил в силу).

