


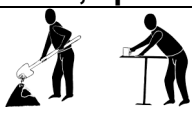
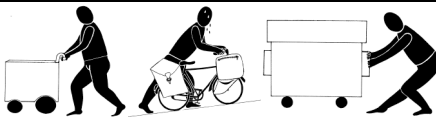
# Ručná manipulácia s bremenami – označenie rizík Kontrolný zoznam

Spoločnosť \_\_\_\_\_

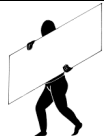





Dátum \_\_\_\_\_

Pracovisko/úloha \_\_\_\_\_

Podpis \_\_\_\_\_

Druh ručnej manipulácie s bremenami	Trvanie, častosť		Intenzita **)	
	niekedy	mnoho-krát*)	nízka	vysoká
<b>Preprava</b> zdvíhanie, nosenie, nakladanie, spúšťanie 				
<b>Spracovávanie</b> zdvíhanie, pridržanie, manipulácia 				
<b>Doprava</b> tlačenie, ťahanie, manévrovanie 				

\*) Pravidelná časť/súčasť úlohy \*\*) Posúdiť podľa praxe: pociťujú robotníci prácu ako ťažkú, vynakladajú zjavné úsilie, sú robotníci na konci zmeny veľmi unavení, sú sťažnosti, sú požiadavky na zmenu prevedenia, sú známky vyššej absencie alebo úrazovosti?

Opis úlohy (podľa smernice Rady)			
prvok	obr.	áno	nie
<b>Charakteristika bremena</b>			
príliš ťažké alebo príliš veľké			
ťažko manipulovateľné alebo ťažko uchopiteľné			
nestabilné alebo jeho obsah sa môže ľahko presúvať			
umiestnené v takej polohe, že je ho potrebné držať alebo s ním manipulovať v určitej vzdialenosti od trupu, alebo je potrebné pri manipulácii s ním sa nakláňať či vytáčať trup			
vzhľadom na svoje tvary a/alebo konzistenciu môže spôsobiť poranenie pracovníkov, najmä v prípade kolízie.			
<b>Požadovaná fyzická námaha</b>			
príliš vyčerpávajúca			

dosahovaná iba otáčavým pohybom trupu			
pravdepodobné, že dôjde k neočakávanému pohybu bremena			
vykonávaná telom v nestabilnej polohe			
<b>Charakteristika pracovného prostredia</b>			
nie je dostatok priestoru, najmä vertikálne, pre uskutočňovanie činnosti			
podlaha je nerovná, čím predstavuje nebezpečenstvo zakopnutia, alebo je klzká v súvislosti s obuvou pracovníka			
pracovné miesto v pracovnom prostredí bráni pracovníkovi manipulovať s bremenami v bezpečnej výške alebo v správnej polohe			
úroveň podlahy alebo pracovného povrchu sa mení, čo vyžaduje manipuláciu s bremenom v rôznych úrovniach			
podlaha alebo opora nôh je nestabilná			
teplota, vlhkosť alebo vetranie sú nevyhovujúce			
<b>Požiadavky na činnosť</b>			
nadmieru častá alebo nadmieru dlhá fyzická námaha, zaťažujúca najmä chrbticu			
nedostatočný telesný odpočinok alebo čas na zotavenie			
nadmerné vzdialenosti pri zdvíhaní, spúšťaní alebo prenášaní			
tempo práce udávané pracovným procesom, ktoré nemôže pracovník zmeniť			