**Checkliste: Wie sicher sind die Beschäftigten vor Muskel-Skelett-Erkrankungen?**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Prüffragen** | **Ja** | **Nein** | **Maßnahmen** |
| **Gefährdungen durch Heben, Halten und Tragen von Lasten verringern** |  |  |  |
| Ist geprüft, dass leichteres Material zum Einsatz kommen kann, z. B. Stahl gegen Aluminium usw.? |  |  |  |
| Ist geprüft, ob kleinere Verpackungseinheiten mit geringeren Füllmengen eingesetzt werden können?  Und: Sind automatisierte Prozesse möglich, damit die Mitarbeiter nicht selbsändig die Füllmenge bestimmen? |  |  |  |
| Ist geprüft, ob begrenzte Objektgrößen möglich sind (Automatisierung Beschränkung der Größe), damit schwere Objekte nicht in die Hände der Beschäftigten gelangen? |  |  |  |
| Ist geprüft, ob der Einsatz von Hilfsmitteln möglich ist, z. B. durch Exoskelette, Kran- oder Hebeanlagen, um die Mitarbeiter bei Lasten zu unterstützen? |  |  |  |
| **Gefährdungen durch rutschige oder glatte Böden verhindern** |  |  |  |
| Ist geprüft, ob Lasten über Treppen, Leitern etc. transportiert werden müssen? |  |  |  |
| Ist geprüft, ob Witterungsverhältnisse etc. möglicherweise eine gefährliche Situation darstellen können? |  |  |  |
| **Belastungen individuell anpassen** |  |  |  |
| Ist durch eine Mitarbeiterbefragung geprüft, ob es bereits zu Beeinträchtigungen gekommen ist wie z. B.  1. Gelenkbeschwerden?  2. Nacken- oder Schulterverspannungen?  3. Taubheitsgefühlen an oberen Extremitäten usw.? |  |  |  |
| Ist sichergestellt, dass für bestimmte Arbeiten Belastungsgruppen eingeführt werden können, z.B.  von 1 (gering belastbar) bis 5 (maximal belastbar)  nach Altersgruppen, Geschlecht oder Körpergröße  und -gewicht? |  |  |  |
| **Gefährdungen durch ungünstige Körperhaltung vermeiden** |  |  |  |
| Ist geprüft, ob die Position des Eingriffs verändert werden kann? Und:  Sind die Mitarbeiter über korrekte Körperhaltung beim Lastenheben unterwiesen? |  |  |  |
| Ist geprüft, ob die Ausgangsposition verändert werden kann, z. B. durch Lastenzufuhr mithilfe eines Transportbands oder durch eine körperlich bequemere Position etc.? |  |  |  |

Dieser kostenlose Download stammt aus einer Ausgabe von „**Arbeitssicherheit und praktischer Gesundheitsschutz im Unternehmen heute**“. Sollten Sie noch kein Abonnent sein, können Sie Ihre **KOSTENLOSE Gratis-Ausgabe** und Ihre **GRATIS-Checklisten-Sammlung „Die 17 besten Checklisten für den Arbeitsschutz“** jetzt kostenlos anfordern. Ich bin sicher: Sie werden begeistert sein!

* Ja, ich möchte „**Arbeitssicherheit und praktischer Gesundheitsschutz im Unternehmen heute**“ **GRATIS** testen und von allen Vorteilen profitieren:
* **Eine Gratis-Ausgabe, die Sie 14 Tage lang testen können.** Diese Gratis-Ausgabe dürfen Sie in jedem Fall behalten.
* **Die exklusive Checklistensammlung „Die 17 besten Checklisten für den Arbeitsschutz“.** Auch diese dürfen Sie in jedem Fall behalten.
* Wenn Sie uns innerhalb von 14 Tagen nach Erhalt der Gratis-Ausgabe nichts Gegenteiliges telefonisch, per Fax, Brief oder E-Mail mitteilen, erhalten Sie automatisch die weiteren Ausgaben zu einem Preis von nur 19,90 Euro pro Ausgabe zzgl. 1,95 Euro für Porto und Versandkosten und MwSt. „Arbeitssicherheit und praktischer Gesundheitsschutz im Unternehmen heute“ erscheint 30-Mal pro Jahr mit je 8 Seiten pro Ausgabe. Den Bezug können Sie jederzeit zum Ende des Bezugsjahres kündigen.

**Vorname, Name: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**Firma: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**Straße + Nr.: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**Postleitzahl: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**Ort: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**E-Mail: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**Telefon: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**Unterschrift: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

Jetzt ausfüllen und absenden:

* Fax: 0931-4170497
* Telefon: 0931-4170427
* Post: Praxis Medien für Arbeitsschützer, Winkelhausen 27, 51519 Odenthal
* E-Mail: [kundenservice@praxispurmedien.de](mailto:kundenservice@praxispurmedien.de?subject=Gratis-Test-Anforderung)

Unser Angebot richtet sich nur an Unternehmen, Industrie, Gewerbe, Handwerk, Handel, freie Berufe, öffentliche oder karitative Einrichtungen, den öffentlichen Dienst und Behörden sowie Verbände oder vergleichbare Institutionen und ist ausschließlich zur Verwendung in der beruflichen bzw. gewerblich oder selbständigen Arbeit vorgesehen. Nähere Auskünfte zum Datenschutz finden Sie unter [www.praxispurmedien.de](http://www.praxispurmedien.de). . AGU-Downl.-04/22