**Checkliste: Werden Arbeiten in einer Zwangshaltung unter folgenden Bedingungen ausgeführt?**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Prüffrage** | **Ja** | **Nein** |
| Werden Tätigkeiten in folgenden Positionen für insgesamt 30 Minuten pro Arbeitstag oder mehr ausgeführt:* Oberkörper stark vorgebeugt (mehr als 60°)
* Arme angehoben mit Händen über Schulterhöhe
* Knien, Hocken, Fersensitz, Schneidersitz
 | [ ] [ ] [ ]  | [ ] [ ] [ ]  |
| Werden Tätigkeiten in folgenden Positionen für insgesamt 45 Minuten pro Arbeitstag oder mehr ausgeführt:* Oberkörper mäßig vorgebeugt (mehr als 20° bis 60°)
* Arme angehoben mit Händen unter Schulterhöhe
* Arme vor oder unter dem Körper im Liegen auf dem Rücken oder Bauch
 | [ ] [ ] [ ]  | [ ] [ ] [ ]  |
| Werden Tätigkeiten in folgenden Positionen für insgesamt 90 Minuten pro Arbeitstag oder mehr ausgeführt:* Sitzen in erzwungener Haltung
 | [ ]  | [ ]  |
| Werden Tätigkeiten in folgenden Positionen für insgesamt 150 Minuten pro Arbeitstag oder mehr ausgeführt:* ständiges Stehen, auch unterbrochen von wenigen Schritten, Gehen
* dynamisches Sitzen ohne Möglichkeit des Wechsels zwischen Sitzen und Stehen
 | [ ] [ ]  | [ ] [ ]  |