

Приказ Министерства труда и социальной защиты РФ от 14 сентября 2021 г. N 629н
"Об утверждении предельно допустимых норм нагрузок для женщин при подъеме и
перемещении тяжестей вручную"

В соответствии со [статьей 253](#) Трудового кодекса Российской Федерации (Собрание законодательства Российской Федерации, 2002, N 1, ст. 3; 2021, N 27, ст. 5139) и [подпунктом 5.2.22 пункта 5](#) Положения о Министерстве труда и социальной защиты Российской Федерации, утвержденного [постановлением](#) Правительства Российской Федерации от 19 июня 2012 г. N 610 (Собрание законодательства Российской Федерации, 2012, N 26, ст. 3528; 2021, N 42, ст. 7120), приказываю:

1. Утвердить предельно допустимые нормы нагрузок для женщин при подъеме и перемещении тяжестей вручную согласно [приложению](#).

2. Установить, что настоящий приказ вступает в силу с 1 марта 2022 г. и действует до 1 марта 2028 года.

Министр

А.О. Котяков

Зарегистрировано в Минюсте РФ 25 ноября 2021 г.
Регистрационный N 65973

Приложение
к приказу Министерства труда
и социальной защиты
Российской Федерации
от 14 сентября 2021 г. N 629н

**Предельно допустимые нормы
нагрузок для женщин при подъеме и перемещении тяжестей вручную**

Характер работы	Предельно допустимая масса груза (включая массу тары и упаковки)
Подъем и перемещение тяжестей при чередовании с другой работой (до 2 раз в час)	10 кг
Подъем и перемещение тяжестей постоянно в течение рабочей смены	7 кг
Суммарная масса грузов, перемещаемых в течение каждого часа рабочего дня (смены), не должна превышать:	
с рабочей поверхности	350 кг
с пола	175 кг
Разовый подъем тяжестей (без перемещения)	15 кг
При перемещении грузов на тележках или в контейнерах прилагаемое усилие не должно превышать 10 кгс.	