# [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"](garantF1://403011649.0)

В соответствии со [статьей 253](garantF1://12025268.253) 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](garantF1://70092438.15222) Положения о Министерстве труда и социальной защиты Российской Федерации, утвержденного [постановлением](garantF1://70092438.0) 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](#sub_1000).

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](#sub_0) 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. | |