

**МИНИСТЕРСТВО ТРУДА И СОЦИАЛЬНОЙ ЗАЩИТЫ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**  
**ПРИКАЗ**  
**от 14 сентября 2021 года 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 Министерстве юстиции  
Российской Федерации  
25 ноября 2021 года,  
регистрационный N 65973

Приложение  
к приказу Министерства труда  
и социальной защиты  
Российской Федерации  
от 14 сентября 2021 года 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:<br>с рабочей поверхности<br>с пола | 350 кг<br>175 кг                                                 |

|                                                                                                     |       |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|
| Разовый подъем тяжестей (без перемещения)                                                           | 15 кг |
| При перемещении грузов на тележках или в контейнерах прилагаемое усилие не должно превышать 10 кгс. |       |

Электронный текст документа  
подготовлен АО "Кодекс" и сверен по:  
Официальный интернет-портал  
правовой информации  
[www.pravo.gov.ru](http://www.pravo.gov.ru), 25.11.2021,  
N 0001202111250018