**Tjekliste til arbejdsstillinger**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **X** |  | **X** |  | **X** |
| Stående arbejde: Arbejdshøjden ved inventar og udstyr kan let tilpasses den enkelte ansatte og arbejdets art. |  | Stående arbejde: Arbejdshøjden ved inventar og udstyr kan ikke alle steder let tilpasses den enkelte ansatte og arbejdets art. |  | Stående arbejde: Arbejdshøjden ved inventar og udstyr kan ikke tilpasses den enkelte ansatte og arbejdets art. |  |
| Siddende arbejde: Arbejdshøjden ved inventar og udstyr kan let tilpasses den enkelte ansatte og arbejdets art. |  | Siddende arbejde: Arbejdshøjden ved inventar og udstyr kan ikke alle steder let tilpasses den enkelte ansatte og arbejdets art. |  | Siddende arbejde: Arbejdshøjden ved inventar og udstyr kan ikke tilpasses den enkelte ansatte og arbejdets art. |  |
| Rækkeafstand og arbejdsområde ved stående arbejde:  ● Ansigtet mod inventar og udstyr  ● I opret stilling  ● Rækkeafstand max 20-25 cm fra  kroppen. |  | Rækkeafstand og arbejdsområde ved stående arbejde:  ● Ansigtet mod inventar og udstyr  ● I opret stilling  ●Rækkeafstand over 20-25 cm fra  kroppen. |  | Rækkeafstand og arbejdsområde ved stående arbejde:  ● Ansigtet mod inventar og udstyr  ● Rækkeafstand 40-45 cm fra  kroppen. |  |
| Rækkeafstand og arbejdsområde ved siddende arbejde: 20-25 cm fra kroppen. |  | Rækkeafstand og arbejdsområde ved siddende arbejde: Over 20-25 cm fra kroppen i længere perioder |  | Rækkeafstande til maksimalt område ved siddende arbejde: 32-37 cm fra kroppen. |  |
| Der er fri benplads og fri bevægel-sesmulighed. Der er jævnt og stabilt underlag.  Der er sjældent eller ingen pedalbetjening. God fodstøtte ved siddende arbejde. |  | Begrænset benplads. Dårlig fodstøt-te eller underlag. Nogen pedalbetje-ning. Arbejdet er i perioder fastlåst. |  | Der mangler benplads og fodstøtte. Underlaget er ustabilt, glat, hårdt eller ujævnt. Lange perioder med fastlåst arbejdsstilling. Meget pedal-betjening. |  |
| Hugsiddende, knælende eller knæliggende arbejde forekommer sjældent eller kun kortvarigt. |  | Hugsiddende, knælende eller knæliggende arbejde kan forekom-me i perioder. |  | Hugsiddende, knælende eller knæliggende arbejde forekommer mere end en ½ time ad gangen i en væsentlig del af arbejdstiden på hårdt eller ujævnt underlag. |  |
| Liggende arbejdsstilling forekom-mer sjældent eller kun i korte perioder. |  | Liggende arbejde kan forekomme i perioder. |  | Liggende arbejde forekommer i mere en ½ time ad gangen i en væ-sentlig del af arbejdstiden. På hårdt, koldt eller ujævnt underlag. Armene er konstant løftede uden støtte. |  |