



# FAKTA OM UNGES ARBEJDE - FYSISKE PÅVIRKNINGER

## DET SIGER LOVEN

Unge medarbejdere under 18 år må ikke udsættes for fysiske belastninger, der er skadelige for deres sundhed eller udvikling

Arbejdsgiveren skal sikre, at den unge får instruktion i korrekt arbejdsteknik og følge op på, om den unge bruger den

Arbejdsgiveren skal sørge for, at der føres tilsyn med, at den unge under 18 år udfører sit arbejde sikkert og korrekt

### Arbejdsstillinger

- Ved arbejde i kassen skal den unge have instruktion i, hvordan stolen og øvrige inventar indstilles, og hvordan varerne skal scannes, så den unge ikke belaster sin krop unødigt
- Ved arbejde med opfyldning af varer o. lign. skal den unge have instruktion i, hvordan den unge kan arbejde med gode arbejdsstillinger

### Skub og træk

- Transport af last over ca. 250 kg på fx palleløfter bør undgås (=10 ølkasser med fyldte flasker). Hvis underlaget skræner, skal vægten sænkes
- Det anbefales, at de unge ikke skubber/trækker mere end 10 kundevogne af gangen ved vandret og jævnt underlag. Ved fx ujævne underlag, stigninger i terrænet eller dårlig vedligeholdte hjul på kundevogne anbefales det, at antallet sættes tilsvarende ned

### LOVGRUNDLAG

Arbejdstilsynets bekendtgørelse nr. 239 af 6. april 2005 med senere ændringer om unges arbejde, § 12.

[Find den på bfahandel.dk/50144](http://bfahandel.dk/50144)

Kapitel 6 – Arbejdstid m.v. for unge, som er 13-15 år, eller som er omfattet af undervisningspligten, nr. 6, 9, 10 og 11

[Find den på bfahandel.dk/50210](http://bfahandel.dk/50210)

### Løft og bæring af varer

- Hovedreglen er, at unge under 18 år ikke må løfte eller bære noget, der vejer mere end 12 kg (= ølkasse med 30 tomme flasker)
- Vejer varen over 12 kg, må den unge under 18 år kun transportere den ved hjælp af et teknisk hjælpemiddel
- Vejer varen under 12 kg, må den unge under 18 år bære den ca. 2 meter
- I enkelte tilfælde må den unge løfte op til 25 kg, men kun hvis det foregår under optimale løfteforhold, dvs.:
  - at løftet foregår lige foran og tæt på kroppen
  - at løftet foregår mellem midtlårshøjde og albuehøjde
  - at man ikke vrider eller bøjer i ryggen
  - at grebet om byrden er fast og godt
  - at fodfæstet er stabilt.
- Bæring af byrder skal så vidt muligt undgås og egnede tekniske hjælpemidler, fx rulleborde eller sækkevogne, skal bruges, når byrden vejer over 12 kg

Gør meget ud af instruktionen. Det er vigtigt, at den bliver givet, forstået og modtaget.

Instruer bl.a. den unge i:

- Rigtig løft af varer
- Hvordan og hvornår den unge må transportere varer
- Rigtig brug af palleløfter
- Håndtering af kundvogne
- Rigtige arbejdsstillinger når den unge sidder i kassen
- Sikker i butikken er en arbejdsmiljøguide til unge med fritidsjob i detailhandlen. [Find den på bfahandel.dk/50214](http://bfahandel.dk/50214)

---

**FRA BFA HANDEL**

---

Unge arbejde - En branchevejledning om unges arbejdsmiljø  
[Find den på bfahandel.dk/50213](http://bfahandel.dk/50213)

"Hvor nemt ka' det være?" – Interaktivt træningsprogram om unges arbejdsmiljø  
[Find den på bfahandel.dk/50215](http://bfahandel.dk/50215)

APV tjekliste: Unge undervisningspligtige  
[Find den på bfahandel.dk/50217](http://bfahandel.dk/50217)

APV tjekliste: Unge IKKE undervisningspligtige  
[Find den på bfahandel.dk/50218](http://bfahandel.dk/50218)

---

**FRA ARBEJDSTILSYNET**

---

Om unges arbejde  
[Find den på bfahandel.dk/50203](http://bfahandel.dk/50203)

---

**FRA ANDRE**

---

[www.ungmedjob.dk](http://www.ungmedjob.dk)