

Arbeitsblatt Bildschirmarbeit

Das Arbeitsblatt ist ein Verfahren zur Beurteilung der Arbeitsbedingungen. Bei Antwort „nein“ sind entsprechende Maßnahmen durchzuführen oder weitere Untersuchungen erforderlich.

Bei Fragen zur Gefährdungsbeurteilung und zur Ergonomie am Bildschirmarbeitsplatz stehen Ihnen die Gruppe - Arbeitssicherheit und Umweltschutz und die Fachkräfte für Arbeitssicherheit gerne beratend zur Seite.

Institut/Fachgebiet/Einrichtung: _____

Arbeitsplatz/Tätigkeitsbereich: _____

Bearbeiter/in: _____

Datum: _____

1. Gerätesicherheit

Die am Arbeitsplatz verwendeten Geräte tragen das CE- und/oder das GS-Zeichen.

ja nein

2. Bildschirm

Die oberste Bildschirmzeile liegt höchstens in Augenhöhe.



ja nein

Der Bildschirm ist leicht dreh- und neigbar.

ja nein

Die Bildschirmdiagonale beträgt > 15 Zoll (sichtbar 35 cm), empfohlen wird jedoch > 22 Zoll (sichtbar 56 cm).

ja nein

Der Bildschirm ist frei von störenden Reflexionen oder Spiegelungen.

ja nein

3. Tastatur/Maus

Die Tastatur ist getrennt vom Bildschirm (kein Laptop)

ja nein

Die Tastatur ist geringfügig geneigt

ja nein

4. Arbeitstisch

Tischbreite > 160 cm

ja nein

Tischtiefe > 80 cm

ja nein

Gesamtfläche bei Tischkombination > 1,28 m²

ja nein

Tischhöhe: verstellbar (65-85) cm oder 72-76 cm bei nicht höhenverstellbarem Tisch

ja nein

Beinraumhöhe: > 65 cm

ja nein

Beinraumbreite: > 85 cm

ja nein

Beinraumtiefe: > 80 cm

ja nein

5. Drehstuhl

5-Rollen-Untergestell mit gebremsten Rollen, abhängig von der Härte des Fußbodenbelages

ja nein

Höhenverstellbar

ja nein

Gepolsterte Sitzfläche, abgerundete Vorderkante

ja nein

Gepolsterte und verstellbare Rückenlehne mit Unterstützung im Lendenbereich

ja nein

Dynamisches Sitzen (Haltungswechsel) ist möglich

ja nein



6. Anpassung der Arbeitsmittel an die Körpermaße

Unterarm etwa waagrecht, Hände in Tastaturhöhe, Winkel zwischen Ober- und Unterarm > 90°

ja nein

Oberschenkel etwa waagrecht, Winkel zwischen Ober- und Unterschenkel > 90°

Volle Auflage der Füße auf dem Fußboden ist möglich (falls nicht, ist Fußstütze erforderlich)

7. Platzbedarf/Arbeitsplatzanordnung

Fläche je Arbeitsplatz > 8 m², in Großraumbüros > 12 m²

Freie Bewegungsfläche am Arbeitsplatz > 1,5 m²

Mindesttiefe 1,0 m

Verbindungsgänge zum persönlichen Arbeitsplatz > 0,6 m

Stolperfrei (beachte z.B. Leitungsverlegungen)

Blick parallel zur Fensterfront

Blick parallel zu Leuchtbändern



8. Beleuchtung

Hell genug (> 500 lx)

^{1.)}

Die Lampen / Leuchten blenden nicht

Die Oberflächen der Geräte und Tische sind matt

Die Beleuchtung flimmert nicht

Nur Lampen gleicher Lichtfarbe sind vorhanden

Außenjalousie oder Innenrollos regulieren den Sonnenlichteinfall

9. Sonstige Arbeitsumgebung

ja nein

Lärm: hinreichend leise (Büro < 55 dB [A])

^{1.)}

Klima: Raumtemperatur 20° C bis 26° C

10. Organisatorische Maßnahmen

Die Beschäftigten wurden im Umgang mit dem Bildschirmgerät eingewiesen.

Die Beschäftigten wurden bei der Einrichtung des Bildschirm-Arbeitsplatzes beteiligt.

11. Vorsorgemaßnahmen

Die Beschäftigten sind über mögliche Gesundheitsbeeinträchtigungen informiert und kennen Maßnahmen zur Vermeidung.

Eine Erst- bzw. Nachuntersuchung des Sehvermögens der Beschäftigten wurde angeboten.

Anmerkungen:

1.) Subjektive Einschätzung ausreichend.

Bildnachweis:

- BG ETEM „Bildschirmarbeitsplätze“

- DGUV-Information 215-410 „Bildschirm- und Büroarbeitsplätze“