

Hinweise zu Modul 3 – EDV-Trainings

Kriterien für Bildschirm- und Büroarbeit

(Auszug der Empfehlungen der Berufsgenossenschaften/Weiterbildung Hamburg e. V.)

1 Bildschirm, Tastatur und sonstige Eingabemittel

Bildschirm

- Zeichenschärfe ist gegeben, wenn auf dem gesamten Bildschirm die Schärfe dem gedruckten Zeichen nahe kommt
- Angemessener Kontrast und Helligkeit
- Größe und Gestalt sowie Abstände von Zeichen und Zeilen müssen eine gute Lesbarkeit der Zeichen ermöglichen
- Bildstabilität und –geometrie muss vorhanden sein
- Flimmerfreiheit
- Bildschirm muss frei von störenden Reflexionen und Blendungen sein
- Bildschirm muss frei und leicht drehbar und neigbar sein

Tastatur

- die Tastatur muss vom Bildschirmgerät getrennt und neigbar sein, damit die Benutzer eine ergonomisch günstige Arbeitshaltung einnehmen können
- vor der Tastatur muss ein Auflegen der Hände möglich sein
- die Tastatur muss variabel angeordnet werden können
- die Tastatur muss eine reflexionsarme Oberfläche haben
- Form und Anschlag der Tasten müssen eine ergonomische Bedienung ermöglichen
- Zeichen auf der Tastatur müssen gut lesbar sein

Maus

- die Form der Maus muss die Benutzung in normaler Körper- und Handhaltung ermöglichen
- die Unterlage für die Maus muss geeignet sein

2 Sonstige Arbeitsmittel

Arbeitstisch, Arbeitsfläche

- ausreichend große Fläche, um Bildschirm, Tastatur, Maus und sonstiges Arbeitsmaterial flexibel anordnen zu können
- reflexionsarme Oberfläche
- ausreichender Raum für eine ergonomisch günstige Arbeitshaltung
- die Arbeitsplatte sollte an Körpergröße des Benutzers angepasst werden können
- ausreichender Fuß- und Beinraum
- der Sehabstand muss der jeweiligen Aufgabe angepasst sein, mindestens 500 mm
- Standsicherheit

Büroarbeitsstuhl

- ergonomisch geformt
- Höhenverstellung und Federung der Sitzfläche
- ergonomisch geformte Rückenlehne und Sitzfläche
- Polsterung
- Kippsicher

3 Arbeitsumgebung

Platzbedarf

- ausreichender Platz für wechselnde Arbeitshaltung und –bewegungen
- freie, unverstellte Bewegungsfläche von ca. 1,5 m²
- Fenster und Türen müssen frei zu öffnen sein

Beleuchtung, Blendung und Reflexion

- die Beleuchtung muss der Art der Schaufgabe und dem Sehvermögen des Benutzers angepasst sein
- angemessener Kontrast zwischen Bildschirm und Arbeitsumgebung muss gegeben sein
- die Beleuchtung muss möglichst wenig Reflexion auf dem Bildschirm erzeugen (Leuchten mit Lamellenraster)
- Fenster müssen mit einer geeigneten Lichtschutzvorrichtung versehen sein, durch die der Tageslichteinfall auf den Bildschirm vermindert werden kann

Lärm

- Einsatz von lärmarmen Arbeitsmitteln
- räumliche Trennung von Arbeitsplätzen und Lärmquellen
- Schall schluckende Fußböden, Decken und Wände

Raumklima

- Raumtemperatur in der Regel zwischen 20 °C und 22 °C, bei hohen Außentemperaturen nicht über 26 °C
- Luftfeuchtigkeit höchstens 50 %