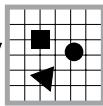


ERGONOMIE-PRÜFLISTE BÜROMÖBEL/UMGEBUNG

BILDSCHIRMTISCH UND BEWEGUNGSFLÄCHE

ja fraglich nein

- | | | | |
|---|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| • Entspricht die Arbeits- bzw. Tischfläche der Arbeitsaufgabe und der Bildschirmgröße? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| • Ist der nicht höhenverstellbare Tisch 720 mm hoch? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| • Verfügt der höhenverstellbare Tisch über einen Verstellbereich von mindestens 680 mm – 760 mm und ist die Höhe für die BenutzerInnen richtig eingestellt? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| • Kann der Bildschirmtisch auch als Steharbeitsplatz genutzt werden? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| • Ist die Höhenverstellung einfach zu bedienen? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| • Lässt sich die eingestellte Höhe leicht ablesen? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| • Beträgt der Beinraum in der Höhe mind. 650 mm, in der Breite mind. 800 mm, in der Tiefe mind. 700 mm und ist er frei von Stützen und Unterbauten? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| • Liegt der Reflexionsgrad der Tischplatten zwischen 20% und 50%? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| • Lassen die für die Tischplatten gewählten Materialien und Beschichtung Wärmeableitungen zu? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| • Sind die Tischplattenkanten an der Oberseite gerundet (3-mm-Radius)? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| • Sind die Bildschirmtische frei von störenden Schwingungen? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| • Sind die Zuleitungen zum Bildschirmgerät ausreichend gesichert (z. B. durch integrierte Kabelkanäle)? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| • Ist am Bildschirmarbeitsplatz ausreichend Stauraum für persönliche Unterlagen vorhanden? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| • Bleiben Schubladen und Auszüge auch im ausgezogenen Zustand gesichert? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| • Beträgt die freie Bewegungsfläche mind. 1,5 m ² ? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| • Sind Möbelfunktionsflächen vorgesehen, um die Benutzerflächen nicht einzuschränken? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| • Ist die Verkehrswegefläche zum persönlichen Arbeitsplatz mind. 600 mm breit? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |



NACK PLANT UND RICHTET EIN

BÜRODREHSTUHL

ja fraglich nein

- | | | | |
|--|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| • Ist dynamisches Sitzen mit Synchronverstellung möglich? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| • Entspricht die Sitzfläche den Körperproportionen (ausreichend breit und tief)? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| • Funktioniert die Höheneinstellung (mind. von 420 mm – 530 mm verstellbar)? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| • Wird der Belastungsstoß beim Hinsetzen gedämpft und abgefangen? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| • Entspricht die Rückenlehne den Körperproportionen (ausreichend breit und hoch)? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| • Verfügt die Rückenlehne über einen Lendenbausch? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| • Ist die Rückenlehne in der Höhe verstellbar? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| • Kann die Anlehne auf das Körpergewicht eingestellt werden? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| • Kann die Rückenlehne in verschiedenen Sitzhaltungen arretiert werden? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| • Sind Armstützen oder Armauflagen vorhanden? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| • Lässt sich der Stuhl mit Armlehnen oder Armauflagen nahe genug an den Tisch schieben? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| • Sind die Verstellmechanismen funktionsfähig, einfach zu handhaben, leicht zugänglich und werden Quetsch- und Scherstellen vermieden? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| • Sind die Polsterung und der Bezug wasserdampf- und luftdurchlässig, um Schwitzen zu vermeiden? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| • Verfügt der Stuhl über das GS-Zeichen „Geprüfte Sicherheit“ oder „TÜV-Rheinland: Ergonomie geprüft“? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

RAUMGESTALTUNG

ja fraglich nein

- | | | | |
|---|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| • Stehen in Büros je Arbeitsplatz 8 – 10 m ² zur Verfügung oder in Großraumbüros (ab ca. 400 m ²) je Arbeitsplatz 12 – 15 m ² ? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| • Ist die freie Bewegungsfläche am Arbeitsplatz an jeder Stelle 1 m breit und tief? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| • Sind die Verbindungsgänge zum persönlich zugewiesenen Arbeitsplatz mindestens 600 mm breit? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| • Sind die Fußböden eben, rutschhemmend und haben keine Stolperstellen? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| • Ist ein antistatischer Teppichboden verlegt? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| • Ist die farbliche Gestaltung des Raumes und der Möblierung aufeinander abgestimmt (möglichst schwach gesättigte Farben verwenden)? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

BELEUCHTUNG

ja fraglich nein

• Ist die Beleuchtung der Art der Sehaufgabe angepasst bzw. anpassbar?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
• Besteht eine Sichtverbindung nach außen?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
• Wird stark gerichtetes Licht vermieden und treten keine Schlagschatten auf?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
• Sind direkt abstrahlende Leuchten mit einer ausreichenden Blendbegrenzung versehen?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
• Werden Blendungen durch einfallendes Tageslicht z. B. mittels Sonnenschutzjalousien verhindert?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
• Werden im Büroraum einheitlich neutralweiße Lichtfarben verwendet?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
• Wird die Nennbeleuchtungsstärke von 500 Lux eingehalten?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
• Werden die Körperfarben der Gegenstände im Raum auch bei künstlicher Beleuchtung „farbentreu“ wiedergegeben?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Die ausgefüllte Beurteilungsliste zeigt Ihnen an, ob die Ausstattung Ihres Arbeitsplatzes den aktuellen ergonomischen Anforderungen entspricht. Sollten Sie alle Fragen mit „Ja“ beantwortet haben: Herzlichen Glückwunsch!

In den mit „Nein“ beantworteten Bereichen sind gemäß der Bildschirmarbeitsverordnung (BildscharbV) bzw. den Arbeitsstättenrichtlinien sofortige Maßnahmen erforderlich.

Für die mit „Fraglich“ angekreuzten Bereiche sollten Sie unseren fachlichen Rat einholen.

Rufen Sie uns an oder mailen Sie uns. Tel. 040/658 00 2-0. E-Mail: info@nack.de