

Vorwort zur Prüfliste Büro- und Bildschirmarbeitsplätze zur Anwendung für Telearbeitsplätze

Die Handlungshilfe-Prüfliste 4.1.1.1 *Büro- und Bildschirmarbeitsplätze* findet üblicherweise Anwendung bei Arbeitsplätzen, die sich in einem Dienstgebäude befinden. Um die Arbeitsplätze im häuslichen Umfeld zu beurteilen, kann die Prüfliste auch im Bereich der Telearbeit angewendet werden.

Arbeitsplätze von leistungsgeminderten Beschäftigten sind immer gesondert zu betrachten und bedürfen einer weiteren Analyse.

Telearbeitsplätze sind in § 2 Abs. 7 der Arbeitsstättenverordnung (ArbStättV) von 2016 wie folgt definiert: „Telearbeitsplätze sind vom Arbeitgeber fest eingerichtete Bildschirmarbeitsplätze im Privatbereich der Beschäftigten, für die der Arbeitgeber eine mit den Beschäftigten vereinbarte wöchentliche Arbeitszeit und die Dauer der Einrichtung festgelegt hat. Ein Telearbeitsplatz ist vom Arbeitgeber erst dann eingerichtet, wenn Arbeitgeber und Beschäftigte die Bedingungen der Telearbeit arbeitsvertraglich oder im Rahmen einer Vereinbarung festgelegt haben und die benötigte Ausstattung des Telearbeitsplatzes mit Mobiliar, Arbeitsmitteln einschließlich der Kommunikationseinrichtungen durch den Arbeitgeber oder eine von ihm beauftragte Person im Privatbereich des Beschäftigten bereitgestellt und installiert ist.“

Durch Dienst-/Betriebsvereinbarungen kann das Bereitstellen von Arbeitsmitteln und Mobiliar auf den Einzelfall bezogen geregelt werden (z. B. Anerkennung von privat bereitgestelltem Mobiliar, Monitor).

Das Arbeitsschutzgesetz (ArbSchG) findet bei Telearbeit uneingeschränkt Anwendung. Eine Gefährdungsbeurteilung ist gemäß § 5 ArbSchG zu erstellen und gemäß § 6 ArbSchG zu dokumentieren. Der Arbeitgeber/die Arbeitgeberin ist bei Telearbeitsplätzen verpflichtet, die Beschäftigten im Hinblick auf die spezifischen Gefährdungen zu unterweisen (§ 12 ArbSchG).

Telearbeit unterliegt der Arbeitsstättenverordnung (ArbStättV). Der Anwendungsbereich der ArbStättV ist im Wesentlichen auf Anforderungen für Bildschirmarbeitsplätze beschränkt. Für Telearbeitsplätze gelten die Anforderungen des § 3 (Gefährdungsbeurteilung) bei der erstmaligen Beurteilung der Arbeitsbedingungen und des Arbeitsplatzes, der § 6 (Unterweisung) und die Nummer 6 des Anhangs der Verordnung (Maßnahmen zur Gestaltung von Bildschirmarbeitsplätzen), soweit der Arbeitsplatz von dem im Betrieb abweicht.

Beschäftigte, die in Telearbeit arbeiten, haben bei Tätigkeiten an Bildschirmgeräten Anspruch auf medizinische Angebotsvorsorge gemäß der Verordnung über Arbeitsmedizinische Vorsorge (ArbMedVV).

Der Telearbeitsplatz muss grundsätzlich „sicher und geeignet“ und vom Arbeitgeber/von der Arbeitgeberin als sicherheitstechnisch unbedenklich abgenommen sein. Für die Gestaltung von Telearbeitsplätzen gelten die gleichen ergonomischen Anforderungen wie für Büro- und Bildschirmarbeitsplätze in Unternehmen, die im Anhang 6 der ArbStättV konkretisiert sind.

Prüfliste

Büro- und Bildschirmarbeitsplätze zur Anwendung für Telearbeitsplätze

Nr.	Prüffrage	Ja	Nein	Schutzziel/Quelle	Gefährdung/Belastung/Mangel	Beispielhafte Lösungsansätze
1	Allgemeine Sicherheit					
1.1	Sind Kabel und Versorgungsleitungen im Raum und am Tisch sicher und stolperfrei verlegt?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	§§ 3, 3a und Anhang Nummern 1.4, 1.5 und 1.8 ArbStättV §§ 3 und 4 DGUV Vorschrift 3 und 4	Stolper- und Sturzgefahr Verletzungs- und Lebensgefahr durch elektrischen Schlag	Kabel und Leitungen sicher und stolperfrei verlegen (z. B. in Kabelkanälen oder außerhalb von Verkehrswegen, zug-, quetsch- und knickfrei) Verkehrswege und Durchgänge mit Kabelbrücken absichern Tische mit geeigneten Kabelmanagementsystemen beschaffen DIN VDE 0100 beachten
2	Unterrichtung/Unterweisung					
2.1	Werden die Beschäftigten über die spezifischen Gefährdungen bei der Arbeit <u>unterwiesen</u> und wird dies dokumentiert?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	§§ 12 und 14 ArbSchG § 12 BetrSichV § 4 DGUV Vorschrift 1	Unfall- und Gesundheitsgefahr durch Unkenntnis Fehlender Nachweis der Unterweisung	Unterrichtung/Unterweisung über die spezifischen Gefährdungen bei der Arbeit mindestens einmal jährlich durchführen und dokumentieren
3	Raumbedarf am Arbeitsplatz					
3.1	Sind <u>Verkehrswege</u> und Flächen am <u>Arbeitsplatz</u> einschließlich des Beinraumes so bemessen, dass sich die Beschäftigten bei ihrer Tätigkeit ungehindert bewegen können?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	§§ 3, 3a und Anhang Nummer 1.8 Abs. 1, Nummer 3.1 Abs. 1, Nummern 3.2 und 6.1 Abs. 3 ArbStättV ASR A1.2 ASR A1.8	Zwangshaltung Verletzungsgefahr durch Anstoßen Lebensgefahr durch erschwerte Evakuierung im Gefahrenfall	Verkehrswege und Arbeitsplatzflächen so gestalten, dass eine ausreichende Bewegungsfläche zur Verfügung steht Ausreichenden Beinraum gewährleisten DIN 4543-1 beachten
4	Standsicherheit					
4.1	Ist die Standsicherheit von Regalen gewährleistet?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	§ 4 ArbSchG § 3a Abs.1 ArbStättV	Verletzungsgefahr durch Umkippen	Standsicherheit herstellen (z. B. Wandverankerung)

Nr.	Prüffrage	Ja	Nein	Schutzziel/Quelle	Gefährdung/Belastung/Mangel	Beispielhafte Lösungsansätze
						Neue Regale bereitstellen Abschnitt 4 DGUV Regel 108-007 beachten
5	Leitern und Tritte					
5.1	Sind geeignete Leitern und/oder Tritte bei Bedarf vorhanden?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	§ 6 Abs. 1 und Anhang 1 Nummer 3.3 BetrSichV	Sturzgefahr durch fehlende oder nicht geeignete Aufstiegsmittel (fehlende oder ungeeignete Aufstiegsmittel führen zu gefährlichen Provisorien)	Geeignete Leitern und/oder Tritte bereitstellen DGUV Information 208-016 beachten
6	Arbeitsstisch					
6.1	Ist die Arbeitsfläche ausreichend groß, um die erforderlichen Geräte und das Schriftgut flexibel anordnen zu können?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	§§ 3, 3a und Anhang Nummer 6.1 Abs. 1 und 6 ArbStättV	Zwangshaltung	Arbeitsfläche vergrößern
7	Arbeitsstuhl					
7.1	Ist der Arbeitsstuhl ergonomisch und standsicher ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	§§ 3, 3a und Anhang Nummer 6.1 Abs. 1 ArbStättV	Fehlbelastung der Wirbelsäule und der Muskulatur Durchblutungsstörungen Zwangshaltung	Geeigneten Arbeitsstuhl bereitstellen DIN EN 1335-1 und -2 und DIN EN 12529 beachten
8	Anpassung der Arbeitsmittel (Ergonomie)					
8.1	Ist durch eine Anpassung und Einstellung der Arbeitsmittel (Bildschirm, Arbeitstisch, Arbeitsstuhl, Fußstütze usw.) eine ergonomisch günstige Arbeitshaltung erreicht?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	§ 15 ArbSchG §§ 3, 3a und Anhang Nummern 3.1, 6.1 bis 6.4 ArbStättV § 15 Abs. 1 DGUV Vorschrift 1	Zwangshaltung Fehlbelastung von Wirbelsäule und Muskulatur Durchblutungsstörungen	Ergonomisch gestaltete und einstellbare Arbeitsmittel bereitstellen (z. B. Arbeitstisch, Arbeitsstuhl) Arbeitsmittel so anpassen und einstellen, dass eine ergonomisch günstige Arbeitshaltung erreicht wird Beschäftigte unterweisen
9	Beleuchtung					
9.1	Ist eine in Abhängigkeit von der Sehaufgabe ausreichende Beleuchtung	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	§§ 3, 3a und Anhang Nummern 3.4 und 6.1	Beeinträchtigung der visuellen Wahrnehmung	Ursachen für Beleuchtungsmängel feststellen und beseitigen

Nr.	Prüffrage	Ja	Nein	Schutzziel/Quelle	Gefährdung/Belastung/Mangel	Beispielhafte Lösungsansätze
	vorhanden?			Abs. 8 ArbStättV Punkt 5.2 ASR A3.4	Vorzeitige Ermüdung	Beleuchtungsstärke und gleichmäßige Verteilung der Beleuchtung sicherstellen DIN EN 12464-1 und DIN 5035-7 beachten
9.2	Ist der Arbeitsplatz frei von störenden Reflexionen oder Spiegelungen?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	§§ 3, 3a und Anhang Nummern 3.4 und 6.1 Abs. 8 ArbStättV Punkt 5.3 ASR A3.4	Störung der visuellen Wahrnehmung	Beleuchtungsanlage überprüfen und anpassen Glanz- und Reflexionsgrade vermindern Arbeitsmittel umstellen Arbeitsmittel neu beschaffen
9.3	Besteht die Möglichkeit, den Lichteinfall durch verstellbare Lichtschutzvorrichtungen ausreichend zu regulieren?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	§§ 3, 3a und Anhang Nummer 3.4 ArbStättV Punkt 4.2 ASR A3.4	Blendung durch Sonneneinstrahlung Störung der visuellen Wahrnehmung Vorzeitige Ermüdung	Verstellbare Lichtschutzvorrichtungen anbringen
10	Lärm					
10.1	Werden die Geräusche, die am Arbeitsplatz und in der unmittelbaren Arbeitsumgebung entstehen, als zumutbar empfunden?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	§§ 3, 3a und Anhang Nummer 3.7 ArbStättV	Störende Geräusche am Arbeitsplatz Stress Konzentrationsminderung	Lärmmindernde Maßnahmen einleiten Arbeitsorganisation überprüfen
11	Klima					
11.1	Sind Möglichkeiten vorhanden, um das Raumklima zu regulieren?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	§§ 3, 3a und Anhang Nummern 3.5 und 3.6 ArbStättV ASR A3.5	Unzuträgliches Raumklima beeinträchtigt die Tätigkeit und das allgemeine Wohlbefinden Gesundheitsgefährdung, z. B. Kreislaufbeschwerden durch hohe Lufttemperatur	Entsprechende haustechnische Anlagen und bauliche Gegebenheiten überprüfen und anpassen (z. B. Fenster, Türen, Außenjalousien) Wärmebelastung durch Geräte überprüfen Anderen Raum zur Verfügung stellen

Nr.	Prüffrage	Ja	Nein	Schutzziel/Quelle	Gefährdung/Belastung/Mangel	Beispielhafte Lösungsansätze
11.2	Wird der Arbeitsplatz als zuglufffrei empfunden?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	§§ 3, 3a und Anhang Nummer 3.6 ArbStättV ASR A3.6	Störung des Wohlbefindens und Gefahr lokaler Unterkühlung durch Zugluft Erkältungsgefahr	Entsprechende haustechnische Anlagen und bauliche Gegebenheiten überprüfen und anpassen
12	Arbeitsablauf					
12.1	Besteht die Möglichkeit, die tägliche Arbeit am Bildschirmgerät regelmäßig durch Pausen oder andere Tätigkeiten zu unterbrechen?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	§§ 3, 3a und Anhang Nummer 6.2 Abs. 2 ArbStättV	Konzentrationsminderung Zwangshaltung Überbeanspruchung der Augen	Arbeitsablauforganisation überprüfen Pausen einlegen Ausgleichsübungen durchführen
13	Arbeitsmedizinische Vorsorge					
13.1	Wird den Beschäftigten die arbeitsmedizinische Vorsorge (z. B. G 37) angeboten?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	§ 5 und Anhang Teil 4 Abs. 2 Nr. 1 ArbMedVV	Nichterkennen von Vorschäden und ersten Krankheitssymptomen Erhöhte Gesundheitsgefahr für gesundheitlich nicht geeignete Beschäftigte	Arbeitsmedizinische Vorsorge (z. B. G 37) anbieten
14	Bildschirm					
14.1	Ist die Darstellung der Informationen auf dem Bildschirm der Arbeitsaufgabe angepasst?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	§§ 3, 3a und Anhang Nummer 6.1 Abs. 1 und Nummer 6.2 Abs. 1 und 4 ArbStättV	Störung der visuellen Wahrnehmung Überanstrengung	Softwareeinstellungen entsprechend der Arbeitsaufgabe anpassen (z. B. Bildschirmauflösung gemäß Herstellerangaben einstellen) dpi-Einstellung verändern (z. B. 120 dpi) Einen entsprechend der Arbeitsaufgabe geeigneten Bildschirm bereitstellen Ggf. Software anpassen DGUV Information 215- 410 beachten
14.2	Ist das Bild gleichmäßig ausgeleuchtet und kontrastreich?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	§§ 3, 3a und Anhang Nummer 6.1 Abs. 1 und Nummer 6.2 Abs. 3 ArbStättV	Beeinträchtigung der visuellen Wahrnehmung	Einen geeigneten Bildschirm bereitstellen (gleichmäßig ausgeleuchtet und kontrastreich)

Nr.	Prüffrage	Ja	Nein	Schutzziel/Quelle	Gefährdung/Belastung/Mangel	Beispielhafte Lösungsansätze
				bStättV		Hard- und Software überprüfen
14.3	Ist die Blickrichtung auf den Bildschirm parallel zur Fensterfront?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	§§ 3, 3a und Anhang Nummer 6.1 Abs. 4 ArbStättV	Störung der visuellen Wahrnehmung	Arbeitsplatz so einrichten, dass Spiegelungen und Reflexionen vermieden werden (z. B. Arbeitsplatz umstellen)
14.4	Liegt die oberste Bildschirmzeile unterhalb der Augenhöhe?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	§ 6 Abs. 1 Nr. 1 BetrSichV §§ 3, 3a und Anhang Nummer 6.1 Abs. 1 ArbStättV	Zwangshaltung	Bildschirmhöhe auf ergonomisch angepasste Höhe absenken (z. B. flexibel höhenverstellbaren Monitorfuß einsetzen)
14.5	Ist der Bildschirm frei von störenden Reflexionen und Blendungen?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	§§ 3, 3a und Anhang Nummer 6.1 Abs. 4 und 8 ArbStättV	Belastung durch Reflexionen und Blendungen Störung der visuellen Wahrnehmung	Arbeitsplatz so einrichten, dass Reflexionen und Blendungen vermieden werden
15	Regelmäßige Verwendung eines Notebooks am dauerhaften Arbeitsplatz					
15.1	Stehen eine externe Tastatur und eine Maus zur Verfügung?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	§§ 3, 3a und Anhang Nummer 6.1 Abs. 1 und Nummer 6.3 Abs. 2 ArbStättV	Zwangshaltung	Externe Tastatur und Maus zur Verfügung stellen
15.2	Ist die Größe des Notebookbildschirms/Displays an die Darstellung der Informationen der Arbeitsaufgabe angepasst?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	§§ 3, 3a und Anhang Nummer 6.2 Abs. 1 ArbStättV	Störung der visuellen Wahrnehmung Überanstrengung Zwangshaltung	Geeigneten, externen Monitor zur Verfügung stellen
16	Zusammenwirken Mensch – Arbeitsmittel					
16.1	Wird den Beschäftigten bei Bedarf eine Software-Schulung angeboten?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	§ 4 ArbSchG	Beeinträchtigung der Tätigkeit Psychische Belastung	Eine entsprechend der Arbeitsaufgabe erforderliche Softwareschulung durchführen
16.2	Ist die Software für die auszuführenden Aufgaben problemlos nutzbar?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	§§ 3, 3a und Anhang Nummer 6.5 ArbStättV	Beeinträchtigung der Tätigkeit Psychische Belastung	Eine entsprechend der Arbeitsaufgabe nutzbare Software bereitstellen

Nr.	Prüffrage	Ja	Nein	Schutzziel/Quelle	Gefährdung/Belastung/Mangel	Beispielhafte Lösungsansätze
						len DGUV Information 215-410 beach- ten

Arbeitsplatz

Räumlicher Bereich, der einer oder mehreren Personen zur Erfüllung der Arbeitsaufgabe zugewiesen ist.

Beleuchtung

Wie viel Licht eine Person benötigt, hängt u. a. von deren Alter ab. Grundsätzlich sollte der Wartungswert der mittleren Beleuchtungsstärke (\bar{E}_m) 500 Lux nicht unterschreiten. Die Beleuchtungskörper sind so anzuordnen, dass sie weder Blendungen noch Reflexionen hervorrufen. Sofern Unklarheiten bestehen, kann eine Beleuchtungsmessung (z. B. durch die Fachkraft für Arbeitssicherheit) durchgeführt werden.

Ergonomisch günstige Arbeitshaltung

Um die Rückenmuskulatur zu stärken und die Bandscheiben zu entlasten, sollte ein häufiges Wechseln zwischen vorderer, mittlerer und hinterer Sitzhaltung erfolgen.

Die Höhe des Stuhles ist so einzustellen, dass bei herabhängenden Schultern die Unterarme locker auf dem Tisch liegen und dabei mit den Oberarmen einen Winkel von 90° oder mehr bilden. Die Oberschenkel liegen bei vollflächig auf dem Boden aufgesetzten Füßen etwa waagrecht zum Fußboden. Ober- und Unterschenkel sollten dabei einen Winkel von 90° oder mehr bilden. Die Höhe der Rückenlehne ist so einzustellen, dass der Lendenbauch den oberen Beckenrand abstützt.



DGUV Information 215-410

■ Gesichtsfeld (ohne Kopf- und Augenbewegung)
■ Blickfeld (ohne Kopf- und mit Augenbewegung)



DGUV Information 215-410

Ergonomischer und standsicherer Arbeitsstuhl

Der Arbeitsstuhl soll eine möglichst natürliche Haltung der Wirbelsäule im Sitzen fördern und unterstützen.

- Höhenverstellbarkeit
- Federung des Sitzes, um die Stoßbelastung der Wirbelsäule so gering wie möglich zu halten
- anatomisch gestaltete Sitzfläche
- anatomische, hohe und regulierbare Rückenlehne mit Lendenbausch
- gekoppelte Sitz-Lehnen-Neigungsverstellung (sogenannte Synchronmechanik), die einen dynamischen Wechsel der Körperhaltungen und damit die Versorgung der Bandscheiben ermöglicht
- verstellbare Armauflagen zur Entlastung des Schulter-Nackensbereichs
- Sitztiefenverstellbarkeit und Sitzneigungsverstellbarkeit

Der stand- und kippsichere Arbeitsstuhl besitzt ein 5-Rollen-Untergestell mit gebremsten Rollen, abhängig von der Härte des Fußbodenbelages. Weiche Rollen (zweifarbige) sind für harte Böden und harte Rollen (einfarbige) für weiche Böden einzusetzen.

Gesundheitlich zuträgliches Raumklima

Ein gesundheitlich zuträgliches Raumklima liegt vor, wenn die Wärmebilanz (Wärmeerzeugung zu Wärmeabgabe) des menschlichen Körpers ausgeglichen ist. Die Wärmeabgabe ist unter anderem abhängig von Lufttemperatur, Luftgeschwindigkeit und Luftfeuchte.

Lufttemperatur

In Arbeitsräumen muss die Lufttemperatur für folgende überwiegende Arbeitshaltung deshalb mindestens betragen:

- Im Sitzen:
 - bei leichter Arbeitsschwere: +20 °C
 - bei mittlerer Arbeitsschwere: +19 °C
- Beim Stehen und/oder Gehen:
 - bei leichter Arbeitsschwere: +19 °C
 - bei mittlerer Arbeitsschwere: +17 °C
 - bei schwerer Arbeitsschwere: +12 °C
- Klassifizierung für die Arbeitsschwere:
 - leicht: bei ruhigem Sitzen mit leichter Hand-/Armarbeit, verbunden mit gelegentlichem Gehen
 - mittel: bei mittelschwerer Hand-/Arm- oder Beinarbeit im Sitzen oder Gehen
 - schwer: bei schwerer Hand-/Arm-, Bein- und Rumpfarbeit im Gehen oder Stehen

Die Lufttemperatur in Arbeitsräumen soll +26 °C nicht überschreiten. Führt die Sonneneinstrahlung durch Fenster, Oberlichter und Glaswände zu einer Erhöhung der Raumtemperatur über +26 °C, so sind diese Bauteile mit geeigneten Sonnenschutzsystemen auszurüsten (Beispiele siehe Punkt 4.3 Tabelle 3 ASR A3.5). Sofern diese Maßnahmen nicht greifen und die Außenlufttemperatur über +26 °C beträgt, sollen beim Überschreiten der Lufttemperatur im Raum von +26 °C zusätzliche Maßnahmen ergriffen werden.

Beispielhafte Maßnahmen gemäß Punkt 4.4 Tabelle 4 ASR A3.5:

- Effektive Steuerung des Sonnenschutzes (z. B. Jalousien auch nach der Arbeitszeit geschlossen halten)

- Effektive Steuerung der Lüftungseinrichtungen (z. B. Nachtauskühlung)
- Reduzierung der inneren thermischen Lasten (z. B. elektrische Geräte nur bei Bedarf betreiben)
- Lüftung in den frühen Morgenstunden
- Nutzung von Gleitzeitregelungen
- Lockerung der Bekleidungsregelungen
- Bereitstellung geeigneter Getränke (z. B. Trinkwasser)

Weitere Empfehlungen sind auf der Internetseite der BAuA (Thema Arbeitsstätten) veröffentlicht.

Bei Überschreitung der Lufttemperatur im Raum von +30 °C müssen wirksame Maßnahmen gemäß Gefährdungsbeurteilung ergriffen werden, welche die Beanspruchung der Beschäftigten reduzieren (siehe oben angeführte beispielhafte Maßnahmen). Dabei gehen technische und organisatorische Maßnahmen gegenüber personenbezogenen Maßnahmen vor.

Wird die Lufttemperatur im Raum von +35 °C überschritten, so ist der Raum für die Zeit der Überschreitung ohne

- technische Maßnahmen (z. B. Luftduschen, Wasserschleier),
- organisatorische Maßnahmen (z. B. Entwärmungsphasen) oder
- persönliche Schutzausrüstungen (z. B. Hitzeschutzkleidung)

nicht als Arbeitsraum geeignet.

Zugluft/Luftgeschwindigkeit

Siehe [Zugluft](#).

Luftfeuchtigkeit

Die relative Feuchte (rel. F) soll nachstehende Werte nicht überschreiten:

- bei 20 °C 80 % rel. F,
- bei 22 °C 70 % rel. F,
- bei 24 °C 62 % rel. F und
- bei 26 °C 55 % rel. F.

Reflexion

Spiegelungen einer an einer glänzenden Fläche reflektierten Lichtquelle mit hoher Leuchtdichte auf dem Bildschirm.

Unterrichtung/Unterweisung

Die Begriffe Unterrichtung/Unterweisung umschreiben die Pflicht des Arbeitgebers, die Beschäftigten über Gefahren, denen sie bei der Arbeit ausgesetzt sein können, und über die entsprechenden Maßnahmen und Einrichtungen zur Verhütung dieser Gefahren zu informieren.

Die Unterweisung umfasst Anweisungen und Erläuterungen, die eigens auf den Arbeitsplatz oder den Aufgabenbereich der Beschäftigten ausgerichtet ist.

Die Unterweisung ist vor Aufnahme der Tätigkeit vorzugsweise mündlich und in verständlicher Form und Sprache arbeitsplatzbezogen durchzuführen. Bei Änderungen der Arbeitsbedingungen, die zu einer erhöhten Gefährdung der Beschäftigten führen können, ist sie zu wiederholen. Sie ist mindestens einmal jährlich durchzuführen und zu dokumentieren.

Verkehrswege

Verkehrswege innerhalb von Büroräumen sind z. B.:

- Wege von der Tür zum Arbeitsplatz,
- Verbindungsgänge (z. B. vom Arbeitsplatz zum Aktenschrank),
- Wege zum Fenster oder zum Heizkörper.

Zugluft

Zugluft ist ein störender Luftzug, der zu einer lokalen Abkühlung, insbesondere an unbedeckten Körperflächen führt. Zugluft kann sowohl durch freie Lüftung als auch durch Raumlufttechnische Anlagen (RLT-Anlagen) hervorgerufen werden.

Zuglufterscheinungen werden individuell unterschiedlich und subjektiv wahrgenommen. Zugluft ist vorwiegend von der Lufttemperatur, dem Turbulenzgrad und der Art der Tätigkeit (d. h. Wärmeerzeugung durch körperliche Arbeit) abhängig. Zusätzlich spielen auch Bekleidungsgehnheiten eine Rolle. Bei einer Temperatur von 20 °C und einer mittleren Luftgeschwindigkeit unter 0,15 m/s tritt bei leichter körperlicher Arbeit üblicherweise keine unzumutbare Zugluft auf.

Bei größerer körperlicher Aktivität und anderen Lufttemperaturen kann der mittlere Luftgeschwindigkeitswert überschritten werden, ohne dass die Empfindung von störender Zugluft auftritt. Dies ist im Rahmen einer individuellen Gefährdungsbeurteilung zu bewerten.