Ergonomie

Wissenschaft von der Optimierung der Arbeitsbedingungen

Vermeidung gesundheitliche Schäden

Belastung des arbeitenden Mensch gering halten

Umsetzung durch technische, medizinische, psychologische, soziale, ökologische Ansätze

Kriterien Arbeitstisch

Einstellbare Höhe Tisch

Beinraumfreiheit

Lichteinfallwinkel zum Bildschirm

Blickwinkel

Sehachse zum Bildschirm

Greifraum

Arbeitsplatzorganisation

Platz für Eigengestaltung und Optimierung durch den Mitarbeiter selbst

Kriterien Arbeitsstuhl

Höhenverstellung mittels Sicherheitsgasdruckfeder und Sitzfederung  
Neigbare Rückenlehne mit individueller Gewichtseinstellung  
Höheneinstellbare Armlehnen  
Sitzneigeverstellung  
Sitztiefenverstellung  
Flexible und bewegungsfördernde Rückenlehne  
Hochbelastbarer, flammhemmender Bezugsstoff  
Atmungsaktive Polsterung  
Ökologisch wiederverwertbar

Kriterien Monitor

Zwischen 50-60cm Sehabstand zum Monitor

Ungünstiger Blickwinkel - schnellere Ermüdung der Augenmuskulatur

Sehachse ergibt sich aus leichter Kopfneigung nach vorn und leichten Blick nach unten

Kriterien Beleuchtung

Hohes Beleuchtungsniveau bei Lesevorlagen bspw. Papierform

Bildschirminformationen geringes Beleuchtungsniveau, da Verminderung Kontrast Bildschirmzeichen-Bildschirmhintergrund

Gutes Konzept differenziert aus beiden Kriterien

Kriterien für Luftfeuchtigkeit und Temperatur

Sitzende oder leichte Tätigkeiten Raumtemperatur 21°C-22°C

Wärmeabgabe der Geräte und Anzahl arbeitender Personen zu berücksichtigen

Luftfeuchtigkeit zwischen 40%-65%

Zu geringe Feuchtigkeit hat körperliche Beeinträchtigungen zur Folge