

Gefährdungsbeurteilung Bildschirmarbeit

(gem. Arbeitsschutzgesetz und Bildschirmarbeitsverordnung)

Arbeitsplatz/-raum, Mitarbeiter:	Prüfer:	Datum:
---	----------------	---------------

	ja nein			ja nein
1. Bildschirm		Ist, falls erforderlich, eine Fußstütze vorhanden?		<input type="radio"/> <input type="radio"/>
Der Bildschirm ist leicht dreh- und neigbar.	<input type="radio"/> <input type="radio"/>	Ist die Fußstütze rutschfest und ausreichend groß? (35 x 45 cm, ganzflächige Fußauflage möglich)		<input type="radio"/> <input type="radio"/>
Das Bild ist scharf abgebildet, stabil und flimmerfrei.	<input type="radio"/> <input type="radio"/>			<input type="radio"/> <input type="radio"/>
Keine störenden Reflexe oder Spiegelungen auf dem Bildschirm.	<input type="radio"/> <input type="radio"/>	7. Arbeitsplatz		
Der Blick auf den Monitor ist nach vorn gerichtet.	<input type="radio"/> <input type="radio"/>	Ausreichend Bürofläche je Arbeitsplatz (empf.: $\geq 8 \text{ m}^2$, $\geq 12 \text{ m}^2$ in Großraumbüros)		<input type="radio"/> <input type="radio"/>
Der Blick ist nach unten geneigt. (empf.: ca. 30°)	<input type="radio"/> <input type="radio"/>	Freie Bewegungsfläche am Arbeitsplatz (empf.: $\geq 1,5 \text{ m}^2$, Mindesttiefe 1,0 m)		<input type="radio"/> <input type="radio"/>
Die Informationen werden in Positivdarstellung angeboten (dunkle Zeichen auf hellem Grund).	<input type="radio"/> <input type="radio"/>	Verbindungsgänge zum persönl. Arbeitsplatz frei und stolperfrei (beachte z.B. Leitungsverlegungen)		<input type="radio"/> <input type="radio"/>
2. Tastatur/Maus/Vorlagenhalter		Blick parallel zur Fensterfront und Leuchtenbändern		<input type="radio"/> <input type="radio"/>
Freie Tischfläche (5-10 cm) vor Tastatur und Maus zum Auflegen der Handballen.	<input type="radio"/> <input type="radio"/>	Der Weg zum Fenster ist frei.		<input type="radio"/> <input type="radio"/>
Vorlagenhalter vorhanden (falls erforderlich).	<input type="radio"/> <input type="radio"/>	8. Beleuchtung		
Extratastatur/-maus für Laptoparbeiten vorhanden	<input type="radio"/> <input type="radio"/>	Ausreichende Helligkeit (empf.: $\geq 500 \text{ lx}$)		<input type="radio"/> <input type="radio"/>
3. Arbeitstisch		Die Lampen/Leuchten blenden nicht.		<input type="radio"/> <input type="radio"/>
Tischbreite und -tiefe ausreichend groß (empf.: mind. 160 x 80 cm)	<input type="radio"/> <input type="radio"/>	Die Oberflächen der Geräte und Tische sind matt.		<input type="radio"/> <input type="radio"/>
Tischhöhe 72 cm oder verstellbar (68-76) cm.	<input type="radio"/> <input type="radio"/>	Die Beleuchtung flimmert nicht.		<input type="radio"/> <input type="radio"/>
Beinraumhöhe, -breite und -tiefe ausreichend groß (empf.: $\geq 65 \text{ x } 58 \text{ x } 60 \text{ cm}$).	<input type="radio"/> <input type="radio"/>	Außenjalousien oder Innenrollos regulieren den Sonnenlichteinfall.		<input type="radio"/> <input type="radio"/>
4. Arbeitsstuhl		9. Sonstige Arbeitsumgebung		
Höhenverstellbarer Stuhl	<input type="radio"/> <input type="radio"/>	Hinreichend leise (empf.: $\leq 55 \text{ dB(A)}$)		<input type="radio"/> <input type="radio"/>
Gepolsterte Sitzfläche, abgerundete Vorderkante	<input type="radio"/> <input type="radio"/>	Zugluftfrei (empf.: Luftgeschw. $\leq 0,15 \text{ m/s}$)		<input type="radio"/> <input type="radio"/>
Gepolsterte und verstellbare Rückenlehne mit Unterstützung im Lendenbereich	<input type="radio"/> <input type="radio"/>	Leitern und Tritte ermöglichen sicheren Zugriff auf hohe Regale		<input type="radio"/> <input type="radio"/>
Dynamisches Sitzen ist möglich	<input type="radio"/> <input type="radio"/>	10. Organisatorische Maßnahmen		
5-Rollen-Untergestell mit gebremsten Rollen	<input type="radio"/> <input type="radio"/>	Langdauernde Bildschirmarbeiten können durch Tätigkeitswechsel oder Kurzpausen unterbrochen werden.		<input type="radio"/> <input type="radio"/>
5. Anpassung der Arbeitsmittel an die Körpermaße		Die Beschäftigten wurden im Umgang mit dem Bildschirmgerät unterwiesen.		<input type="radio"/> <input type="radio"/>
Unterarm etwa waagrecht, Hände in Tastaturhöhe, Winkel zwischen Ober- und Unterarm $\approx 90^\circ$	<input type="radio"/> <input type="radio"/>	11. Sonst. Bemerkungen		
Oberschenkel etwa waagrecht, Winkel zwischen Ober- und Unterschenkel $\approx 90^\circ$, bei voller Auflage der Füße auf dem Fußboden (ansonsten Fußstütze erforderlich)	<input type="radio"/> <input type="radio"/>			

Bei Antwort „nein“ sind entsprechende Maßnahmen durchzuführen oder weitere Untersuchungen erforderlich.