



Gefährdungsermittlung Bildschirm- und Büroarbeitsplätze




Bereich	
Erstellt am:	
Gebäude, Raum	
Arbeitsplatz von:	
Erstellt von:	
Beteiligt waren:	

	Gefährdungs- u. Belastungsfaktoren	Büro- und Bildschirmarbeitsplätze	Maßnahmen ausreichend?			Maßnahmen	Zu erledigen bis	Wer
			Ja	Nein	Entfällt			
1.	Arbeitsumgebung	Arbeitsplatz, Arbeitsraum						
1.1	Gefährdung durch ergonomische Faktoren	Bietet der Arbeitsraum genügend Arbeitsfläche pro Arbeitsplatz? Mindestfläche je Büroarbeitsplatz sollte sein: <ul style="list-style-type: none"> • 8 bis 10 m² in Büroräumen einschl. allg. üblicher Möblierung und anteiliger Verkehrsflächen im Raum • 12 bis 15 m² in Großraumbüros 	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>			
1.2	Gefährdung durch ergonomische Faktoren	Ist ein ungehinderter Zugang zum Arbeitsplatz (Breite: min. 60 cm) möglich?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>			
1.3	z.B. <ul style="list-style-type: none"> • durch eine fehlende 	Wurde beachtet, dass sich Benutzerflächen und Verkehrswegeflächen nicht überlagern dürfen?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>			
1.4	Sichtverbindung nach außen, <ul style="list-style-type: none"> • durch nicht ausreichende Grund- oder Bewegungsflächen 	Steht am Arbeitsplatz eine ausreichende Bewegungsfläche (□ 1 x 1,5 m) für Arbeitsbewegungen und wechselnde Arbeitshaltung zur Verfügung?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>			
1.5	<ul style="list-style-type: none"> • nicht ausreichende oder eingegengte Verkehrsweg 	Sind die Kabel so verlegt, dass sie keine Stolperstellen bilden (z.B. durch Kabelbrücken gesichert)?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>			

Gefährdungsermittlung Bildschirm- und Büroarbeitsplätze

	Gefährdungs- u. Belastungsfaktoren	Büro- und Bildschirmarbeitsplätze	Maßnahmen ausreichend?			Maßnahmen	Zu erledigen bis	Wer
			Ja	Nein	Entfällt			
2		Arbeitstisch						
2.1	 Gefährdung durch ergonomische Faktoren	Hat der Arbeitstisch, je nach Aufgabe eine ausreichende Arbeitsfläche? (Breite: 120 cm bis 160 cm x Tiefe: mind. 80 cm)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>			
2.2		Ist ausreichend Beinraum vorhanden? (Abstand zwischen Oberschenkel und Tischunterkante, Beinbewegungen und Streckungen möglich. Höhe: min.65cm; Breite: min. 58cm; Tiefe: min 60cm)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>			
2.3		Ist die Tischoberfläche nicht spiegelnd und frei von Reflexionen, d.h. matt, höchstens seidenmatt?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>			
2.4		Ermöglicht die Tischhöhe (in Verbindung mit dem Arbeitsstuhl) eine ergonomisch günstige Arbeitshaltung und ausreichende Beinfreiheit? Beurteilungskriterien insbesondere bei der Bildschirmarbeit: <ul style="list-style-type: none"> • Oberarm hängt locker herab • Unterarm und Oberschenkel etwa horizontal • Winkel zwischen Ober- u. Unterarm, bzw. zwischen Ober- u. Unterschenkel mindestens 90° • Bei Tastatureinsatz: kein Überstrecken der Handgelenke 	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>			
3		Stehpult (falls vorhanden)						
3.1	 Gefährdung durch ergonomische Faktoren	Stehpult ist höhenverstellbar bis min. 135 cm und die Pultplatte ist neigbar bis min. 15°	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>			
3.2		Integrierter Bestandteil des Arbeitsplatzes	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>			




Gefährdungsermittlung Bildschirm- und Büroarbeitsplätze

	Gefährdungs- u. Belastungsfaktoren	Büro- und Bildschirmarbeitsplätze	Maßnahmen ausreichend?			Maßnahmen	Zu erledigen bis	Wer
			Ja	Nein	Entfällt			
4		Arbeitsstuhl						
4.1	 Gefährdung durch ergonomische Faktoren	Ermöglicht der Stuhl in Verbindung mit dem Arbeitstisch individuell anpassbare, wechselnde, ergonomisch günstige Arbeitshaltungen? Höhenverstellbar von 42 bis 53 cm;	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>			
4.2	 Gefährdung durch ergonomische Faktoren	Ist der Wegrollwiderstand des Stuhles an die Fußbodenart angepasst (Teppichboden - glatter Boden)?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>			
5		Bildschirm - Monitor						
5.1	 Gefährdung durch ergonomische Faktoren	Sind Bildschirmgröße und -form der Arbeitsaufgabe angemessen? (bspw. 19 Zoll/483 mm Diagonale bei 800 mm Sehabstand) .	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>			
5.2	Gefährdung durch ergonomische Faktoren	Ist die Aufstellhöhe des dreh- und neigbaren Bildschirms so, dass die Sehachse bei Blick auf die Bildschirmmitte etwa 35° abwärts geneigt ist?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>			
5.3		Kann die Bildschirmarbeit bei unverdrehter und entspannter Kopf- und Körperhaltung und "gerader" Ausrichtung des Körpers vor dem Arbeitstisch ausgeführt werden?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>			
5.4		Beträgt der Sehabstand zum Bildschirm je nach Bildschirmgröße und Auflösung mindestens 500 – 700 mm?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>			




Gefährdungsermittlung Bildschirm- und Büroarbeitsplätze

	Gefährdungs- u. Belastungsfaktoren	Büro- und Bildschirmarbeitsplätze	Maßnahmen ausreichend?			Maßnahmen	Zu erledigen bis	Wer
			Ja	Nein	Entfällt			
5.5		Ist der Bildschirm durch richtige Aufstellung frei von Reflexionen und Spiegelungen?: <ul style="list-style-type: none"> • Position nicht zu nahe am Fenster • Blickrichtung etwa parallel zur Fensterfront • Blickrichtung etwa parallel zu Deckenleuchten oder Leuchtbändern • Position zwischen - nicht unter - den Deckenleuchten/Leuchtbändern 	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>			
5.6		Ist als Darstellungsart schwarz auf hellem Hintergrund (Positivdarstellung) gewählt?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>			
5.7		Ist die Schriftgröße individuell einstellbar und/oder beträgt sie mindestens 3,2 mm bei Großbuchstaben? Entsprechend der Formel: Schriftgröße = Sehabstand (mm) :	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>			
5.8		Sind die Zeichen bis zum Rand scharf abgebildet?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>			
5.9		Sind Helligkeit und Kontrast einfach einstellbar?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>			
5.10		Sind Qualitätsstandards eingehalten? z.B. Blauer Engel, TCO Certified - Gütesiegel für Bildschirme, PCs und IT-Geräte.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>			
5.11		Entspricht die eingesetzte Software in ergonomischer Hinsicht dem Stand der Technik? (Aktuelle Standard-Software erfüllt üblicherweise diese Bedingungen).	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>			
6		Tastatur						
6.1		Ist die Tastatur vom Monitor getrennt?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>			
6.2		Hat die Tastatur eine reflexionsarme Oberfläche?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>			




Gefährdungsermittlung Bildschirm- und Büroarbeitsplätze

	Gefährdungs- u. Belastungsfaktoren	Büro- und Bildschirmarbeitsplätze	Maßnahmen ausreichend?			Maßnahmen	Zu erledigen bis	Wer
			Ja	Nein	Entfällt			
6.3	 Gefährdung durch ergonomische Faktoren	Ist die Tastaturbeschriftung bei normaler Arbeitshaltung gut lesbar? Helle Tastatur mit schwarzer Tastaturbeschriftung.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>			
6.4		Ist vor der Tastatur genug Arbeitsfläche frei, so dass ein Auflegen der Handballen auf dem Tisch möglich ist (ca. 5 - 10 cm)?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>			
6.5		Liegt die Tastatur bei regelmäßiger Benutzung fest am Arbeitsplatz auf (Rutschhemmung)?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>			
6.6		Ist die Tastatur geneigt? (Neigungswinkel: 5° - 15°; Höhe der Tastatur mittlere Reihe maximal 30 mm)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>			
7		Vorlagenhalter (falls notwendig)						
7.1	 Gefährdung durch ergonomische Faktoren	Ist der Vorlagenhalter stabil, standsicher und frei aufstellbar?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>			
7.2		Ist der Vorlagenhalter reflexionsarm?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>			
7.3		Ist der Vorlagenhalter neigbar und höhenverstellbar (ca. zwischen 15° und 75°)?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>			
8		Beleuchtung						
8.1	 Gefährdung durch ergonomische Faktoren	Ist die Licht- und Helligkeitsverteilung im Arbeitsraum gleichmäßig (besonders bei Bildschirmarbeit keine Spotleuchten am Tisch)?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>			
8.2		Ist die Beleuchtungsstärke am Arbeitsplatz ausreichend (mindestens 500 Lux)?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>			
8.3		Werden Direktblendung und Reflexblendung durch Leuchten bzw. Tageslicht vermieden (z.B. durch Spiegelrasterleuchten, Jalousien, Lamellenstores mit senkrechten Lamellen u. Ä.)?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>			
8.4		Besitzen alle Lampen die gleiche Lichtfarbe (Neutralweiß)?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>			



Gefährdungsermittlung Bildschirm- und Büroarbeitsplätze

	Gefährdungs- u. Belastungsfaktoren	Büro- und Bildschirmarbeitsplätze	Maßnahmen ausreichend?			Maßnahmen	Zu erledigen bis	Wer
			Ja	Nein	Entfällt			
9		Klima						
9.1	 Gefährdung durch spezielle physikalische Einwirkungen	Herrschen am Arbeitsplatz Temperaturen von mindestens 20°C bis 22°C, bzw. im Sommer unter Beachtung der Wärmeentwicklung aller Geräte regelmäßig von nicht mehr als 26 °C?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>			
9.2		Ist eine angemessene Luftfeuchtigkeit gegeben rel. Luftfeuchtigkeit maximal 50%?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>			
9.3		Wird störende Zugluft (Luftgeschwindigkeit: > 0,10 bis 0,15 m/sec) vermieden?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>			
10		Lärm						
10.1	 Gefährdung durch spezielle physikalische Einwirkungen	Beträgt der Beurteilungspegel am Arbeitsplatz : - höchstens 55 dB(A) bei überwiegend geistigen Tätigkeiten, (entspricht Gesprächsgeräuschen)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>			
10.2		bei Büroarbeiten mittlerer Komplexität (Daten- und Texterfassung) - höchstens 70 dB(A) ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>			
10.3		Ist der Raum frei von anderen störenden Lärmquellen?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>			
11		Leiter und Tritte						
11.1	 Grundlegende organisatorische Faktoren	Stehen ab einer Ablagehöhe von mehr als 1,80 m geeignete Leitern und Tritte zur Verfügung?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>			
11.2		Werden die Leiter und Tritte jährlich durch eine befähigte Person geprüft? (Prüfplakette?)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>			
11.3		Sind die Mitarbeiter im Umgang mit Leitern und Tritten unterwiesen?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>			
12		Notfallvorsorge / Brandschutz						
12.1		Erste-Hilfe-Material, und Kennzeichnungen vorhanden?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>			

Gefährdungsermittlung Bildschirm- und Büroarbeitsplätze

	Gefährdungs- u. Belastungsfaktoren	Büro- und Bildschirmarbeitsplätze	Maßnahmen ausreichend?			Maßnahmen	Zu erledigen bis	Wer
			Ja	Nein	Entfällt			
12.2	 Grundlegende organisatorische Faktoren	Aus- und weitergebildete Ersthelfer/ innen in ausreichender Anzahl vorhanden und bekannt	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>			
12.3		Ist ein Verbandbuch vorhanden?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>			
12.4		Fluchtwege und -türen sind nicht verstellt oder verkeilt.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>			
12.5		Prüffristen der Feuerlöscher sind eingehalten (alle 2 Jahre). Prüfplakette.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>			
12.6		Es sind Brandschutz- und Evakuierungshelfer ausgebildet.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>			
12.7		Fluchtwege sind ausreichend breit: <ul style="list-style-type: none"> • Bis 5 Benutzer: 0,875 m (Reduzierung auf 0,80 m lichte Breite möglich) • Bis 20 Benutzer: 1,00 m • Bis 200 Benutzer: 1,20 m 	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>			
13			Elektrische Sicherheit					
13.1	 Elektrische Gefährdung	Sind die vorhandenen elektrischen Betriebsmittel mit "CE" (Gerätesicherheit, EU) und optional "GS" (geprüfte Sicherheit) gekennzeichnet?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>			
13.2		Sind alle ortveränderlich elektrischen Geräte (DGUV A3 Prüfung) durch eine Elektrofachkraft geprüft worden?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>			
14		Heben, Tragen und Transportieren von Lasten						
14.1	 Gefährdung durch ergonomische Faktoren	Stehen zum leichteren Transportieren von schweren Gegenständen (z.B. Ordner, Papierkartons) Transporthilfen wie Karren, Tischwagen, etc. zur Verfügung?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>			
14.2		Mitarbeiter werden regelmäßig über das richtige Heben, Tragen und Transportieren von Lasten unterwiesen?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>			

Gefährdungsermittlung Bildschirm- und Büroarbeitsplätze

	Gefährdungs- u. Belastungsfaktoren	Büro- und Bildschirmarbeitsplätze	Maßnahmen ausreichend?			Maßnahmen	Zu erledigen bis	Wer
			Ja	Nein	Entfällt			
15		Gefährdungsermittlung und Arbeitsmedizinische Vorsorge						
15.1	 Grundlegende organisatorische Faktoren	Wird vor Aufnahme der Tätigkeit an Bildschirmarbeitsplätzen und nachfolgend in regelmäßigen Abständen eine Untersuchung des Sehvermögens durch einen Arbeits- oder Betriebsmediziner angeboten?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>				
15.2		Wurden die Arbeitsbedingungen nach §10 Mutterschutzgesetz beurteilt? (Muss immer beurteilt werden, auch wenn keine zur Zeit keine Frau tätig ist. (Siehe Gefährdungsbeurteilung Mutterschutz.)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>				
16		Schulungen/ Unterweisungen						
	 Grundlegende organisatorische Faktoren	Alle Mitarbeiter werden vor Aufnahme der Tätigkeit und anschließend regelmäßig (mind. 1 x jährlich) unterwiesen. Themen: Benutzung der Arbeitsmittel, Erste Hilfe, Flucht- und Rettungswege, Gesundheitsschutz, Verhalten im Notfall, usw.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>				

Vorgesetzte Person :

_____ Datum

_____ Unterschrift

Die Prüfung der Wirksamkeit der Maßnahmen erfolgt mit der regelmäßigen Prüfung der Gefährdungsbeurteilung auf Aktualität.