

bedrunka+hirth

Workplace up to date – mehr Raum zum Arbeiten

2025/26

**BEGLEITHEFT
ZUR CHECKLISTE**










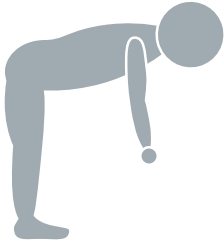
EINFLÜSSE AUS DER ARBEITSPLATZGESTALTUNG

HALTUNG

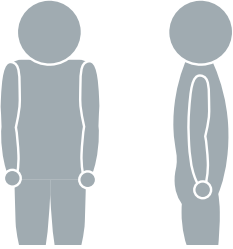
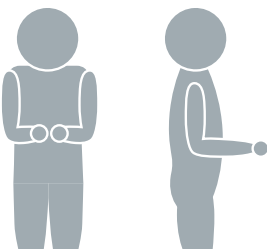
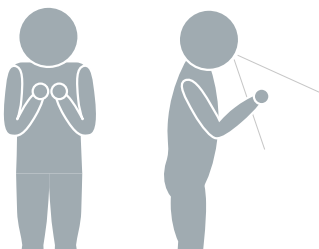
Körperhaltungen

			
Beschreibung der Körperhaltung	normal Sitzen	gebeugt Sitzen	Hocken
Belastung der Muskulatur durch Haltungsarbeit	Belastung der Hals- und Rumpfmuskulatur	starke Belastung der Rücken- und Nackenmuskulatur	starke Belastung der Nacken-, Rücken-, Oberschenkel- und Fußmuskulatur zusätzlich zur Versteifung beim normalen Stehen und zur Wadenmuskulatur
zusätzlicher Energiebedarf gegenüber normalem Sitzen (KJ / min)	0	0,4	0,9
Belastung der Bandscheibe	ungleichmäßige Belastung der Bandscheibe	ungleichmäßig hohe Belastung der Bandscheiben bis etwa zum dreifachen Wert des normalen Sitzens	ungleichmäßige, hohe Belastung der Bandscheibe bis etwa zum dreifachen Wert des normalen Stehens
Auswirkungen	Die Hautdurchblutung des Gesäßes wird gedrosselt.	Die Hautdurchblutung des Gesäßes wird gedrosselt. Zusätzlich wird die Atmung und Verdauung durch Bauchkompression behindert.	Die Durchblutung wird an den Körperknickstellen gedrosselt. Die Atmung und Verdauung wird durch Bauchkompression behindert
Anwendung	für feine Arbeiten gut geeignet gute Körperhaltung besonders im Wechsel zwischen normalem Sitzen und Stehen	vermeiden	nur für kurze Tätigkeitsabschnitte geeignet


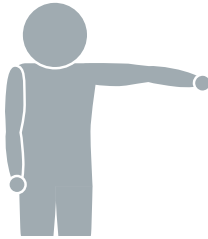

Körperhaltungen

			
Beschreibung der Körperhaltung	normal Stehen	gebeugt Stehen	gebückt Stehen
Belastung der Muskulatur durch Haltungsarbeit	Belastung der Hals- und Rumpfmuskulatur durch Versteifungsarbeit. Zusätzlich Bein und Fußmuskulatur	starke Belastung der Nacken-, Rücken-, Oberschenkel- und Fußmuskulatur zusätzlich zur Versteifung beim normalen Stehen	sehr starke Belastung der Nacken-, Rücken-, Oberschenkel- und Fußmuskulatur zusätzlich zur Versteifung beim normalen Stehen
zusätzlicher Energiebedarf gegenüber normalem Sitzen (KJ / min)	0,4	1,3	2,1
Belastung der Bandscheibe	gleichmäßige Belastung der Bandscheibe	ungleichmäßige, hohe Belastung der Bandscheibe bis etwa zum 3fachen Wert des normalen Stehens	ungleichmäßige, hohe Belastung der Bandscheibe bis etwa zum zehnfachen Wert des normalen Stehens
Auswirkungen	Erhöhte Blutstauung, besonders bei fehlender Bewegung	Erhöhte Blutstauung, besonders bei fehlender Bewegung	Erhöhte Blutstauung, besonders bei fehlender Bewegung
Anwendung	ermöglicht einen großen Arbeitsbereich und Greifraum, große Kräfte (evtl. mit Körperunterstützung) ausführbar gute Körperhaltung besonders im Wechsel zwischen normalem Sitzen und Stehen	nur für kurze Tätigkeitsabschnitte geeignet	

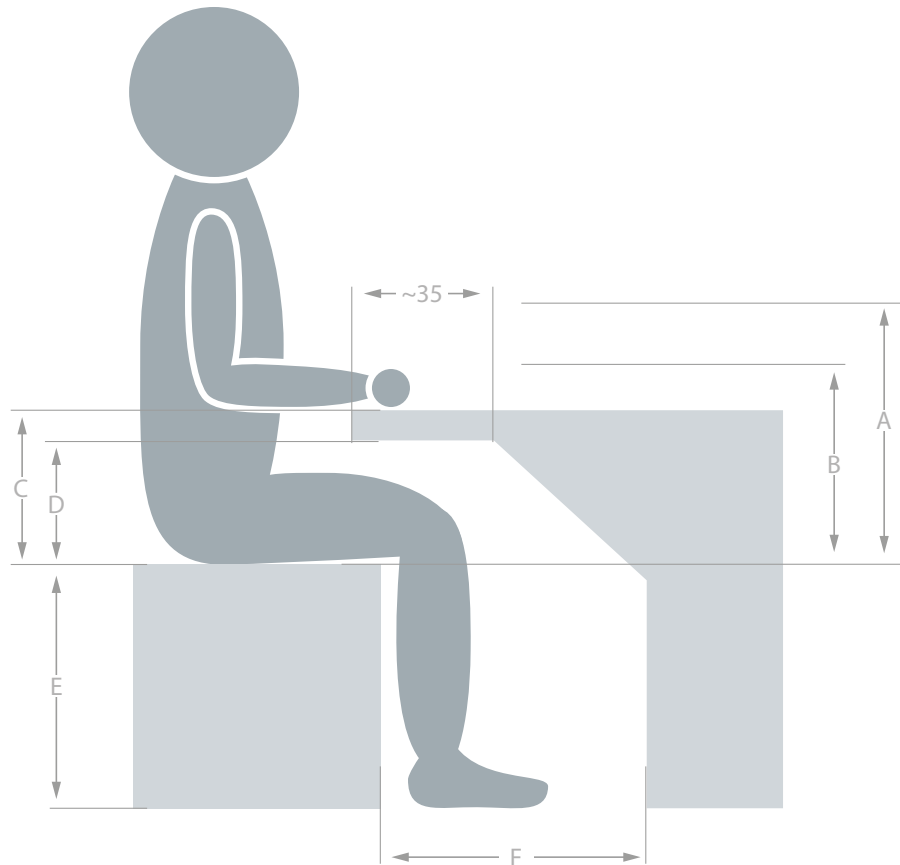
Armhaltungen

			
Beschreibung der Armhaltung	Ober- und Unterarm herabhängend	Oberarm herabhängend und Unterarm waagrecht nach vorne	Ober- und Unterarmstellung so, dass etwa auf der Herzhöhe und im normalen Blickbereich liegt
Belastung der Muskulatur durch Haltsarbeit	Keine Belastung der Arm-muskulatur	Die Oberarmmuskulatur wird durch das Halten der Unterarmgewichtes belastet	Die Schulter- und Arm-muskulatur wird durch das Fixieren des Armgewichtes belastet
mögliche Dauer der Armhaltung	theoretisch unbegrenzt	über die Schichtzeit bei gelegentlichem Haltungswechsel	
Auswirkungen	keine	Mit zunehmender Belastung wird in den einzelnen Muskeln die Durchblutung gedrosselt. Eine Muskelermüdung tritt dann auf, wenn der Sauerstoffbedarf die Sauerstoffversorgung übersteigt.	
Bemerkungen	keine	gute Leistungsfähigkeit, große Bewegungsfreiheit	etwa bis Herzhöhe gute Leistungsfähigkeit, Armhaltung mit günstigem Blickwinkel
Anwendung	Lastentragen	grobe Arbeit mit geringer visueller Kontrolle	feine Arbeit mit visueller Kontrolle (z.B. Montage und Prüftätigkeit)

Armhaltungen

			
Beschreibung der Armhaltung	Ober- und Unterarm horizontal nach vorne gestreckt	Ober- und Unterarm horizontal zur Seite gestreckt	Ober- und Unterarm nach oben gestreckt
Belastung der Muskulatur durch Haltungsarbeit	Die statische Belastung für die Schulter- und Armmuskulatur liegt über der Dauerleistungsgrenze		
mögliche Dauer der Armhaltung	kurzzeitig		
Auswirkungen	Mit zunehmender Belastung wird in den einzelnen Muskeln die Durchblutung gedrosselt. Eine Muskelermüdung tritt dann auf, wenn der Sauerstoffbedarf die Sauerstoffversorgung übersteigt.	Die Durchblutung der arbeitenden Muskeln wird mit zunehmender Höhe über dem Herzen schlechter, da der vom Herzen zu überwinden hydrostatische Druck größer wird	
Bemerkungen	begrenzte Leistungsfähigkeit		Die Leistungshöhe und -dauer nimmt mit zunehmender Arbeitshöhe über der Herzhöhe erheblich ab.
Anwendung	nur für kurze Tätigkeitsabschnitte geeignet		

Sitzarbeitsplatz

**A: Objekt bei Feinarbeit:**

Männer 45-55 cm

Frauen: 40-50

B: Werkzeughöhe bei Handarbeit mit Augenkontrolle:

Männer : 35-45 cm

Frauen: 30-40 cm

C: Handarbeit ohne Augenkontrolle, aber mit Ellenbogenfreiheit**D: Oberschenkelfreiraum**

Männer & Frauen: >17cm

E: Sitzhöhe

Männer: 43-52 cm

Frauen: 38-47 cm

F: Wirkraum der Beine

Männer : ca. 80 cm

Frauen : ca. 70 cm

Stuhl einstellen

Es ist wichtig, einen guten Arbeitsstuhl zu haben mit dem man alle erforderlichen Einstellungen vornehmen kann. Es ist aber genau so wichtig, den Arbeitsstuhl richtig einzustellen und richtig zu benutzen, damit so die optimale Anpassung an den Arbeitsplatz gewährleistet ist.

Rückenlehne muss die unteren Lendenwirbel mit entsprechendem Andruck abstützen

Fußstütze so einstellen, dass Ober- und Unterschenkel einen rechten Winkel bilden

Sitzhöhe so einstellen, dass Ober- und Unterarm einen rechten Winkel bilden

Sitzfläche, bei feinem Arbeiten nach vorne geneigt einstellen.

Sitzpositionen

Dynamisches Sitzen

Je nach Lage des Schwerpunktes des Rumpfes in Bezug auf die Sitzbeinhöcker lassen sich drei Grundsitzhaltungen definieren, die vordere, die mittlere und die hintere Sitzhaltung.

Die vordere Sitzhaltung

Der Schwerpunkt des Oberkörpers liegt vor den Sitzbeinhöckern; der Rücken ist entweder stark gerundet oder bei steifgehaltenem Rücken stark nach vorne gebracht. Bei annähernd waagrecht liegenden Oberschenkeln wird der Hüftgelenkwinkel oder der Sitzwinkel kleiner als 90° sein. Dadurch nähert sich die Bauchwand den Oberschenkeln. In dieser Sitzhaltung wird der Bauchinnendruck größer. Diese Haltung hat einen negativen Einfluss auf die venösen Rückströme im Beckenbereich. Die Muskulatur wird statisch stark angespannt. Erfolgt nicht nach kurzer Zeit ein Aufrichten, dann wird eine Abstützung des Oberkörpers über die Arme, welche auf der Arbeitsplatte aufliegen, gesucht. Dadurch wird der Gleichgewichtszustand wieder hergestellt und eine relative Entspannung der Muskulatur herbeigeführt. Die Schulter-Nacken-Muskulatur hat in der vorderen Sitzhaltung gegenüber der aufrechten oder zurückgelehnten Form vermehrte statische Haltearbeit zu leisten.



Die mittlere Sitzhaltung

In dieser Sitzhaltung liegt die Vertikalprojektion des Schwerpunktes im Bereich der Sitzbeinhöcker. Die Wirbelsäule kann auch in dieser Position gekrümmt sein, was aber nur mit stark vermehrter Muskelanspannung möglich ist. Im allgemeinen ist sie eine statisch ausbalancierte Sitzhaltung. Die Wirbelsäulenbiegung von der Lenden- bis zur Halswirbelsäule ist relativ gering. In dieser Position kann die Muskulatur weitgehend entspannt werden. Durch die aufrechte Position ist die Atmung im allgemeinen vertieft (asiatische Ruhehaltung). Bei jeder Arbeit sind Körperbewegungen notwendig. Dadurch wird das labile Gleichgewicht der mittleren Sitzhaltung gestört. Um das Gleichgewicht wieder herzustellen, ist Muskelarbeit erforderlich. Deshalb hat die mittlere Sitzhaltung als Arbeitshaltung nur eine geringe Bedeutung.

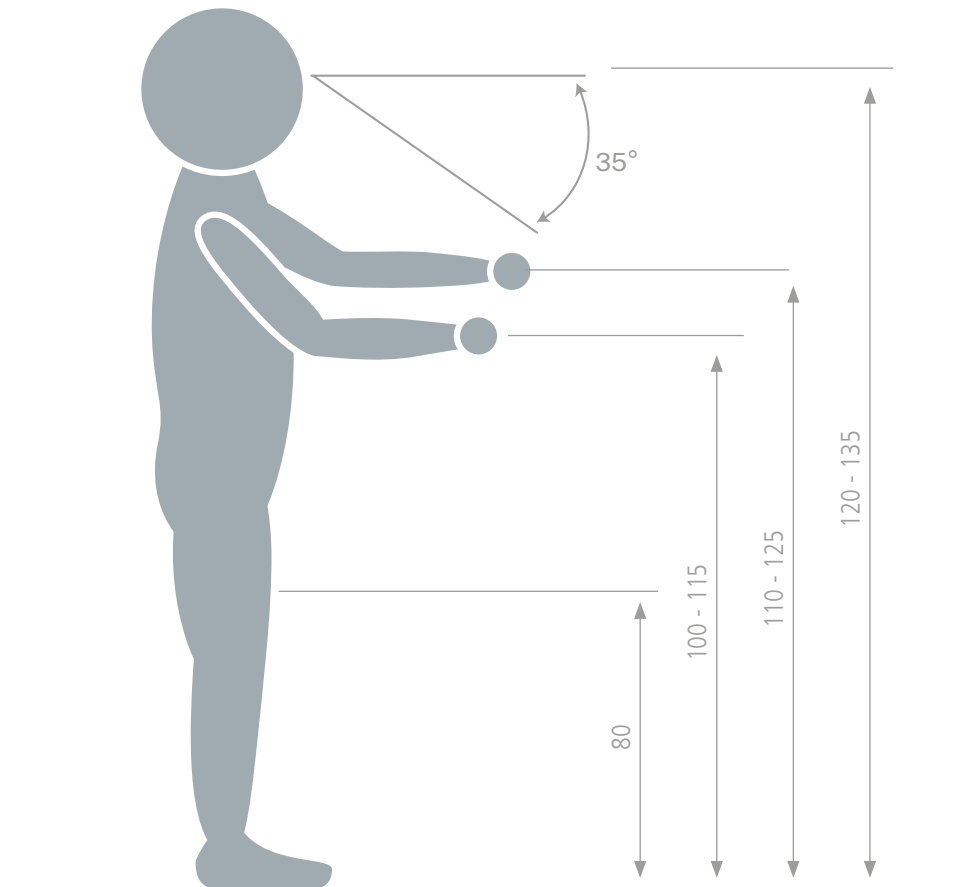


Die hintere Sitzhaltung

Bei der hinteren Sitzhaltung ohne Anlehnmöglichkeit wird das Becken auf der Sitzauflage zurückgedreht. Die Kreuzbeinoberfläche kann annähernd horizontal stehen. Je nach der Stellung des Kreuzbeines sind die Rundungen der Wirbelsäule unterschiedlich. Je stärker die Rundungen der Brustwirbel ausfallen, umso mehr muss beim Blick geradeaus die Halswirbelsäule lordosiert werden. Der Hüftwinkel ist (bezogen auf das Becken) offener, d. h. größer als 90° . Dementsprechend ist eine Entspannung im Bauchraum möglich. Es ist auch die Sitzhaltung, die man nach einem reichlichen Mahl bevorzugt. Auch in der hinteren Sitzhaltung ist eine Streckung der Wirbelsäule möglich. Dann muss allerdings der Rumpf durch eine Lehne abgestützt werden. Bei der Abstützung durch die Rückenlehne wird die Rückenmuskulatur weitgehend entspannt. Ist noch eine Kopf- oder Nackenstütze vorhanden, kann auch die Nackenmuskulatur entspannt werden. Man spricht dann von einer Ruhehaltung.



Steharbeitsplatz



Höhe von Objekten, die dauernd beobachtet werden müssen.

Frauen: 110-125 cm

Männer: 120-135 cm

Werkzeughöhe Maschinenarbeit

Frauen: 110-115 cm

Männer: 110-125 cm

Handarbeit ohne genaue Augenkontrolle

Frauen: 100-105 cm

Männer: 110-125 cm

Arbeitshöhe beim Hantieren mit schweren Gegenständen

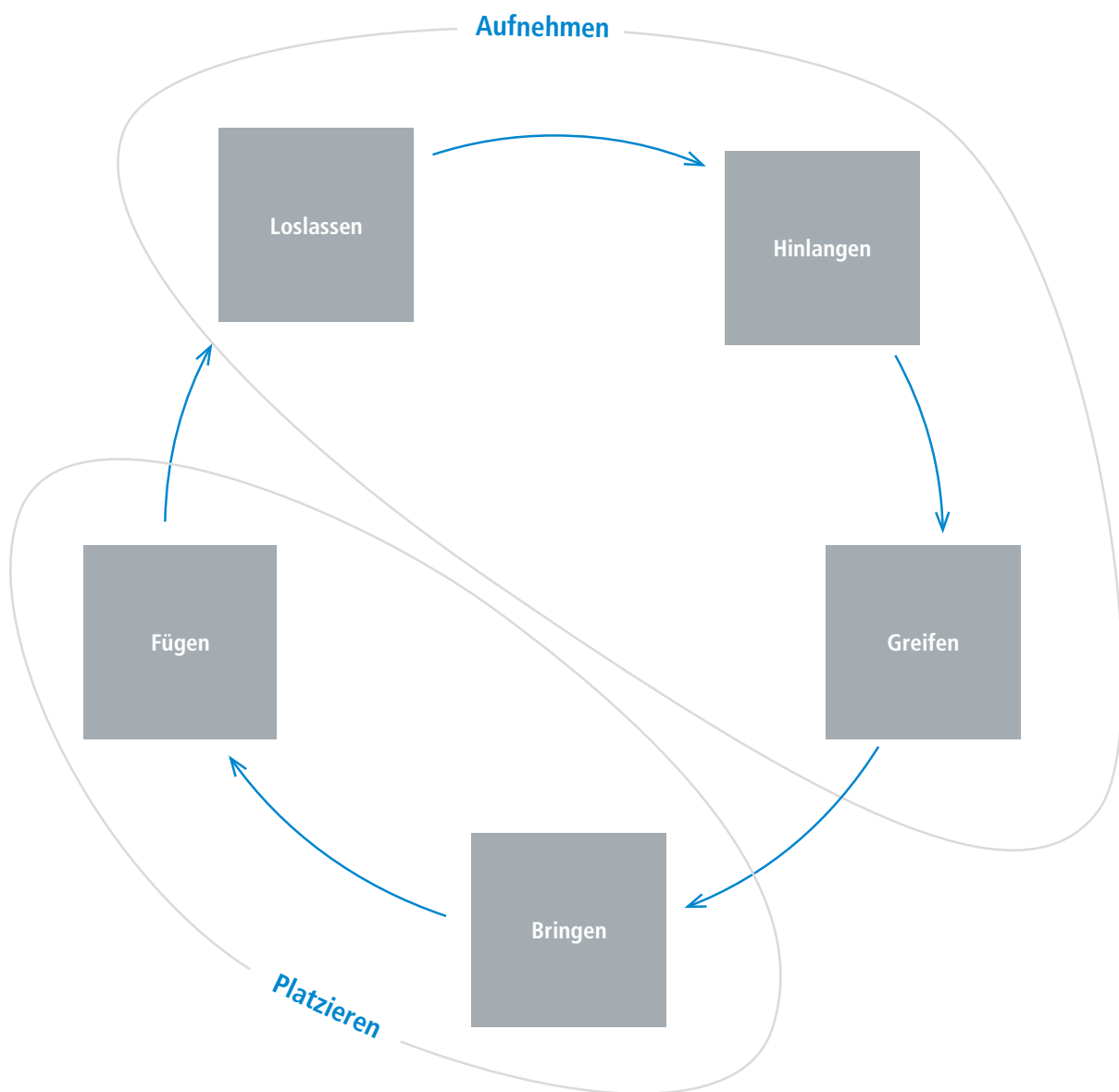
Frauen: 100-105 cm

Männer: 110-125 cm

BEWEGUNGEN

Grundbewegungen

Bei Untersuchungen wurde festgestellt, dass voll beeinflussbare Abläufe zu ca. 80-85 % aus den nachfolgenden 5 Grundbewegungen bestehen.

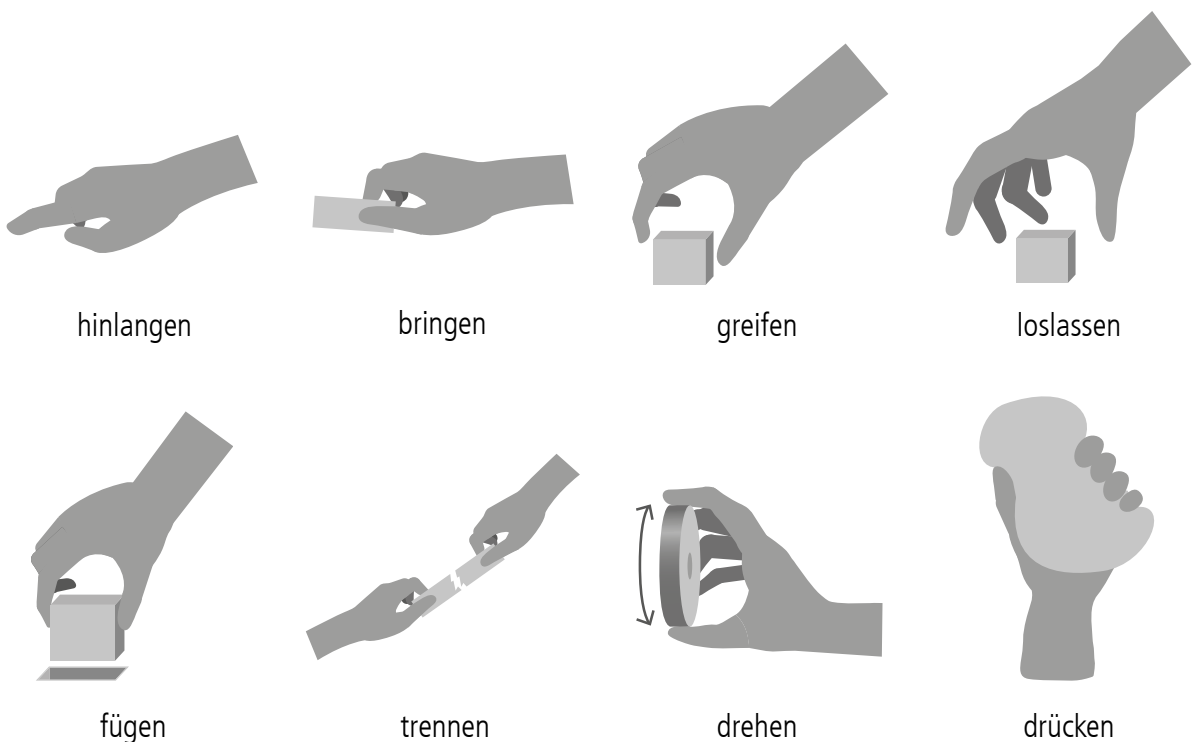


MTM-Grundbewegungen

Neben diesen fünf Grundbewegungen kennt das MTM-System drei weitere Grundbewegungen und umfasst damit insgesamt acht verschiedene Grundbewegungen.

MTM ist die Abkürzung für **METHODS – TIME MEASUREMENT**, was mit **METHODEN – ZEITMESSUNG** übersetzt werden kann.

Der Grundsatz des MTM-Verfahrens ist, dass die Vorgabezeit einer Arbeit wesentlich von der angewendeten Arbeitsmethode abhängt. Schon bald nach der ersten Veröffentlichung dehnte sich die Verbreitung von MTM auf die wesentlichen Industrieländer aus. Grundlegend für die Entwicklung von MTM ist die Erkenntnis, dass jede menschliche Arbeit in eine begrenzte Anzahl von Grundbewegungen zerlegt werden kann.



Grundbewegungen und Zeitwerte

Die Basis für die Bewertung der MTM-Grundbewegungen bildeten Filmaufnahmen von einer Vielzahl von Arbeitsabläufen. Die Normzeitwerte für die einzelnen Grundbewegungen berücksichtigen alle Einflussgrößen z.B. Bewegungslänge, Kraftaufwand und Genauigkeit. Die MTM-Zeitwerte werden in TMU (Time Measurement Unit, dt. Zeitmess-Einheit) ausgedrückt. $1667 \text{ TMU} = 1 \text{ min.}$

Die Grundbewegungen und die dazugehörigen Normzeitwerte wurden in Tabellen zusammengestellt. Sie haben sich in der betrieblichen Praxis in vielen Anwendungsbereichen bewährt. Durch Zusammensetzen dieser Grundbewegungen können menschliche Arbeitsabläufe beschrieben und zeitlich bestimmt werden. Hierbei müssen Regeln beachtet werden, die bei der MTM-Ausbildung vermittelt werden.

Generelle Werte

Kürzel	TMU	Bezeichnung	
GGZ	1	Gewichtszuschlag pro 1 Kg	
GNV	6	Nachgreifen / Verharren / Übergreifen	
GKK	11	Kraftanwendung	klein
GKG	16		groß
GTE	8	Trennen	Enge Passung
GTF	23		Feste Passung
GDK	4	Drehen	kleiner Winkel: $\leq 90^\circ$
GDG	7		Großer Winkel: $\geq 90^\circ$
GDT	16		Pro Turnus
GRS	5	Rotieren kurbeln	Start und Stop
GRU	14		Pro Umdrehung
GBV	4	Blickfunktion	Verschieb. Blicke pro 10 cm
GBP	7		Prüfen
KFV	9	Fußversetzung (Fuß- oder kleine Beinbewegungen)	
KVS	17	Verlagerung des Körpers	Schritt, Seitenschritt, Körperdrehung
KVB	61		Beugen, Bücken, Knien, Aufrichten
KSN	108	Sitzen und Aufstehen	Normaler Sitzplatz
KSS	246		Sitz- / Stehplatz

Lesen

Kürzel	TMU	Bezeichnung
LWS	5	pro Satzgefüge
LZB	7	Ziffern, Zeichen, Buchstaben (bis zu 3), Einzelwort

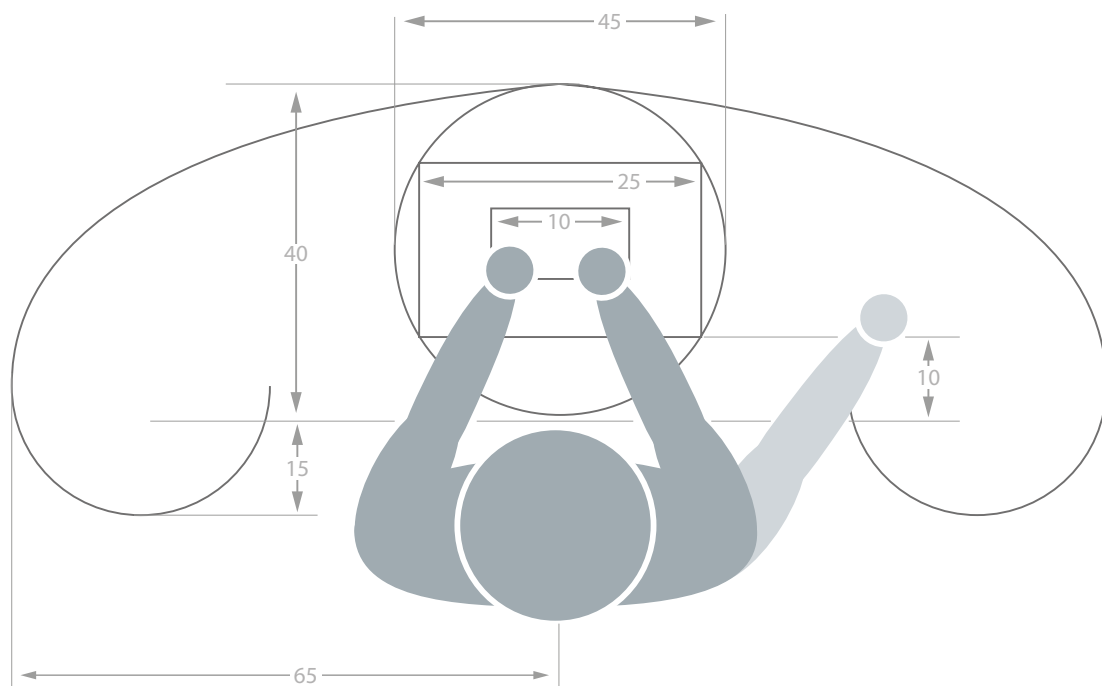
Schreiben

Kürzel	TMU	Bezeichnung	
SKH	15	Kleine Buchstaben	Handschrift
SKD	20		Druckschrift
SGB	25	Große Buchstaben, Hand- und Druckschrift	
SZZ	20	Zeichen, Ziffern, Interpunktion	

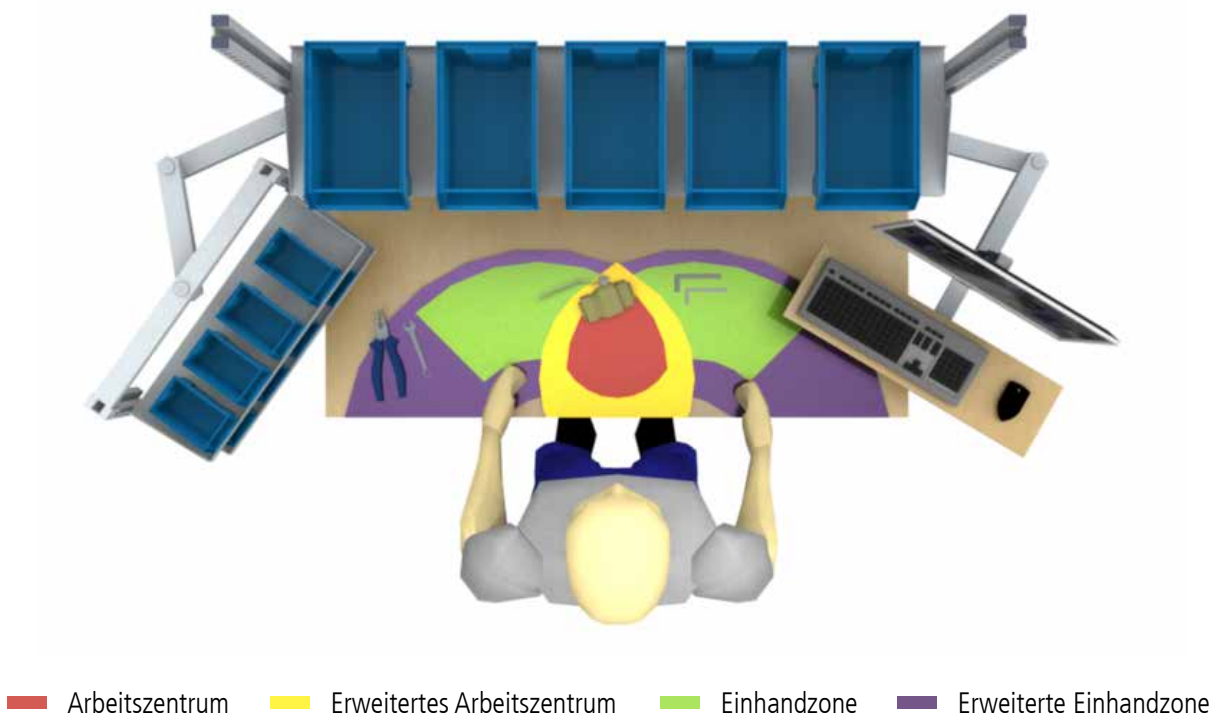
GREIFRAUM

Unter Greifraum versteht man den Arbeitsplatzbereich, der für den in diesem Bereich Arbeitenden – sitzend, stehend oder auch steh-sitzend – erreichbar ist, ohne dass er seinen Sitzplatz oder Stehplatz verlassen muss. Alles, was sich unter diesen Voraussetzungen mit den Händen horizontal oder vertikal im wahrsten Sinne des Wortes greifen lässt, befindet sich somit im Greifraum.

Es wird unterschieden zwischen innerem und äußerem Greifraum. Dabei gehört zum inneren Greifraum all das, was mit angewinkelten Armen erreichbar ist. In den inneren Greifraum gehören somit alle Gegenstände, die ständig oder häufig verwendet werden – zum Beispiel die Computermouse oder die Tastatur auf dem Arbeitstisch für den Rechnerarbeitsplatz. Zum äußeren Greifraum gehört der Bereich, der mit ausgestrecktem Arm – aber in entspannter Haltung! – erreicht werden kann. Im Idealfall befinden sich hier somit nur die Gegenstände, die man nicht ständig zum Arbeiten benötigt.



Ein anderer Unterscheidungsansatz für den Greifraum nennt sich Arbeitszentrum, erweitertes Arbeitszentrum, Einhandzone und erweiterte Einhandzone. Im Arbeitszentrum ist alles im Blickfeld des Arbeitenden, im erweiterten Arbeitszentrum all das, was bei optimaler Bewegungsmöglichkeit mit beiden Händen erreicht werden kann. Wie der Name vermuten lässt, befindet sich in der Einhandzone das, was mit einer Hand erreichbar ist bzw. gerade noch erreichbar in der erweiterten Einhandzone.



Mithilfe von intelligenten Lösungen kann der Greifraum eines Arbeitsplatzes deutlich erweitert werden ohne die Freiheit der arbeitenden Person spürbar einzuschränken. Durch Greifraumoptimierungen wie besonders tiefe Arbeitsplatten, Energiekanäle oder Schwenkarme kann ein idealer Bewegungsraum geschaffen werden bei gleichzeitiger Wahrung kurzer Aufnahmestrecken.

DGUV-Vorgaben

Bei einem ergonomischen Arbeitsplatz sind die Arbeitsbedingungen weitestgehend angepasst an den Arbeitenden und dessen Bedürfnisse bei der Ausführung dieser Arbeit. Das gilt für Arbeiten im Sitzen wie im Stehen gleichermaßen. Hierfür gibt es eine Reihe von Anforderungen und DIN Normen, die versuchen, das zu berücksichtigen. Dazu gehört die Anthropometrie, das heißt in diesem Fall die Arbeitshöhe im Verhältnis zu den Körpermaßen, und im Zusammenhang damit der Greifraum. So lautet eine DGUV-Information hierzu, dass eine individuelle Anpassbarkeit, der Wechsel zwischen Sitz- und Stehhaltung, ein bewegungsgerechter Beinraum und eine aufgabenorientierte Arbeitsfläche mit einem dem Arbeitenden entsprechenden Greifraum gegeben sein müssen.



EINFLÜSSE AUS DER ARBEITSUMGEBUNG

BELEUCHTUNG

Helligkeit

Studien haben bewiesen, dass die Arbeitsleistung bei höheren Lux-Werten proportional zunimmt. Bei einer Beleuchtungsstärke zwischen 750 und 1.500 Lux kann die Arbeitsleistung bei Menschen jeden Alters nachhaltig positiv beeinflusst werden. Zudem ist das Beleuchtungsniveau am Arbeitsplatz in den letzten Jahren deutlich gestiegen. Von der verarbeitenden Industrie – und insbesondere im Automotive-Sektor – werden zunehmend Minimalanforderungen von mehr als 1.000 Lux gestellt.

Langes Arbeiten bei falschen Lichtbedingungen kann viele negative Folgen für die Gesundheit des Menschen haben. Deshalb ist es essenziell, dass gerade am Arbeitsplatz das Lichtverhältnis stimmt. Die DIN EN 12464-1 behandelt die Anforderungen an die Beleuchtung von Arbeitsstätten in Innenräumen. Ziel ist eine optimale Sehleistung und ein optimaler Sehschmerz für Menschen mit normalem Sehvermögen, damit individuelle Sehaufgaben bestmöglich durchgeführt werden können. Zugleich beugt die Einhaltung dieser Richtlinie gesundheitlichen Beeinträchtigungen vor.

Empfohlene Beleuchtungsstärke:

- 500 (lx) Test-, Mess- und Inspektionsplätze
- 500 (lx) Bildschirmarbeitsplätze
- 1.000 (lx) Werkzeug-, Lehren- und Vorrichtungsbau
- 1.000 (lx) Präzisions- und Mikromechanik
- 1.000 (lx) Endkontrollen
- 1.000 (lx) Farbprüfungen
- 1.000 (lx) Qualitätskontrollen
- 1.500 (lx) Elektronikwerkstätten, Prüfen, Justieren

Lichtfarbe

Als Farbtemperatur ist neutrales weiß (ca. 4000 Kelvin) oder warmweiß für das Arbeiten am sinnvollsten. Aber auch künstliches Tageslicht (ca. 6000 Kelvin) kann in einigen Anwendungsfällen sinnvoll sein, da es wie echtes Sonnenlicht wach und vital hält. Dies ist vor allem im Winter hilfreich, wenn das echte Tageslicht fehlt. Bei fehlendem Tageslicht nimmt der menschliche Organismus fälschlicherweise an, es wäre Nacht und wird müde. Somit ist es mit dem richtigen Licht möglich, seine Mitarbeiter munter und motiviert zu halten.

Nach Möglichkeit soll es vermieden werden, verschiedene Lichtfarben in einem, sowie in benachbarten Räumen einzusetzen. Bläuliches Weiß von Neonröhren wird als kalt und unangenehm empfunden, war aber lange Zeit in Büros sehr beliebt. Von dieser Art der Beleuchtung wird immer mehr abgesehen.



ARBEITSUMGEBUNG

Lärm

Um den negativen Auswirkungen des Lärms an Arbeitsplätzen zu begegnen und die Beschäftigten vor unnötig hohen Belastungen zu schützen, existieren unterschiedliche rechtliche Vorgaben wie bspw. die Lärm- und Vibrationsschutzverordnung oder die Arbeitsstättenverordnung. Letztere besagt, dass der Schalldruckpegel in Abhängigkeit von der Nutzung und den zu verrichtenden Tätigkeiten so weit zu reduzieren ist, dass keine Beeinträchtigungen der Gesundheit der Beschäftigten entstehen. In der Lärm- und Vibrationsschutzverordnung wird dies weiter konkretisiert.

Grundsätzlich sollte ein Tages-Lärmexpositionspegel von 80 dB nicht überschritten werden. Überschreitet der Tages-Lärmexpositionspegel diesen Wert bzw. ab einem Spitzenschalldruckpegel ab 135dB sind folgende Präventionsmaßnahmen erforderlich:

- Information der Beschäftigten (bei Erreichen des Auslösewertes)
- Bereitstellung von Gehörschutz (bei Überschreiten des Auslösewertes)
- Angebot arbeitsmedizinischer Vorsorge (bei Überschreiten des Auslösewertes).

Ab einem Tages-Lärmexpositionspegel von 85 dB bzw. einem Spitzenschalldruckpegel von 137 dB gilt:

- Tragepflicht für Gehörschutz (bei Erreichen des Auslösewertes)
- Arbeitsmedizinische Vorsorge veranlassen (Pflichtvorsorge, bei Erreichen des Auslösewertes)
- Kennzeichnung von Lärmbereichen (bei Überschreiten des Auslösewertes)
- Aufstellung eines Lärmminderungsprogramms (bei Überschreiten des Auslösewertes).

Unter Einbeziehung der dämmenden Wirkung des Gehörschutzes muss sichergestellt werden, dass der auf das Gehör der Beschäftigten einwirkende Lärm einen Tages-Lärmexpositionspegel von 85 dB bzw. einen Spitzenschalldruckpegel von 137 dB nicht überschreitet.

Unfallverhütungsvorschrift

Unfallverhütungsvorschriften (UVV) sind verbindliche Pflichten der Arbeitssicherheit und des Gesundheitsschutzes am Arbeitsplatz. Sie gelten für jedes Unternehmen und jeden Versicherten der gesetzlichen Unfallversicherung. Sie werden von den Berufsgenossenschaften und anderen Trägern der gesetzlichen Unfallversicherung erlassen und müssen von Unternehmern und allen Beschäftigten beachtet werden. Sie enthalten Sicherheitsforderungen an die betrieblichen Einrichtungen (Arbeitsmittel, Anlagen, Geräte, Arbeitsplätze usw.) und Maßnahmen des Unternehmers zur Verhütung von Arbeitsunfällen, Berufskrankheiten und arbeitsbedingten Gesundheitsgefahren. Für die Beschäftigten beschreiben sie Verhaltenspflichten. Sie legen arbeitsmedizinische Vorsorgeuntersuchungen fest und regeln Fragen der innerbetrieblichen Arbeitsschutzorganisation sowie der Ersten Hilfe.

Farbgestaltung

„Farbe am Arbeitsplatz“ wirkt auf unsere Sinne und Empfindungen und erreicht sogar unser Unterbewusstsein. „Farbe am Arbeitsplatz“ ist mehr als die erforderliche „Sicherheits- und Gesundheitsschutzkennzeichnung“. Oftmals werden Farben auf Grund der Unkenntnis über positive wie negative Wirkungen nur spärlich bei der Gestaltung des Arbeitsumfeldes verwendet.

Eine sinnvolle Verwendung von Farben kann:

- die Mitarbeitermotivation steigern,
- ungünstige Arbeitsbedingungen positiv beeinflussen,
- die Orientierung fördern,
- Ordnung schaffen,
- die „Sicherheits- und Gesundheitsschutzkennzeichnung“ unterstützen,
- die Erholung begünstigen,
- Energiekosten senken.

Der erkennbare Nutzen einer ausgewogenen Farbgestaltung des Arbeitsumfeldes verdeutlicht, dass auf Grund der Wirkung von Farben auf den Menschen eine Farbgebung in jedem Betrieb angestrebt werden sollte.

Empfehlungen für die Farbgebung am Arbeitsraum:

- Helle Farben wirken leicht, freundlich, aufheiternd. Sie verbreiten mehr Licht und hellen die Räume auf. Dunkle Farben wirken bedrückend und entmutigend.
- Die Farben sollen von oben nach unten dunkler werden.
- Große Flächen sollten keine starken Farben haben, sondern Pastelltöne.
- Monotone Arbeit erfordert einige anregende Farbelemente, z.B. an Säulen, Türen oder Trennwänden.
- Bei hohen Anforderungen an die Konzentration müssen Ablenkungen und Beunruhigung vermieden werden. Es sollten hier helle, unauffällige Farben verwendet werden.
- Zum Erleichtern der Orientierung und zum visuellen Erfassen des Arbeitsgutes sollte zur Umgebung ein Farbkontrast bestehen. Bei größeren Flächen ist zu beachten, dass keine starken Helligkeitskontraste auftreten und keine leuchtenden Farben eingesetzt werden.
- Tischoberflächen sollen nicht glänzend sein. Glänzende oder spiegelnde Oberflächen können sehr störend sein.
- Wichtige Griffe, Hebel o.Ä. sollten mit hervorstechenden Farben als Blickfang gestaltet werden. Ein solches Maschinenteil ist besser sichtbar, die Zeit zur Erfassung einer Sehaufgabe wird verkürzt, eine Ablenkung durch Suchen vermindert.
- Eine Beschränkung auf 3 bis max. 5 Blickfänge an einem Arbeitsplatz ist zu empfehlen. Der größte Kontrast wird zwischen gelb und schwarz erzielt.



ERWARTUNGEN DER MITARBEITERN

Auch die Erwartungen der Mitarbeiter haben Einfluss auf die Qualität eines Arbeitsplatzes. Zwar unterscheiden sich diese von Arbeitnehmer zu Arbeitnehmer, dennoch existieren grundlegende Qualitätsindikatoren, welche als Arbeitgeber berücksichtigt werden sollte, um dem Großteil der Erwartungen gerecht zu werden. Anhand der definierten Indikatoren für die jeweilige Dimension kann ermittelt werden, inwieweit ein Arbeitgeber diesen gerecht wird.

Qualitätsindikatoren

Berufliche Weiterentwicklung:

Mitarbeiter sollten in der Lage sein, durch angemessene Unterstützung beim Lebenslangen Lernen ihr Potenzial voll auszuschöpfen. Zu den Indikatoren für diese Dimension zählen der Anteil der an Fortbildungsmaßnahmen oder anderen Maßnahmen des Lebenslangen Lernens.

Gleichstellung der Geschlechter

Chancengleichheit für Männer und Frauen in Bezug auf die Wertigkeit der Arbeitsplätze und die berufliche Laufbahn. Als Indikatoren für diese Dimension zählen das geschlechtsspezifische Lohngefälle, Beschäftigungsquote nach Geschlecht sowie die Geschlechtertrennung in Berufsgruppen.

Vereinbarkeit von Berufs- und Privatleben

Die Arbeitsorganisation, insbesondere Arbeitszeitregelungen, in Verbindung mit unterstützenden Dienstleistungen sollten Vereinbarkeit von Berufs- ein ausgewogenes Verhältnis zwischen Arbeitsleben und Privatleben ermöglichen. Indikatoren für diese Dimension beinhalten Unterschiede in den Beschäftigungsquoten von Männern und Frauen mit und ohne Kindern, die Verfügbarkeit von Kinderbetreuungseinrichtungen sowie den Anteil der Arbeitnehmer, die ihren Beruf aufgrund familiärer Betreuungspflichten oder zur Weiterbildung aufgeben.

Sozialer Dialog und Arbeitnehmermitbestimmung

Es ist zu gewährleisten, dass alle Arbeitnehmer über die Entwicklung ihres Arbeitsumfelds und ihres Unternehmens informiert werden und daran mitwirken können. Bislang gibt es keine Einigung über angemessene Indikatoren. Mögliche Indikatoren für diese Dimension umfassen Arbeitnehmermitbestimmung, den Anteil der durch Tarifverträge gebundenen Arbeitnehmer, die Entwicklung der durch Arbeitskämpfe verlorenen Arbeitstage sowie den Anteil der gewerkschaftlich organisierten Arbeitnehmer.

Diversifizierung und Nichtdiskriminierung

Alle Arbeitnehmer sollten ohne Diskriminierung aufgrund des Geschlechts, des Alters, einer Behinderung, der ethnischen Herkunft, der Religion oder der sexuellen Ausrichtung gleich behandelt werden. Für diese Dimension wurden Unterschiede in den Beschäftigungsquoten nach Alter, ethnischer Herkunft und Behinderung als Indikatoren vorgeschlagen.

Neben diesen Qualitätsindikatoren gibt es noch weitere Erwartungen seitens Arbeitnehmer wie bspw. eine gerechte Entlohnung oder die Sicherheit des Arbeitsplatzes. Die persönliche Gewichtung dieser variiert jedoch von Mitarbeiter zu Mitarbeiter.

