

## Dynamische Rückenlehne mit mechanischen Federn

Anforderungsprofil für Bürodrehstühle

- sorgt für den wichtigen permanenten Körperkontakt an der Rückenlehne
- sichert die ausgewogene Abstützung des Oberkörpers durch progressiven Kraftverlauf (Expanderprinzip)
- verhindert das Gefühl des „nach-hinten-Fallens“ in der Bewegung
- fördert dynamisches Sitzen

### Individuell einstellbare Dynamik

- berücksichtigt das Gewicht, die Oberkörperlänge und das persönliche Sitzgefühl des Benutzers
- gewährleistet eine optimale Abstimmung des Lehendrucks für alle Benutzer
- fördert ein angenehmes, dynamisches Sitzen

### Höhenverstellbare Lendenwirbelabstützung

- Ermöglicht die individuelle Anpassbarkeit für jeden Benutzer
- Sorgt für punktgenaue Abstützung der Wirbelsäule
- sichert die natürliche S-Form der Wirbelsäule

### Lendenwirbelabstützung in allen Sitzpositionen

- unterstützt die natürliche S-Form der Wirbelsäule auch bei vorderer Sitzhaltung, besonders bei Bildschirmarbeit
- verhindert das Sitzen mit Rundrücken

### Anatomisch geformte Sitzfläche

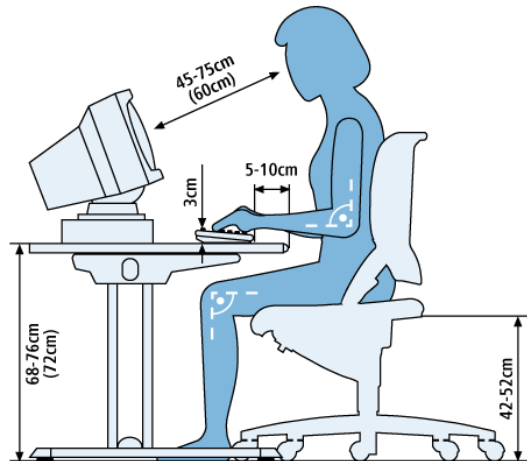
- sichert die richtige Beckenstellung durch die Beckenstütze
- stellt sicher, dass der Benutzer automatisch exakt an der Rückenlehne sitzt
- verhindert das unbewusste „nach-vorne-Rutschen“ auf der Sitzfläche

### Sitztiefenfederung

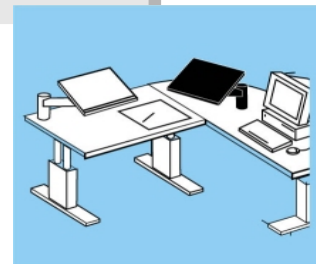
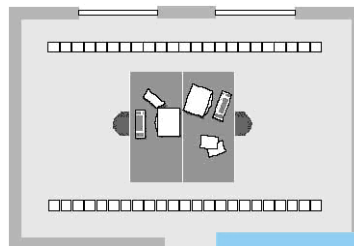
- sorgt für angenehmes Abfedern beim Hinsetzen durch eine mechanische Zentralfeder
- gewährleistet die volle Abfederung auch in der untersten Sitzposition
- verhindert Wirbelstauchungen beim Hinsetzen

### Atmungsaktive Polster

- verhindern Wärme- und Feuchtigkeitsstau sichern auch im Sommer ein angenehmes Sitzklima können Feuchtigkeit aufnehmen und wieder abgeben



# Büroarbeit



## Bildschirmarbeitsplätze

### EU - Richtlinie

Im einzelnen sind bei der Bewertung von Arbeitsplätzen die folgenden Kenngrößen zu beachten.

1	<b>Arbeitsplatz Tisch/Stuhl</b>	2	<b>Vorlagenhalter</b>
1.1	<b>Höhe der Arbeitsfläche</b>	2.1.	frei aufstellbar: zwischen 15° und 75° neigbar
1.1.1	Tischhöhe nicht höhenverstellbar: 72 cm	2.1.2	ausreichend groß (entsprechend der Vorlage) und standsicher auch beim Bestempeln, Abzeichnen oder Korrigieren der Vorlage
1.1.2	Tischhöhe höhenverstellbar min.: 68-76 cm		
1.1.3	Höhenverstellung in bestimmten Fällen ergonomisch zweckmäßig, aber nicht zwingend vorgeschrieben, bei größerem Verstellbereich Erweiterung nach unten empfohlen	3	<b>Bildschirm</b>
1.1.4	Arbeitshöhe (einschl. z. B. Tastaturhöhe) von 75 cm darf nicht überschritten werden	3.1	flimmerfrei, mindestens 73 Hz, empfohlen mehr als 85 Hz Bildelementfolgefrequenz
1.2	<b>Größe der Arbeitsfläche</b>	3.1.1	dreh- und neigbar, Gehäuse nicht zu hell und nicht zu dunkel (weder weiß noch schwarz)
1.2.1	Tischfläche min.: 160 x 80 cm	3.1.2	mittlere Leuchtdichte bei empfohlener Positivdarstellung auf dem Bildschirm 100 cd/m <sup>2</sup>
1.2.2	Vergrößerung der Tischfläche in Stufen von 10 cm um Mischarbeit zu ermöglichen und zur Vermeidung von Zwangspausen bei der Arbeit an Bildschirmgeräten: vorzugsweise durch angewinkelte Mehrflächenarbeitsplätze mit Arbeitskante von mindestens 60 cm	4	<b>Tastatur</b>
1.3	<b>Tiefe der Arbeitsfläche</b>	4.1.	flexibel aufstellbar - vom Bildschirm getrennt
1.3.1	Tiefe der Tischfläche am Bildschirm > 80 cm	4.1.1	Tastaturbeschriftung gut lesbar
1.3.2	Sie richtet sich nach Sehentfernung zum Bildschirm, Tiefe des Bildschirms (darf nicht über die Tischkante hinausragen) und Platz für Tastatur sowie Handballenaufgabe von mindestens 10 cm	4.1.2	Tastaturhöhemaximal 30 mm (in C-Reihe)
1.3.3	Tiefe der Arbeitsfläche darf an keiner Stelle geringer sein als 80 cm. Plattentiefen unter 80 cm gelten nur als Ablage oder Aufstellfläche	4.1.3	Tastaturneigung kleiner als 15°
1.4	<b>Neigung der Arbeitsfläche</b>	4.1.4	Tastaturbelegung nach DIN 2137 Teil 2 und DIN 9758
1.4.1	Tischfläche bis zirka 16° kann ergonomisch nützlich sein	5	<b>Arbeitsumgebung</b>
1.5.	<b>Oberflächen</b>	5.1.1.	Bedienfläche vor allen Büromöbeln generell: 80 cm tief
1.5.1	frei von störenden Reflexionen und Spiegelungen	5.1.2	am persönlich zugewiesenen Arbeitsplatz: 100 cm tief
1.5.2	Arbeitsfläche darf nicht zu hell und nicht zu dunkel sein und nicht glänzen (weder weiß noch schwarz und höchstens seidenmatt)	5.1.3	freie Bewegungsfläche: mindestens 1,5 m <sup>2</sup> ebenfalls an keiner Stelle weniger als 100 cm tief
1.6.	<b>Beinraum am Arbeitsplatz</b>	5.1.4	Benutzerflächen dürfen sich nicht mit Stellflächen und mit Verkehrswegeflächen im Raum überlagern (DIN 4543-1)
1.6.1	Höhe mindestens 65 cm, besser 69 cm	6	<b>Empfohlene Farbgestaltung</b>
1.6.2	Breite mindestens 58 cm	6.1	Farbgestaltung und Reflexionsgrad der Decke 0,7 bis 0,85
1.6.3	Tiefe mindestens 60 cm	6.1.1	Farbgestaltung und Reflexionsgrad der Wände 0,5 bis 0,65 sowie des Bodens im Bereich 0,2 bis 0,4
1.6.4	Stellelemente (Füße) nicht im Beinraum (auch im Eckbereich mindestens 45 cm zurückversetzt) oder bei Unterteilung des Beinraumes sichtbar angeordnet (maximal 10 cm von der Vorderkante)	6.1.2	Für Arbeitsflächen, Einrichtungen und Geräte Reflexionsgrade im Bereich von 0,2 bis 0,5 Glanzgrade von matt bis seidenmatt
1.7	<b>Elektrifizierung</b>	7	<b>Blendung</b>
1.7.1	kabelführende Schächte und Kanäle	7.1	Die Blendung darf weder durch Lampen oder Leuchten (Direktblendung) noch durch Spiegelungen hoher Leuchtdichten aufglänzenden Flächen (Reflexblendung) hervorgerufen werden
1.8	<b>Arbeitsstuhl</b>	7.1.1	Parallel – zum – Fenster - Aufstellung der Bildschirmgeräte
1.8.1	Bürodrehstühle mit Synchronverstellung werden empfohlen	8	<b>Klima</b>
1.8.2	Bürodrehstühle auf fünf gleichartigen Abstützpunkten oder gebremsten Rollen höhenverstellbar von 42 bis 53 cm	8.1.	Für Bürotätigkeiten gilt eine empfohlene Temperatur von 21 bis 22°C
1.8.3	mit Tiefenfederung, auch in niedrigster Einstellung	8.1.1	bei hohen Außentemperaturen sollte die Raumtemperatur 26°C nicht überschreiten
1.8.4	Anpassung der Sitzhöhe an feste Tischhöhe für kleine Personen durch Fußstützen	8.1.2	Luftgeschwindigkeit am Arbeitsplatz 0,1 bis 0,15 m/sec.
1.8.5	Rückenlehnen, bei denen die Rückenlehnenoberkante 450 mm oder mehr über dem Sitz liegt, können allein durch eine Veränderung ihrer Neigung den Benutzern mit unterschiedlichen Körpermaßen in den verschiedenen Sitzhaltungen angepasst werden und brauchen deshalb nicht in der Höhe verstellbar zu sein	8.1.3	Relative Luftfeuchtigkeit im Bereich von 40% bis 65%, empfohlen 50%
		9	<b>Licht</b>
		9.1.	Horizontale Beleuchtungsstärke am Arbeitsplatz min. 500 Lux
		10	<b>Lärm</b>
		10.1.	Arbeitsmittel müssen mit Lärmreduzierungs-technik ausgerüstet sein
		10.1.1	Umgebungsärm darf weder die Sprachverständlichkeit noch die Konzentration beeinträchtigen
		10.1.2	Beurteilungspegel am Arbeitsplatz maximal 55 dB