



Beleuchtung an Arbeitsplätzen

Checkliste

Stimmt die Beleuchtung der Arbeitsplätze in Ihrem Betrieb?

Sorgen Sie schon bei der Planung von Arbeitsplätzen dafür, dass die Anforderungen aus dieser Checkliste eingehalten werden.

Die hauptsächlichen Probleme sind:

- Blendungen durch künstliche und natürliche Beleuchtung
- zu hohe Hell-Dunkel-Kontraste
- Spiegelungen auf Bildschirmen, Arbeitsflächen und Arbeitsmitteln

Mit dieser Checkliste bekommen Sie solche Probleme in den Griff.

suvapro

Sicher arbeiten



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Eidgenössisches Volkswirtschaftsdepartement EVD
Staatssekretariat für Wirtschaft SECO

1. Füllen Sie die Checkliste aus.

2. Setzen Sie Verbesserungen um.

Wo Sie eine Frage mit «nein» beantworten, ist eine Massnahme zu treffen. Notieren Sie die Massnahmen auf der Rückseite.

Raumbeleuchtung

1. Entspricht die **mittlere Beleuchtungsstärke** am Ort der Sehaufgabe den Werten in der nebenstehenden Tabelle? ☐ ja ☐ nein

Diese Frage können Sie nur durch Messung mit einem Luxmeter beantworten.

2. Ist der Raum **gleichmässig** ausgeleuchtet? ☐ ja ☐ nein

«Gleichmässig» bedeutet: Die mittlere Beleuchtungsstärke im Abstand von 3 m vom Ort der Sehaufgabe beträgt mindestens 20 Prozent des Werts in der Tabelle zu Frage 1.

Auch diese Frage können Sie nur durch Messung mit einem Luxmeter beantworten.

3. Werden die Leuchten regelmässig **gewartet** (gereinigt, überprüft und wenn nötig ersetzt)? ☐ ja ☐ nein

Wartungsintervalle:

- gewöhnliche Örtlichkeiten: max. 3 Jahre
- stark verschmutzte Örtlichkeiten: max. 2 Jahre

4. Überwiegen im Arbeitsraum **helle Farbtöne** an Decken und Wänden? ☐ ja ☐ nein

Grelle und intensive Farben wirken störend.

5. Kann die Beleuchtung an den einzelnen Arbeitsplätzen auf die spezifischen Tätigkeiten und individuellen Bedürfnisse der Arbeitnehmer **angepasst** werden? ☐ ja ☐ nein

z.B.: Arbeitsplatz im Grossraumbüro, Präzisionsarbeiten, verminderte Sehfähigkeit, Rechts-, Linkshändigkeit (Bilder 1 und 2)

6. Ist die Beleuchtung darauf ausgelegt, **direktes und indirektes** Licht abzugeben? ☐ ja ☐ nein

In Räumen mit grossem Anteil von indirektem Licht, arbeitet es sich angenehmer.

7. Sind die Fenster der Süd- und Südwestfassaden mit einem **Schutz gegen Sonneneinstrahlung** ausgestattet? ☐ ja ☐ nein

z.B. Sonnenstoren, Beschattungselemente in der Fassade, reflektierende Folien bzw. Storen zwischen den Gläsern, Sonnenschutzgläser

Mindestbeleuchtungsstärke für verschiedene Tätigkeiten

100 lx	Verkehrsflächen, Vorrats- und Lagerräume
150 lx	Arbeitsräume mit gelegentlichen manuellen Eingriffen an Anlagen, Fahrwege mit Personenverkehr, Treppen
200 lx	Arbeitsräume mit Tätigkeiten ohne besondere Anforderung, Anlagen mit ständigen manuellen Eingriffen, Archive
300 lx	Arbeitsräume für grobe Arbeiten bzw. einfache Sehaufgaben. Verpackungs- und Versandbereich. Grossmontage. Aufenthaltsräume
500 lx	Schreiben, Lesen, Datenverarbeitung, Raumzonen mit Bildschirmarbeitsplätzen (inkl. CAD), Arbeitsräume für mittelfeine Arbeiten bzw. normale Sehaufgaben, Sanitäräume
750 lx	Arbeitsräume für feine Arbeiten
1000 lx	Beleuchtung für sehr feine Arbeiten im Bereich der Sehaufgabe



Bild 1: Die Beleuchtung eines Arbeitsplatzes muss für spezifische Tätigkeiten (z.B.: Präzisionsarbeit) angepasst werden können.



Bild 2: Die Beleuchtung muss auch individuellen Bedürfnissen (z.B. Gleitsichtbrille) angepasst werden können.

Natürliches Licht und Sicht ins Freie

8. Besteht von ständigen Arbeitsplätzen aus **Sicht ins Freie**? ☐ ja ☐ nein
Ständige Arbeitsplätze ohne Sicht ins Freie machen ausgleichende Massnahmen für den Gesundheitsschutz notwendig. Siehe Wegleitung zur Verordnung 3 zum Arbeitsgesetz (Art. 24 ArGV 3).
9. Wird in Räumen **ohne Tageslicht** nur dann gearbeitet, wenn ausgleichende Massnahmen für den Gesundheitsschutz getroffen worden sind? ☐ ja ☐ nein
Siehe Wegleitung zur Verordnung 3 zum Arbeitsgesetz (Art. 15 ArGV 3).

Spiegelungen, Blendungen und Kontraste

10. Sind die Arbeitsplätze so angeordnet, dass **keine Spiegelungen und Blendungen** auf Arbeitsflächen (Tisch, Werkbank) und Arbeitsmitteln (Tastatur, Dokumente, Werkzeuge) auftreten? ☐ ja ☐ nein
Spiegelungen und Blendungen können z. B. durch Leuchten, helle Flächen (Fenster, Lichtflächen oder grossflächige Monitore) oder auch durch glänzende Materialien oder glatte Oberflächen verursacht werden. (Bilder 3 und 4)
11. Sind die Arbeitsplätze so ausgerichtet, dass im Bereich der Sehaufgabe **keine starken Hell-Dunkel-Kontraste** vorkommen? (Bilder 5 und 6) ☐ ja ☐ nein
12. Sind **Mobiliar, Boden und Wände** so beschaffen, dass sie keine störenden Reflexionen verursachen? ☐ ja ☐ nein
Zulässige Reflexionsgrade:
• Decke: 0,7 bis 0,9
• Wände: 0,5 bis 0,8
• Boden: 0,2 bis 0,4
• Arbeitsflächen, Möbel, Maschinen: 0,2 bis 0,7
13. Sind alle Leuchten mit **Blendschutz** ausgestattet? (Titelbild) ☐ ja ☐ nein

Weitere Informationen

- Wegleitung zu den Verordnungen 3 und 4 zum Arbeitsgesetz (relevant: Art. 15 und 24 ArGV 3 sowie Art. 4 und 17 ArGV 4), SECO, Suva-Bestell-Nr. 710.250.d
- SN EN 12464-1 Licht und Beleuchtung von Arbeitsstätten – Teil 1: Arbeitsstätten in Innenräumen
- Website Schweizer Licht-Gesellschaft. www.slg.ch.
- Kompetente Auskunft und Unterstützung erhalten Sie bei Lichtplanern mit Berufsprüfung.

Ständiger Arbeitsplatz?

Als ständiger Arbeitsplatz gilt ein Arbeitsbereich, wenn er während mehr als 2½ Tagen pro Woche durch eine oder mehrere Personen nacheinander besetzt ist.



Bild 3: Spiegelungen an einem Werkstück



Bild 4: Spiegelungen an einem Computermonitor



Bild 5: Fenster hinter Computermonitoren oder direkt im Rücken von Mitarbeitenden führen zu starken Kontrasten.



Bild 6: Starke Kontraste entstehen z. B. auch bei Kontrollarbeiten mit hellem Lampenlicht in dunkler Umgebung.

Wiederholung der Kontrolle am:

(Empfehlung: alle 6 Monate)

Suva, Gesundheitsschutz, Postfach, 6002 Luzern