

Merkblatt

Arbeitszeit, Arbeitsschutz, gesetzliche Unfallversicherung

1. Hinweise zur Arbeitszeit

Auch im Rahmen der mobilen Arbeit gilt das Arbeitszeitgesetz (ArbZG). Die Beschäftigten in mobiler Arbeit sind selbst verantwortlich für die Einhaltung des Arbeitszeitgesetzes.

Arbeitszeitgesetz (Auszug)

§ 3 Arbeitszeit der Arbeitnehmer

Die werktägliche Arbeitszeit der Arbeitnehmer darf acht Stunden nicht überschreiten. Sie kann auf bis zu zehn Stunden nur verlängert werden, wenn innerhalb von sechs Kalendermonaten oder innerhalb von 24 Wochen im Durchschnitt acht Stunden werktäglich nicht überschritten werden.

§ 4 Ruhepausen

Die Arbeit ist durch im voraus feststehende Ruhepausen von mindestens 30 Minuten bei einer Arbeitszeit von mehr als sechs bis zu neun Stunden und 45 Minuten bei einer Arbeitszeit von mehr als neun Stunden insgesamt zu unterbrechen. Die Ruhepausen nach Satz 1 können in Zeitabschnitte von jeweils mindestens 15 Minuten aufgeteilt werden. Länger als sechs Stunden hintereinander dürfen Arbeitnehmer nicht ohne Ruhepause beschäftigt werden.

§ 5 Ruhezeit

(1) Die Arbeitnehmer müssen nach Beendigung der täglichen Arbeitszeit eine ununterbrochene Ruhezeit von mindestens elf Stunden haben. [...]

§ 9 Sonn- und Feiertagsruhe

(1) Arbeitnehmer dürfen an Sonn- und gesetzlichen Feiertagen von 0 bis 24 Uhr nicht beschäftigt werden. [...]

2. Hinweise zum Arbeitsschutz

Die folgenden Hinweise sollen als Hilfestellung für die Beschäftigten dienen, jeden Bildschirmarbeitsplatz so einzurichten, dass sie leistungsfähig und gesund bleiben.

Im Rahmen der mobilen Arbeit hat der Arbeitgeber nur auf eine überschaubare Anzahl von Faktoren Einfluss, zu denen er in der Gefährdungsbeurteilung Stellung beziehen kann. Dem Beschäftigten trifft daher eine höhere Selbstverantwortung, die eigenen Belastungen realistisch einzuschätzen und die mobile Arbeit so zu organisieren, dass Beruf und Privatleben hinreichend getrennt werden.

Der Beschäftigte hat selbst auf die Einhaltung der Arbeits- und Gesundheitsvorschriften zu achten, da er den überwiegenden Teil der Umstände seiner Arbeit selbst bestimmt und die Arbeit außerhalb des arbeitgebereigenen Herrschaftsbereichs verrichtet wird.

Vor allem sind die unter Ziffer 1 genannten Arbeits- und Ruhezeiten einzuhalten.

Der Beschäftigte ist verpflichtet, erteilte Weisungen zu befolgen und bislang nicht erkannte Gefährdungsquellen unverzüglich mitzuteilen.

Unter für den Beschäftigten erkennbar gesundheitsgefährdenden Umständen ist die Arbeitsleistung verboten.

Ausstattungshinweise der Bildschirmarbeitsplätze bei mobiler Arbeit

Der Bildschirmarbeitsplatz ist so einzurichten und zu betreiben, dass Sicherheit und Schutz der Gesundheit der Beschäftigten gewährleistet sind.

- Die Grundsätze der Ergonomie sind auf die Bildschirmarbeitsplätze und die erforderlichen Arbeitsmittel sowie die für die Informationsverarbeitung durch die Beschäftigten erforderlichen Bildschirmgeräte entsprechend anzuwenden.
- Tätigkeiten der Beschäftigten an Bildschirmgeräten sollen insbesondere durch andere Tätigkeiten oder regelmäßige Erholungszeiten unterbrochen werden.
- Ausreichend Raum für wechselnde Arbeitshaltungen und -bewegungen schaffen.
- Bildschirmgeräte und Arbeitstische oder Arbeitsflächen müssen eine reflexionsarme Oberfläche haben und sind so aufzustellen, dass die Oberflächen frei von störenden Reflexionen und Blendungen sind. Bildschirme, die über reflektierende Oberflächen verfügen, dürfen nur dann betrieben werden, wenn dies aus zwingenden aufgabenbezogenen Gründen erforderlich ist.
- Arbeitsflächen sind entsprechend der Arbeitsaufgabe so zu bemessen, dass alle Eingabemittel auf der Arbeitsfläche variabel angeordnet werden können und eine flexible Anordnung des Bildschirms, des Schriftguts und der sonstigen Arbeitsmittel möglich ist. Die Arbeitsfläche vor der Tastatur muss ein Auflegen der Handballen ermöglichen.
- Die Beleuchtung muss der Art der Arbeitsaufgabe entsprechen und an das Sehvermögen der Beschäftigten angepasst sein; ein angemessener Kontrast zwischen Bildschirm und Arbeitsumgebung ist zu gewährleisten.
- Werden an einem Arbeitsplatz mehrere Bildschirmgeräte oder Bildschirme betrieben, müssen diese ergonomisch angeordnet sein. Die Eingabegeräte müssen sich eindeutig dem jeweiligen Bildschirmgerät zuordnen lassen.
- Arbeitsmittel dürfen nicht zu einer erhöhten, gesundheitlich unzutraglichen Wärmebelastung am Arbeitsplatz führen.
- Text- und Grafikdarstellungen auf dem Bildschirm müssen entsprechend der Arbeitsaufgabe und dem Sehabstand scharf und deutlich sowie ausreichend groß sein. Zeichen- und Zeilenabstand müssen angemessen sein. Die Zeichengröße und der Zeilenabstand müssen auf dem Bildschirm individuell eingestellt werden können.
- Das auf dem Bildschirm dargestellte Bild muss flimmerfrei sein. Das Bild darf keine Verzerrungen aufweisen.
- Die Helligkeit der Bildschirmanzeige und der Kontrast der Text- und Grafikdarstellungen auf dem Bildschirm müssen von den Beschäftigten einfach eingestellt werden können. Sie müssen den Verhältnissen der Arbeitsumgebung individuell angepasst werden können.
- Bildschirmgröße und -form müssen der Arbeitsaufgabe angemessen sein.
- Die von den Bildschirmgeräten ausgehende elektromagnetische Strahlung muss so niedrig gehalten werden, dass die Sicherheit und die Gesundheit der Beschäftigten nicht gefährdet werden.
- Tastaturen müssen die folgenden Eigenschaften aufweisen:
 1. sie müssen vom Bildschirm getrennte Einheiten sein,
 2. sie müssen neigbar sein,
 3. die Oberflächen müssen reflexionsarm sein,
 4. die Form und der Anschlag der Tasten müssen den Arbeitsaufgaben angemessen sein und eine ergonomische Bedienung ermöglichen,

5. die Beschriftung der Tasten muss sich vom Untergrund deutlich abheben und bei normaler Arbeitshaltung gut lesbar sein.
- Alternative Eingabemittel (zum Beispiel Eingabe über den Bildschirm, Spracheingabe, Scanner) dürfen nur eingesetzt werden, wenn dadurch die Arbeitsaufgaben leichter ausgeführt werden können und keine zusätzlichen Belastungen für die Beschäftigten entstehen.
 - Größe, Form und Gewicht tragbarer Bildschirmgeräte müssen der Arbeitsaufgabe entsprechend angemessen sein.
 - Tragbare Bildschirmgeräte ohne Trennung zwischen Bildschirm und externem Eingabemittel (insbesondere Geräte ohne Tastatur) dürfen nur an Arbeitsplätzen betrieben werden, an denen die Geräte nur kurzzeitig verwendet werden oder an denen die Arbeitsaufgaben mit keinen anderen Bildschirmgeräten ausgeführt werden können.
 - Tragbare Bildschirmgeräte mit alternativen Eingabemitteln sind den Arbeitsaufgaben angemessen und mit dem Ziel einer optimalen Entlastung der Beschäftigten zu betreiben.
 - Die Bildschirmgeräte und die Software müssen entsprechend den Kenntnissen und Erfahrungen der Beschäftigten im Hinblick auf die jeweilige Arbeitsaufgabe angepasst werden können.
 - Das Softwaresystem muss den Beschäftigten Angaben über die jeweiligen Dialogabläufe machen.
 - Die Bildschirmgeräte und die Software müssen es den Beschäftigten ermöglichen, die Dialogabläufe zu beeinflussen. Sie müssen eventuelle Fehler bei der Handhabung beschreiben und eine Fehlerbeseitigung mit begrenztem Arbeitsaufwand erlauben.

Generelle Richtlinien für den Bildschirmarbeitsplatz bei Telearbeit

- Der Arbeitsplatz sollte grundsätzlich ergonomisch sein.
- Das Arbeitszimmer beträgt die ideale Raumtemperatur ca. 22 ° C. Zudem sollte für ausreichend Frischluft regelmäßig gelüftet werden.
- Der Bildschirm sollte auf 400 bis 600 Lux eingestellt werden. Viel Tageslicht ist künstlichem Licht vorzuziehen.
- Für den Schreibtischstuhl gilt:
 - Sitzhöhe entspricht Kniekehlenhöhe
- Fester Kontakt zur Rückenlehne und mindestens zwei Finger breit Platz von der Sitzvorderkante zur Kniekehle.
 - Armauflage entspricht der Ellenbogenhöhe über der Sitzfläche.
 - Rückenlehne stützt den Rücken und macht jede Bewegung mit.
- Für den Schreibtisch gilt:
 - Besitzt mindestens eine Höhe von 72 cm.
 - Die Arbeitsflächengröße beträgt 160 x 80 cm.
 - Ausreichende Beinfreiheit ist vorhanden.
 - Tisch und Monitor besitzen eine reflexionsarme Oberfläche.

Die Stabsstelle Arbeitssicherheit steht für Fragen und zur Beratung zur Verfügung:
<https://tu-freiberg.de/zuv/arbeitssicherheit>

3. Hinweise zum gesetzlichen Unfallschutz

Der allgemeine Schutz der Beschäftigten über die gesetzliche Unfallversicherung bezieht sich auf Arbeitsunfälle und Berufskrankheiten.

Es wird darauf hingewiesen, dass die Rechtsprechung einen engen Zusammenhang zur versicherten Tätigkeit und betrieblichen Ablauforganisation verlangt, um den gesetzlichen Unfallschutz zu begründen.

Im Rahmen von mobiler Arbeit können sich besondere Abgrenzungsfragen im Hinblick auf versicherter betrieblicher Tätigkeit und nichtversicherter Verrichtung privater Angelegenheiten ergeben. Problematisch können neben Wegeunfällen auch solche im Zusammenhang mit eigenwirtschaftlichen Interessen wie der Nahrungsaufnahme werden.

Die Feststellung, ob im Einzelfall die Voraussetzungen für einen Arbeits- oder Wegeunfall vorliegen, obliegt dem zuständigen Unfallversicherungsträger.

Von diesem Merkblatt habe ich Kenntnis genommen und eine Ausfertigung erhalten.

Freiberg, den

.....

Beschäftigter