

Maßnahmen für ein angenehmes Klima

Am Arbeitsplatz kann ein unangenehmes Raumklima herrschen: es ist zu kalt oder viel zu heiß, manchmal zieht es oder es ist stickig. Ein angenehmes, Ihren Bedürfnissen entsprechendes, Klima hat eine positive Wirkung auf Gesundheit, Leistung und Wohlbefinden. Grundsätzlich gilt: Eine Raumtemperatur von 20 – 24°C wird von vielen Menschen als angenehm empfunden. Prüfen Sie, ob die Temperatur an Ihrem Arbeitsplatz in diesem Bereich liegt.

Folgende Maßnahmen können Sie ergreifen, um auf der Arbeit nicht mehr zu frieren oder Hitze ausgesetzt zu sein:

Es ist zu **heiß**

- Regelmäßiges Lüften: querlüften (Öffnen von gegenüberliegenden Fenstern und Türen, sodass kurzzeitig „Durchzug“ herrscht)
- Planen Sie ausreichend viele kurze Pausen zur Erholung ein
Nutzen Sie bereitgestellte Hilfsmittel und Lüftungsanlagen (z. B. Ventilatoren, Tischventilatoren, Lüftungen, mobile Klimaanlage)
- Schirmen Sie Sonneneinstrahlung durch Jalousien, Vorhänge, Rollos ab

Es ist zu **stickig**

- Lüften Sie regelmäßig
- Bevorzugen Sie Querlüftung

Es ist zu **kalt**

- heizen Sie (und sprechen Sie gegebenenfalls mit Ihren Kollegen und Kolleginnen eine Raumtemperatur ab, die für alle angenehm ist)
- Stellen Sie die Lufttemperatur nicht kälter als notwendig ein
- Planen Sie Pausenzeiten zum Aufwärmen ein
- Nutzen Sie gegebenenfalls Wärme- oder Heizstrahler
- Tauschen Sie den Arbeitsplatz mit jemandem, der weniger kälteempfindlich ist und näher an der Heizung sitzt

Haben Sie eine persönliche Schutzausrüstung gegen Kälte: in manchen Arbeitsbereichen ist eine professionelle Schutzausrüstung vorgeschrieben. Aber auch außerhalb dieser Bereiche können Sie sich eine „Schutzausrüstung“ zusammenstellen und immer am Arbeitsplatz bereitliegen haben: einen dicken Pullover, eine Leggings oder lange Unterhose, sowie ein zweites Paar Socken.

Es **zieht**

- Schauen Sie, woher die kalte Zugluft kommt. Typische Quellen sind Fugen und Ritzen an Fenstern und Türen.
- Dichten Sie diese ab mit Handtüchern oder entsprechenden Vorlegern



- Melden Sie die Zugluftquelle Ihrer Führungskraft (oder anderen Ansprechpartnern in der Organisation), damit sie abgedichtet wird.

Ich arbeite im **Kältebereich**

- Nutzen Sie Pausenzeiten, um sich aufzuwärmen
- Planen Sie ausreichend viele Aufwärmepausen ein und besprechen Sie diese gegebenenfalls mit Ihrer Führungskraft
- Nutzen Sie bereitgestellte Vorrichtungen wie Trocken- und Wärmeschränke, sowie Aufwärmräume, um sich selbst aufzuwärmen und Ihre Arbeitskleidung zu trocknen und vorzuwärmen (in bestimmten Bereichen verlangt der Gesetzgeber solche Vorrichtungen zum Schutz der Mitarbeitenden)
- Vermeiden Sie den direkten Hautkontakt zu kalten Oberflächen (z. B. Schutzhandschuhe tragen)

Quelle: angelehnt an:

Bundesanstalt für Arbeitsschutz und Arbeitsmedizin (BAuA), Hrsg., 2019. Gefährdungsfaktoren: Ein Ratgeber; Dortmund, Abgerufen am 30.01.2020, von www.baua.de/gefaehrungsfaktoren

Bundesanstalt für Arbeitsschutz und Arbeitsmedizin (BAuA). Klima am Arbeitsplatz. Empfehlungen für ein sicheres und gesundes Klima in der Arbeitswelt. Abgerufen am 19.03.2020 von https://www.baua.de/DE/Themen/Arbeitsgestaltung-im-Betrieb/Physikalische-Faktoren-und-Arbeitsumgebung/Klima-am-Arbeitsplatz/_functions/BereichsPublikationssuche_Formular.html?nn=8630236.