



IK-system for Landbrukstjenester Sør SA

Sjekkliste for kontorarbeidsplassen

Dato utarbeidet: 4.9.14

Dato revidert:

Selve arbeidet: Hva skal gjøres på kontorarbeidsplassen? Hvor mange timer om dagen? Mye besøk? Plassbehov?

Lokaler

- Størrelse
- Ventilasjon
- Planter
- Orden og renhold

Lys

- Blending og reflekser
- Nok lys?
- Vinduer og dagslys
 - Plassering av arbeidsplassen i rommet
 - Lysavskjerming
- Allmennbelysning
 - Nedoverrettet
 - Uplight
 - Plassering i forhold til arbeidsplassen
- Plassbelysning
 - Lysstyrke
 - Bordlampe eller annet? Hva slags?
 - Plassering (høyre/venstre)

Lyd

- En eller flere på kontoret?
- Telefoner, småsnakk og andre forstyrrelser



- Akustikk og etterklang

Skrivebordet

- Størrelse
- Bue, utforming
- Høyderegulering
 - Manuell
 - Elektrisk sitte/stå

Stolen

- Mekanisme/bevegelse
- Utforming av sete og rygg
- Stoff og stopping
- Bruk innstillingsmulighetene!
 - Høyde
 - Avstand mellom sete og rygg
 - Høyde på ryggstøtte
 - Fjæringsmotstand
 - Armlener

Datautstyret

- Skjermkvalitet
 - Lysstyrke og kontrast
 - Pekerhastighet
- Mus
 - Vanlig mus
 - Rollermouse/MouseTrapper