



דף תפוצה
ת - 94

המיוסד לבטיחות ולגיהות
מרכז מידע

המלצות ארגונומיות

לעמדת עבודה

ממוחשבת

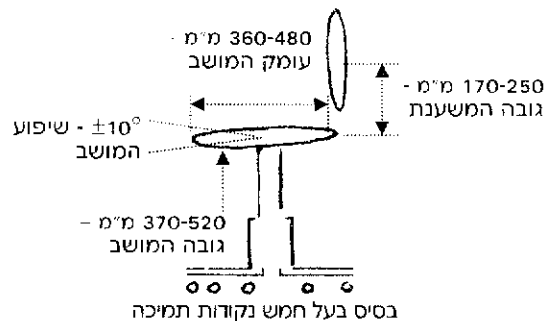




המלצות ארגונומיות לעמדת עבודה ממוחשבת

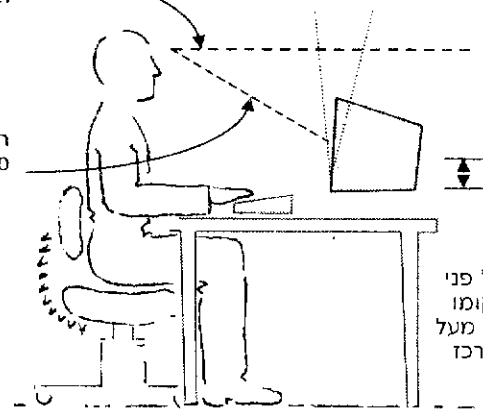


תנאי בטיחות ונוחות עבור עבודה מול מחשב תלויים בגורמים רבים. החשובים ביניהם הם בחירה נכונה של ציוד עמדת העבודה (בעיקר, שולחן העבודה והכסא), ומיקום נכון שלו ושל מרכיבי המחשב (בעיקר, הצג והמקלדת) אחד כלפי השני. יש לקחת בחשבון את המלצות המומחים בתחום ארגונומיה והנדסת אנוש. ביצוע המלצות אלו, תוך התייחסות ראויה לעדיפויות אישיות של עובדי המחשב, יכול לשפר משמעותית את תנאי העבודה ולמנוע עייפות, כאבי גב, ידיים, עיניים, צוואר וחלקי גוף אחרים.



זווית הראיה: מ- 10° עד 30° בין קו האופק לבין הכיוון למרכז המסך
 שיפוע המסך: מ- 5° (קדימה) עד 15° (אחורה)

המרחק בין העין לבין המסך 800 450 מ"מ



רוחב השולחן - 1200 מ"מ לעבודת מחשב בלבד; 1500 מ"מ לעבודה שכוללת גם פעילויות משרד



האיורים והנתונים בדף התפוצה הזה מבוססים על מידע הלקוח מתוך ההנחיות על שימוש במחשבים במקומות עבודה שהתפרסמו בניו-זילנד: ("Approved Code of Practice for the Use of Visual Display Units in the Place of Work").

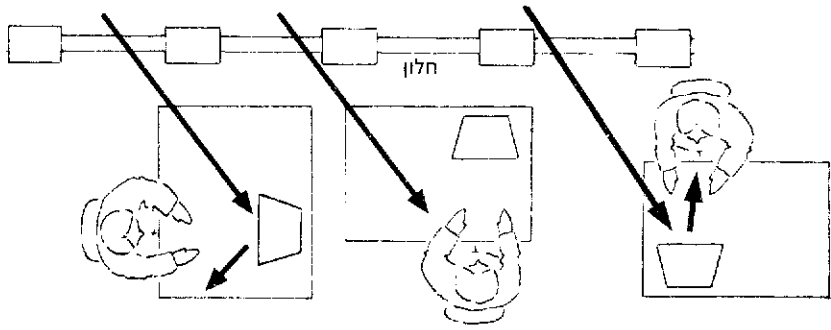




המלצות ארגונומיות לעמדת עבודה ממוחשבת



לעתים קרובות, ניתן לשפר באופן משמעותי את תנאי העבודה מול מחשב באמצעות מיקום נכון של עמדת העבודה ביחס למקורות האור בחדר – חלונות וגופי תאורה. להלן כמה המלצות המיועדות למניעת סנוור או/ו החזרת אור.



מומלץ
קו הראיה מקביל לחלונת

לא מומלץ
אור מסנוור בשדה הראיה

לא מומלץ
החזרות האור נראות על המסך

