

OBSAH

| | | |
|---------|---|----|
| | ÚVOD | 3 |
| 1 | VLIV PRÁCE V KANCELÁŘI NA ZDRAVÍ | 3 |
| 2 | DOTAZNÍK | 4 |
| 3 | ŘEŠENÍ PRACOVISTĚ | 4 |
| 3.1 | Výběr vhodné místnosti | 4 |
| 3.1.2 | Místnosti bez denního osvětlení | 4 |
| 3.2 | Osvětlení | 4 |
| 3.2.1 | Denní osvětlení | 5 |
| 3.2.2 | Sdružené osvětlení | 6 |
| 3.2.3 | Umělé osvětlení | 6 |
| 3.2.4 | Jasy | 6 |
| 3.3 | Mikroklima | 7 |
| 3.4 | Hluk a vibrace | 7 |
| 3.5 | Prostorové řešení a zařízení kanceláře vybavené počítačem | 9 |
| 3.5.1 | Pracovní stůl | 9 |
| 3.5.2 | Pracovní sedadla | 10 |
| 3.5.3 | Řešení pracovního místa | 11 |
| 3.5.3.1 | Monitor | 11 |
| 3.5.3.2 | Počítač | 11 |
| 3.5.3.3 | Držák tiskovin | 11 |
| 3.5.3.4 | Klávesnice | 12 |
| 3.5.3.5 | Myš | 12 |
| 3.5.3.6 | Tiskárna | 12 |
| 3.6 | Barevné řešení pracoviště | 13 |
| 4 | ZÁŘENÍ | 13 |
| 5 | ZÁVADY ZOBRAZENÍ | 14 |
| 6 | REŽIM PRÁCE A ODPOČINKU | 14 |
| 7 | POŘÁDEK NA PRACOVISTI | 16 |
| 8 | ZÁVĚR | 16 |
| | PŘÍLOHA: DOTAZNÍK | 18 |