



# FAKTA OM VARME, KULDE OG TRÆK

## DET SIGER LOVEN

- *Om varme og kulde:*
    - Under normale klimaforhold bør temperaturen inden døre være 20-22 grader ved stillesiddende arbejde og må ikke overstige 25 grader
    - Ved stillesiddende og stillestående arbejde eller ved arbejde med lille fysisk anstrengelse bør temperaturen ikke komme under 18 grader
    - Ved arbejde med begrænset fysisk anstrengelse bør temperaturen ikke komme under 15 grader. Ved arbejde i lagerområder, varemottagelse eller støttelager kan temperaturer ned til ca. 10 grader accepteres, såfremt det er kortvarigt arbejde
    - Temperaturen hen over en arbejdsdag skal helst være forholdsvis konstant. Det vil føles ubehageligt med temperaturændringer henover dagen på over 4 grader
    - Ved midlertidigt høje udendørs temperaturer, fx ved hedebløge, må det accepteres, at temperaturen i butikken ikke kan holdes under 25 grader
      - Hvis temperaturen er over 32 grader på arbejdspladsen og luftfugtigheden 40-60 %, skal de ansatte med fysisk arbejde have passende pauser fra arbejdet i de varme lokaler
  - Er der højere luftfugtighed, skal de ansatte tilbydes pauser fra det pågældende arbejde. Pausen skal kunne ske ved en lavere temperatur end 32 grader.
  - I visse områder, hvor fx veterinære myndigheder kræver lavere temperaturer end ovennævnte, vil en acceptabel temperatur være den højeste temperatur, som myndighederne har tilladt
  - Ved produktion og opbevaring af varer, som kræver særlig lav temperatur, skal de ansatte, som arbejder dér, sikres mod gener som følge af kulden – fx ved at anvende særligt arbejdstøj
- *Om træk og ventilation:*
    - For at opnå en behagelig rumtemperatur er det afgørende, at der ikke er store udsving i temperaturen. Retningslinjerne er, at der højst bør være en forskel i temperaturen på 3-4 grader mellem hoved og fod
    - Temperaturreguleringen skal ske på en sådan måde, at de ansatte ikke udsættes for træk eller kuldestråling. Ved en temperatur på 21 grader bør den gennemsnitlige lufthastighed være under 0,15 m/s. Er temperaturen 24 grader eller derover, kan højere lufthastighed accepteres

## LOVGRUNDLAG

Arbejdsministeriets bekendtgørelse nr. 96 af 13. februar 2001 med senere ændringer om faste arbejdssteders indretning: § 31, § 32 og § 34 [Find den på bfahandel.dk/50003](http://bfahandel.dk/50003)

## GODT AT VIDE

- Tilpasning af reguleringsmulighederne, opmærksomhed på varme- og kuldekilder samt passende påklædning kan bidrage til, at temperaturen bliver passende
- Sørg for at undgå unødigt kulde og træk, fx ved at lukke døre og porte efter brug og ikke have åbenstående vinduer i nærheden af arbejdsstedet
- Sørg for at undgå unødigt varmepåvirkning – Sluk fx spots, når I arbejder tæt på lyskilderne
- Gener fra kuldenedfald og kuldestrålinger kan imødegås ved fx at øge opvarmningen i arbejdsområdet, tilpasning af ventilationssystemet, bedre isolering af døre og vinduer, hvis muligt flytte eller skærme faste arbejdspladser af fra kuldepåvirkningen
- Gener fra varme kan imødegås fx gennem solafskærmning, mindre varmeafgivende lyskilder samt ved at tilpasse varmesystemet/ventilationen
- Brug mulighederne for variation af arbejdsopgaver – Variér fx mellem at fylde varer op i kolde omgivelser med opgaver, hvor man ikke udsættes for kuldepåvirkninger
- Ved ny- og ombygning så indtænk fx placering af døre- og vinduespartier i forhold til faste arbejdspladser, korrekt dimensionering af varme- og ventilationssystem samt tilvalg af lyskilder, der afgiver mindre varme

## LÆS MERE OM EMNET

### FRA BFA HANDEL

Branchevejledning Indeklima i detailhandlen

[Find den på bfahandel.dk/50008](http://bfahandel.dk/50008)

Små lagre – Branchevejledning om arbejdsmiljø på små lagre

[Find den på bfahandel.dk/50009](http://bfahandel.dk/50009)

### FRA ARBEJDSTILSYNET

Vejledning A.1.2 om Indeklima

[Find den på bfahandel.dk/50004](http://bfahandel.dk/50004)

Vejledning A.1.9 om Faste arbejdssteders indretning

[Find den på bfahandel.dk/50005](http://bfahandel.dk/50005)

Vejledning A.1.11 om Arbejdsrum på faste arbejdssteders indretning

[Find den på bfahandel.dk/50006](http://bfahandel.dk/50006)

Vejledning A.1.12 om Temperatur i arbejdsrum på faste arbejdssteders indretning

[Find den på bfahandel.dk/50007](http://bfahandel.dk/50007)