

Übung 12: Hilfsmittel, Ergonomie & Umwelt

Kontrollfragen

1. Was bedeutet Barrierefreiheit?
2. Nenne zwei Hilfsmittel für sehbehinderte Menschen.
3. Was ist Spracherkennungssoftware?
4. Warum sind Untertitel wichtig?
5. Was bedeutet Ergonomie?
6. Warum ist die richtige Sitzhaltung wichtig?
7. Wie groß sollte der Abstand zum Bildschirm sein?
8. Warum sind Pausen wichtig?
9. Was ist RSI?
10. Warum sollte der Bildschirm seitlich zum Fenster stehen?
11. Welche Raumtemperatur ist ideal?
12. Warum ist Energiesparen wichtig?
13. Was versteht man unter Recycling?
14. Warum sollte man Geräte ausschalten statt Standby?
15. Welche Folgen kann schlechte Ergonomie haben?
16. Warum sind ergonomische Mäuse sinnvoll?
17. Wie kann man die Augen entlasten?
18. Warum ist Elektroschrott problematisch?
19. Wie kann man nachhaltig mit Technik umgehen?
20. Warum ist Barrierefreiheit gesellschaftlich wichtig?

Kontrollfragen mit Antworten

1. Was bedeutet Barrierefreiheit?

Barrierefreiheit bedeutet, dass Produkte, Technologien und Informationen so gestaltet sind, dass sie von allen Menschen genutzt werden können, auch von Personen mit körperlichen Einschränkungen.

2. Nenne zwei Hilfsmittel für sehbehinderte Menschen.

Beispiele sind Bildschirmleseprogramme, die Texte vorlesen, oder Bildschirmvergrößerungsprogramme.

3. Was ist Spracherkennungssoftware?

Spracherkennungssoftware wandelt gesprochene Sprache in Text oder Befehle um, sodass ein Computer per Sprache gesteuert werden kann.

4. Warum sind Untertitel wichtig?

Untertitel helfen gehörlosen oder schwerhörigen Menschen, gesprochene Inhalte in Videos oder Filmen zu verstehen.

5. Was bedeutet Ergonomie?

Ergonomie beschreibt die Anpassung von Arbeitsplätzen, Geräten und Arbeitsbedingungen an den Menschen, um gesundes und effizientes Arbeiten zu ermöglichen.

6. Warum ist die richtige Sitzhaltung wichtig?

Eine gute Sitzhaltung verhindert Rücken- und Nackenprobleme und sorgt für eine gesunde Belastung des Körpers.

7. Wie groß sollte der Abstand zum Bildschirm sein?

Der empfohlene Abstand zum Bildschirm beträgt etwa 50 bis 80 Zentimeter.

8. Warum sind Pausen wichtig?

Regelmäßige Pausen entlasten Augen, Muskeln und Konzentration und helfen, gesundheitliche Probleme zu vermeiden.

9. Was ist RSI?

RSI (Repetitive Strain Injury) ist eine Überlastung von Muskeln und Sehnen durch häufig wiederholte Bewegungen, zum Beispiel bei intensiver Maus- oder Tastaturnutzung.

10. Warum sollte der Bildschirm seitlich zum Fenster stehen?

So wird verhindert, dass Blendungen oder Spiegelungen durch Sonnenlicht auf dem Bildschirm entstehen.

11. Welche Raumtemperatur ist ideal?

Eine Raumtemperatur von etwa 21 bis 22 Grad Celsius gilt als angenehm und fördert konzentriertes Arbeiten.

12. Warum ist Energiesparen wichtig?

Energiesparen reduziert Stromverbrauch, senkt Kosten und schont Umwelt und Ressourcen.

13. Was versteht man unter Recycling?

Recycling bedeutet, Materialien wiederzuverwenden und aufzubereiten, um neue Produkte daraus herzustellen.

14. Warum sollte man Geräte ausschalten statt Standby?

Im Standby-Modus verbrauchen Geräte weiterhin Strom, während sie im ausgeschalteten Zustand keine Energie verbrauchen.

15. Welche Folgen kann schlechte Ergonomie haben?

Schlechte Ergonomie kann zu Rücken-, Nacken- oder Augenproblemen sowie zu langfristigen gesundheitlichen Beschwerden führen.

16. Warum sind ergonomische Mäuse sinnvoll?

Ergonomische Mäuse unterstützen eine natürliche Handhaltung und können Überlastungen der Hand und des Handgelenks reduzieren.

17. Wie kann man die Augen entlasten?

Durch regelmäßige Pausen, ausreichenden Abstand zum Bildschirm und das gelegentliche Fokussieren auf entfernte Objekte.

18. Warum ist Elektroschrott problematisch?

Elektroschrott enthält oft Schadstoffe und wertvolle Rohstoffe. Wenn er nicht richtig entsorgt wird, kann er Umwelt und Gesundheit schädigen.

19. Wie kann man nachhaltig mit Technik umgehen?

Indem man Geräte länger nutzt, repariert, energieeffizient verwendet und alte Geräte fachgerecht recycelt.

20. Warum ist Barrierefreiheit gesellschaftlich wichtig?

Barrierefreiheit ermöglicht allen Menschen gleichberechtigten Zugang zu Informationen, Technik und gesellschaftlicher Teilhabe.