

# Krav til dagslys og utsyn

**Alle arbeidsplasser skal ha dagslys og utsyn. Noen ganger kan kravet være vanskelig å forene med funksjonen og energibruken til bygget, men er like fullt et klart krav.**

Kravet kan by på utfordringer ved planlegging av bygg som skal inneholde kontorarbeidsplasser, kjøpesenter, butikklokaler, skoler, bilvaskelokaler mv. Det kan også komme i konflikt med målet om å spare energi, minske varmetap og unngå for mye solvarme.

Forskriftskravet om dagslys og utsyn er uansett hovedregelen ved søknad om Arbeidstilsynets samtykke ved nybygg og ombygging. Unntak må begrunnes (se under).

## Hvorfor er det krav om dagslys og utsyn på arbeidsplassen?

- Dagslys er nødvendig for å holde oss våkne, opplagte og friske. Utsyn er nødvendig for å orientere oss i omgivelsene.
- Dagslys fremmer vekst og utvikling. Det påvirker den biologiske klokka som styrer døgnrytme, hormonsvingninger, energibalanse og en rekke kroppsfunksjoner.
- Dagslys fremmer læring og læringsmiljø.
- Godt dagslys om dagen gir bedre søvnkvalitet om natten.
- Kunstig belysning kan i praksis ikke erstatte dagslys siden lysspekteret ikke greier å imitere dagslyset godt nok til å ivareta de fysiologiske behovene.

## Byggteknisk forskrift konkretiserer kravene

Byggteknisk forskrift stiller krav til dagslys og utsyn. Veiledningen til forskriften sier blant annet at i «byggverk for publikum og arbeidsbygning vil i tillegg alle arbeidsrom og publikumsrom være rom for varig opphold. Arbeidsrom og spiserom i arbeidslokaler skal ha tilfredsstillende dagslys når ikke hensynet til oppholds- og arbeidssituasjonen tilsier noe annet.»

Videre sier veiledningen at «krav til dagslys kan verifiseres enten ved beregning som bekrefter at gjennomsnittlig dagslysfaktor i rommet er minimum 2 %, eller ved at rommets dagslysflate utgjør minimum 10 % av bruksarealet».

Arbeidstilsynet forvalter ikke byggteknisk forskrift. Hvis Arbeidstilsynet behandler søknader hvor det er usikkerhet omkring kravet til dagslys og utsyn ifølge arbeidsplassforskriften § 2-10, kan søkeren likevel dokumentere at kravet er oppfylt. Da må søker vise at løsningen tilfredsstiller kravene i byggteknisk forskrift (TEK) som gjelder på søknadstidspunktet. Dette kan for eksempel gjelde tilfeller der avstanden fra arbeidsplassen til fasaden virker stor.

Merk at vindusflater som skal ivareta kravet til dagslys og utsyn, ikke skal tildekkes med innredning, reklame eller liknende. I så fall vil kravet til dagslys og utsyn ikke lenger være ivaretatt.

## Unntak i regelverket

Arbeidsplassforskriften gir unntak for helt spesielle tilfeller. Den sier at lokaler uten dagslys og utsyn kan benyttes som arbeidsplass

- når arbeidsplassen av tekniske eller sikkerhetsmessige grunner må ligge under jorda. Unntaket kan brukes når arbeidsplassen etter en konkret vurdering må ligge under jorda av grunner nevnt i forskriften. I praksis gjelder dette svært få tilfeller.
- når arbeidets art tilsier det. Unntaket referer til typen arbeid og de konkrete arbeidsoppgavene. Det er en naturlig konsekvens av at et fåtall typer arbeid må utføres uten tilgang til dagslys og utsyn, for eksempel gruvearbeid eller andre anlegg i fjell.
- når lokalets størrelse eller tiden arbeidstakeren oppholder seg der gjør det forsvarlig. Unntaket omfatter
  - når lokalets størrelse kan gjøre at det ikke stilles krav om at alle arbeidsplasser skal ha fullt dagslys og utsyn, for eksempel industribygg med store, åpne rom
  - når arbeidstaker(ne) oppholder seg ved arbeidsplassen i svært kort tid. Kommentardelen til bestemmelsen i forskriften sier at «for midlertidige og skiftende arbeidsplasser stilles det ikke krav om dagslys og utsyn, det vil si at kortvarige, daglige arbeidsoperasjoner eller midlertidig arbeid i rom som ikke oppfyller kravene, vil kunne godtas.»
- når ombygging av eksisterende arbeidslokaler medfører store ulemper og vesentlige omkostninger. Ifølge kommentardelen til forskriften regnes for eksempel innsetting av vinduer i eksisterende arbeidsrom over jord, ikke som et tiltak som vil kunne sies å medføre store omkostninger eller ulemper. Søker må i så fall dokumentere at det gir helt spesielle bygningsmessige problemer.

Spiserom skal om mulig ha dagslys og utsyn.

## Ikke unntak for funksjon og energi

Målet om å spare energi gjør at mange bygg planlegges med liten ytre overflate, stort volum og begrenset vindusareal. Dette for å minske varmetap og unngå for mye solvarme. En slik utforming fører imidlertid ofte til lang avstand til vinduene og lite dagslys i de indre delene av lokalene. Hensynet til funksjon og energi gir derfor ikke unntak fra kravene.

## Regelverk om dagslys og utsyn

- Krav om dagslys og utsyn: [Arbeidsplassforskriften § 2-10](#) med kommentarer
  - Generelle krav til arbeidsmiljø: [Arbeidsmiljøloven §§ 4-1 første ledd og 4-4 første ledd](#)
- 
-