

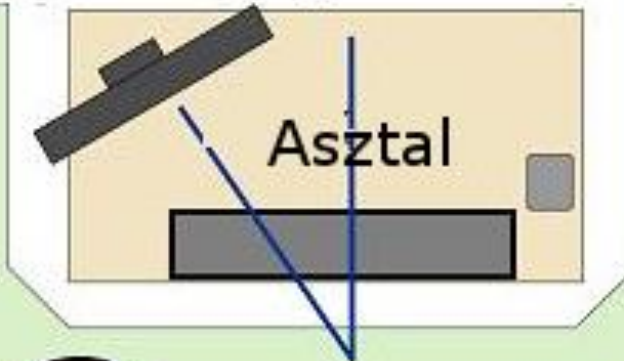
Egészséges számítógép-használat

Összeállította:
Kiss István tanárjelölt
Debreceni Egyetem
2016.

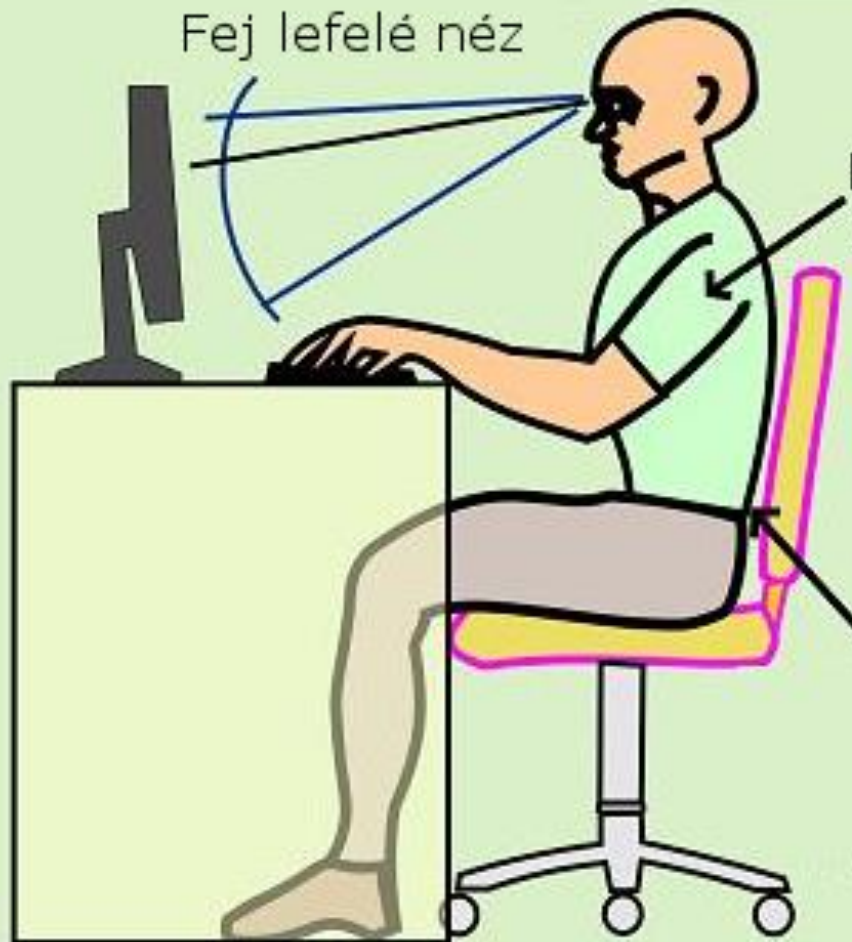


Monitor és billentyűzet nincs egy vonalban

ROSSZ



Fej lefelé néz



Billentyűzet túl magasan - váll nem pihen

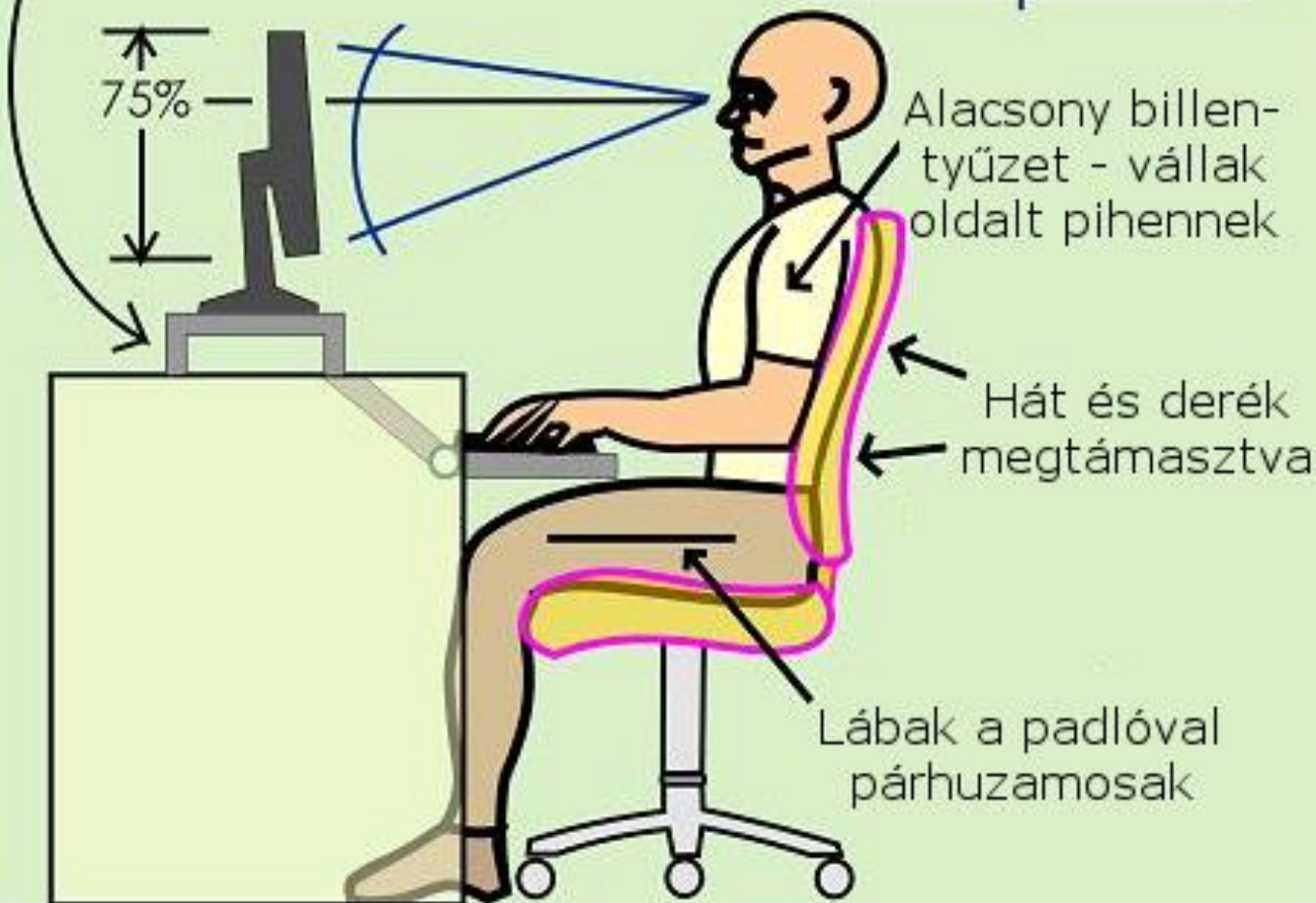
Derék nincs megtámasztva

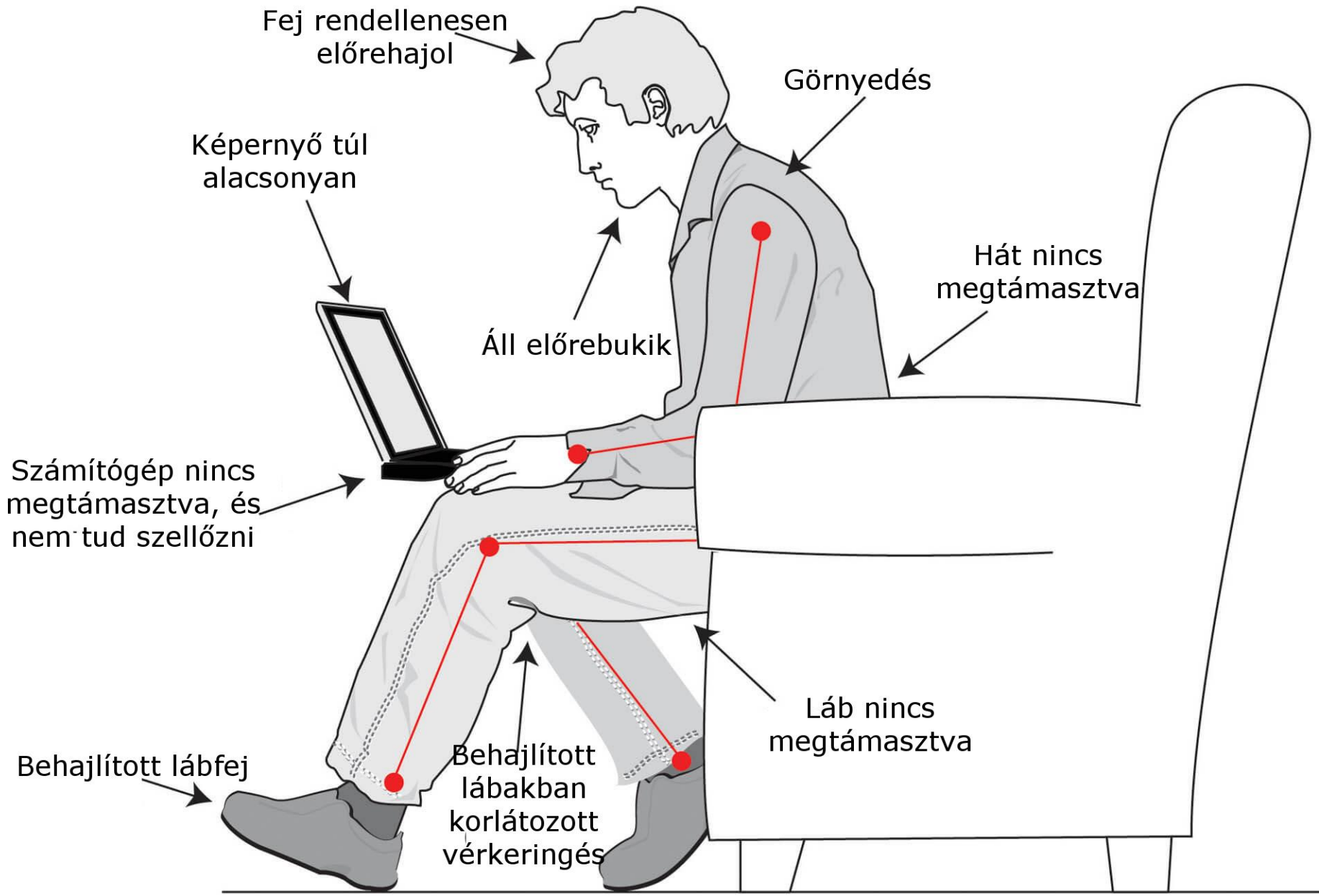
Jó

Monitor és billentyűzet egy vonalban

Szem a monitor
75%-ának
magasságában

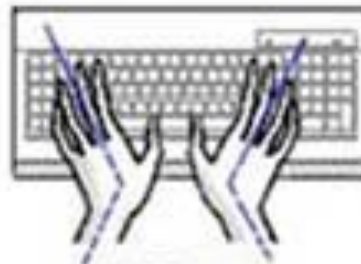
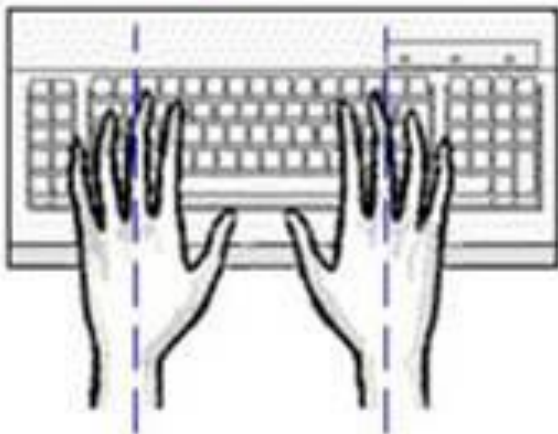
75%



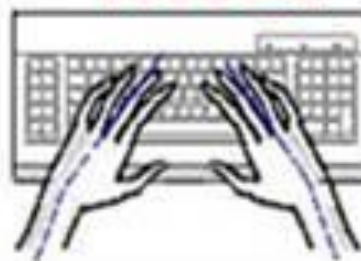


Kéztartás

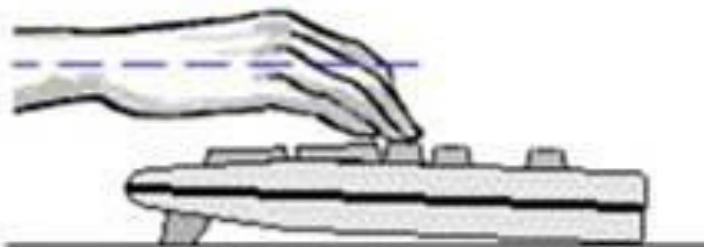
Helyes



Rossz



Helyes



Rossz





Képforrásjegyzék

- <http://i.imgur.com/cTu1U.gif>
- <http://askdrbruce.net/wp-content/uploads/2014/10/image1.jpg>
- <https://www.gentlemansgazette.com/wp-content/uploads/2015/10/The-importance-of-a-proper-chair-at-work.jpg>
- <https://myphysiocare.files.wordpress.com/2014/02/picture2.jpg>
- <https://www.usanotebook.hu/termek/Lenovo-Preferred-Pro-USB-Keybaord-US-11234A.jpg>
- <https://marking.hu/media/catalog/product/3/2/32619aa.jpg>