

ĆWICZENIA PRZY BIURKU

nie tylko dla najmłodszych....

OBEJRZYJ animację: <https://www.youtube.com/watch?v=Yg-X6tbdxAo>

WZOROWE STANOWISKO PRACY PRZY KOMPUTERZE



POMIESZCZENIE

- stonowane kolory ścian
- tło za monitorem nie powinno być zbyt jasne

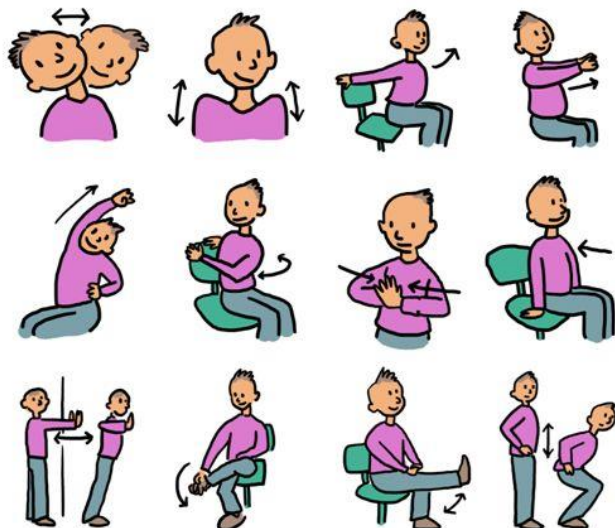
OŚWIETLENIE

- sztuczne oświetlenie umieszczone w ten sposób, by zapobiec jego odbiciu na ekranie
- światło słoneczne nie powinno padać z tyłu

MONITOR

- niska emisja promieniowania i inne parametry zgodne z certyfikatem TCO
- częstotliwość odświeżania pionowego pow. 85 Hz
- warstwa antyrefleksyjna

Gdy siedzę przy komputerze zbyt długo... cz.II – ćwiczenia przy biurku



Staś i Zosia
w szkole





Źródło: Internet