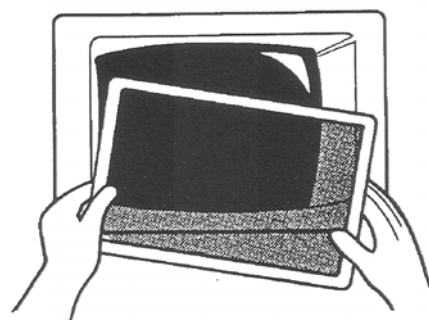
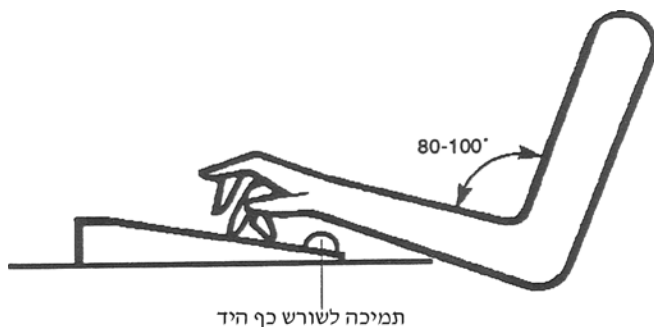


## צגי מחשב

- צגי מחשב משווקים במיגוון מאפיינים מובנים, ו/או מאפיינים שאותם ניתן להוסיף. השתמשו בכיוונונים הקיימים.
- נטרלו סינוור שיוצרות מנורות, חפצים מבריקים או אור הבוקע מחלונות. כאשר ניתן לזהות הקרנה על הצג - השתמשו במסנן רשת או תרסיס נגד סינוור. מלאו אחר הוראות היצרן.
- כווננו את גובה הכיסא, מישטח העבודה והמקלדת בהתאמה לגופכם.
- הציבו את המקלדת למצב הקלדה: שתי הידיים צריכות להימצא במקביל לצידי הגוף.
- הציבו את המקלדת למצב הקלדת נתונים (הקלדה ביד אחת): מול היד המקלידה. השאירו מקום פנוי עבור מסמכי מקור וחומרים אחרים הנחוצים לעבודה.
- הזיזו את המקלדת ממקומה מפעם לפעם, כדי לשנות את תנוחת הזרוע והכתף.
- כאשר שורש כף היד נמצא באוויר - השתמשו בתמיכה לשורש כף היד.



- השתמשו במעמד מתכוונן להחזקת מסמכים. הציבו אותו בקירבת הצג ובאותו גובה. כך ניתן למנוע תזוזות מיותרות של הראש ולאפשר מיקוד קל של העיניים.
- העבירו, מדי פעם את המעמד למסמכים מצד אחד של הצג לצד השני, כדי לשנות את תנוחת הראש.
- ודאו שאין רעשים מהמחשב ו/או מהמדפסת.
- נקו את צג המחשב בקביעות. מלאו אחר הוראות היצרן.
- דווחו על בעיות בבקרי המחשב, על הבהובים ועל רעשים היוצרים מיטרד.

- כווננו את הבהירות בצג ואת הניגודיות לנוחיותכם.
- כווננו את גובה הצג כך שקצהו העליון יימצא בגובה העיניים.
- הטו את הצג מעט לאחור. הקפידו שלא ייווצר סינוור על הצג.

