

**Infoblatt: „Bildschirmarbeitsplatz Anordnung und Aufstellung“  
(zu e-OHB 2.13.25.9401)**

Die Bilder machen eine ergonomisch günstige Körperhaltung deutlich.



Achten Sie darauf, dass Sie Ihren Arbeitsplatz wie abgebildet einstellen, um in die abgebildete Körperhaltung gehen zu können.

Wichtig dabei ist, dass Sie mit hängenden Schultern arbeiten, zur Entspannung des Nackenbereichs den Kopf nicht zu weit überstrecken und die Stützfunktion der Rückenlehne nutzen.

**Die Oberkante des Bildschirms ist unterhalb der Augenhöhe!**

**Die Tastatur ist nah am Körper!**

**Die Handballen liegen vor der Tastatur auf!**

Schriftgut / Dokumente können zwischen Bildschirm und Tastatur, oder seitlich der Tastatur gelegt werden.

Für die pro aktive Kundenberatung mit dem Bildschirm, können Sie auch andere, Ihnen angenehme Bildschirmeinstellungen vornehmen- und Körperhaltungen annehmen.

Je nach Bedarf, komme ich nach Abstimmung gerne zu einer Ergonomie- Beratung in Ihren Regionalmarkt / Zentralbereich bzw. in Ihr Team.

Freundliche Grüße

Martin Maurer / Fon 924 07 / E-Mail [martin.maurer@naspa.de](mailto:martin.maurer@naspa.de)