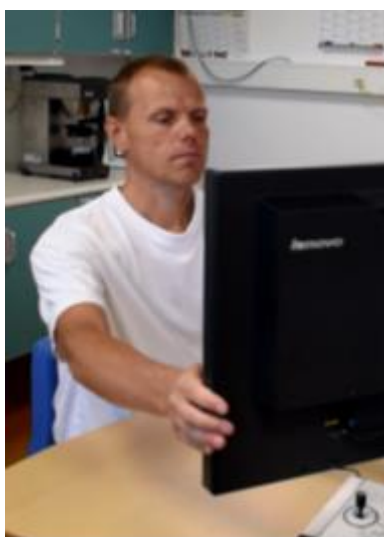
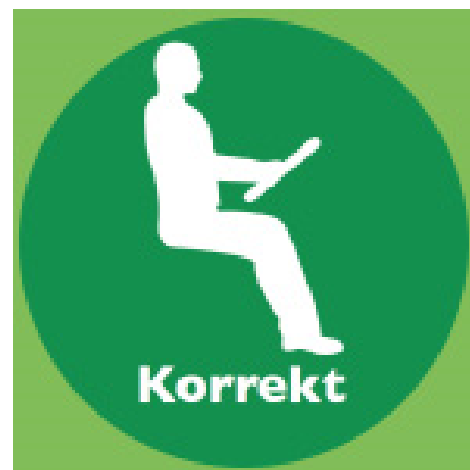


Viden og anbefalinger om arbejdsstillinger findes i filmen "Skærmarbejde", der er målrettet mejeriindustrien.

Filmen kan med fordel anvendes både i arbejdsmiljøorganisationen (AMO) og til information til medarbejderne, bl.a. på inforskærme.

Filmen handler både om forskellige typer af skærmarbejde, brug af udstyr på arbejdspladsen samt god adfærd.

Gode råd findes også i Faktaarket "Skærmarbejde".



Gode råd

- Variér din siddestilling ofte.
- Indstil bordet, så underarme støttes.
- Placer musen tæt på tastaturet.
- Placer skærmen så vrid i nakken undgås.
- Lær indstillingerne på din stol at kende.
- Variér mellem stående og siddende arbejde.
- Undgå reflekser og blændinger fra lys.

Film og faktaark

- [Film om skærmarbejde](#)
- [Faktaarket "Skærmarbejde"](#)