

LEGFŐBB ÉRTÉK AZ EMBER, EZÉRT TARTSA SZEM ELŐTT:

- ▶ egészséges munkakörnyezet
- ▶ munkahely ergonómikus kialakítása
- ▶ óránként 10 perc pihenőidő
- ▶ rendszeres foglalkozás-
egészségügyi vizsgálat
- éleslátás ellenőrzés

Monitor teteje
egy szintben
a szemmel

A szék teljesen
alátámasztja a combot

Lábak 90-110 fokos
szögben behajlítva

Talpak a földön



Vállak semleges
pozícióban

Alkar vízszintes
pozícióban

Derék
megfelelően
megtámasztva

Független Szakszervezetek Demokratikus Ligája
1112 Budapest, Sasadi út 170.
www.liganet.hu

GINOP-5.3.4-16-2017-00031

„Legfőbb érték az ember – munkavédelem a vízellátás, szennyvíz gyűjtése, kezelése, hulladékgazdálkodás, szennyeződésmentesítés nemzetgazdasági ágazatban”

SZÉCHENYI  2020



MAGYARORSZÁG
KORMÁNYA

Európai Unió
Európai Szociális
Alap



BEFEKTETÉS A JÖVŐBE