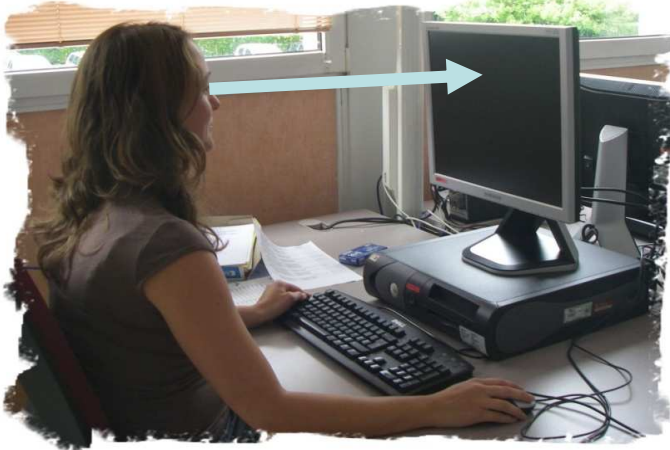


# Le réglage de l'écran

Un écran mal positionné entraîne douleurs aux cervicales et de la fatigue visuelle



Un écran placé trop haut par rapport à la hauteur de la ligne du regard entraîne :

- Une élévation du regard et donc une sécheresse de l'œil
- Une inclinaison de la tête vers l'arrière et donc des douleurs à la nuque et aux cervicales



Positionnez l'écran et le clavier bien face à vous.

Le haut de l'écran est légèrement en-dessous de vos yeux.