

Table des matières

Notre brochure peut contribuer à améliorer votre santé	5
Qu'est-ce que l'ergonomie ?	5
Si vous lisez la brochure, vous connaîtrez une différence	6
Regardez autour de vous	9
Bien voir !	11
Examinons maintenant votre écran et votre clavier	14
Etes-vous contortablement assis ?	17
La séance d'entraînement de l'utilisateur d'ordinateur	19
Vérifiez votre poste de travail	22
Vérifiez la sécurité de votre lieu de travail	24