



IN 3 STAPPEN

INSTELLING VOOR ZITTEND WERKEN



Zet je bureau ongeveer gelijk aan de armlenningen van je stoel



Zorg er nu voor dat je ellebogen in een hoek van 90 tot 110 graden leunen op je bureau



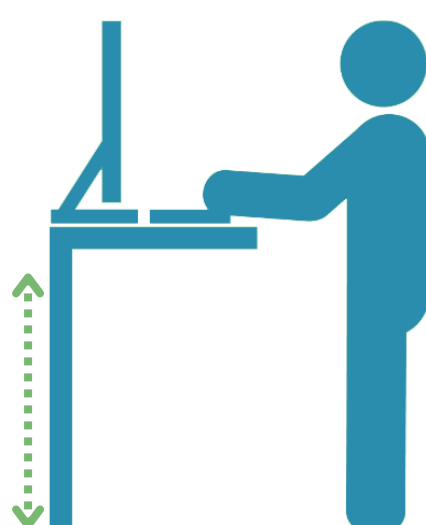
De bovenrand van je monitor moet gelijk zijn als je oog niveau



INSTELLING VOOR STAAND WERKEN



Ga staan en zet je bureau ongeveer op elleboog hoogte



Zorg er nu voor dat je ellebogen in een hoek van 90 tot 110 graden leunen op je bureau



De bovenrand van je monitor moet gelijk zijn als je oog niveau



ERGONOMISCHE BUREAU KOPEN?

[WEBSHOP](#)



SECOND-OFFICE.NL

DE PARTNER IN THUISWERKPLEKKEN