

# CHECKLISTE – COMPUTERSETUP



**movement24**  
Betriebliches Gesundheitsmanagement



- Sehabstand (mind. eine Armlänge)
- Neigung (10-25° nach hinten)
- Höhe (leicht abfallender Blickwinkel)
- Zeichengröße/Auflösung (gute Lesbarkeit)
- Position der Tastatur (5-10cm vor der Tischkante)
- Position der Maus (nah am Körper/Tastatur)