

Quelle: <https://www.arbeitssicherheit.de//document/07048fcd-b51a-4f80-b808-a278aa36c89f>

Bibliografie

Zeitschrift	arbeitssicherheits.journal
Autor	[keine Angabe]
Rubrik	arbeitssicherheit.profil
Referenz	Arbeitssicherheitsjournal 2010, 4 (Heft 2)
Verlag	Carl Heymanns Verlag

Arbeitssicherheitsjournal 2010, 4 Gesunde Bildschirmarbeit

Einfache Übungen für zwischendurch bietet der **Bildschirm-Fitnesstrainer** der Berufsgenossenschaft Energie Textil Elektro. Das Kurzprogramm richtet sich an Büroarbeiter und lässt sich am Schreibtisch durchführen. Die BG ETE stellt zwei Versionen zum kostenlosen Download bereit: Der virtuelle Fitnesstrainer kann von Administratoren als Bildschirmschoner installiert werden. Die zweite Version als ausführbare Datei können alle Nutzer auf ihrem Desktop speichern und manuell starten.

Auch die Schweizerische Unfallversicherungsanstalt (Suva) kümmert sich um Bildschirmarbeitsplätze. Sie bietet dazu das **Download-Faltblatt „10 Tipps für Gesundheit und Wohlbefinden“** kostenlos an. Themen sind u.a. die Aufstellung des Bildschirms, die Anpassung der Tischhöhe, Hilfsmittel wie Handgelenkstützen sowie die optimale Position für Tastatur und Maus. (ms)

