

## ΣΩΣΤΗ ΣΤΑΣΗ ΜΠΡΟΣΤΑ ΣΤΟΝ ΥΠΟΛΟΓΙΣΤΗ

Επίλεξε κάθε φορά τη σωστή απάντηση

1. Οι βραχίονες των χεριών πρέπει να είναι σε \_\_\_\_\_ θέση.
2. Η καρέκλα θα πρέπει να υποστηρίζει \_\_\_\_\_ μας.
3. Όταν τα πόδια δεν πατάνε στο πάτωμα το \_\_\_\_\_ βοηθάει στη σωστή στάση.
4. Το \_\_\_\_\_ πρέπει να είναι ελάχιστα ανασηκωμένο και να βρίσκεται ακριβώς \_\_\_\_\_ μας.
5. Τα μάτια μας θα πρέπει να είναι στο ίδιο ύψος με το \_\_\_\_\_ μέρος της οθόνης.
6. Η απόσταση των ματιών μας από την οθόνη θα πρέπει να είναι \_\_\_\_\_ εκατοστά.
7. Η καρέκλα θα πρέπει να αυξομειώνει το \_\_\_\_\_ της.
8. Το ποντίκι πρέπει να βρίσκεται δίπλα από το \_\_\_\_\_.
9. Για κάθε 1 ώρα δουλειάς πρέπει να κάνουμε \_\_\_\_\_ διάλειμμα.
10. Το δωμάτιο που δουλεύουμε πρέπει να είναι αρκετά \_\_\_\_\_.
11. Το φως από τον ήλιο ή από τη λάμπα δεν πρέπει να πέφτει απευθείας πάνω \_\_\_\_\_ μας.