



اختر الإجابات الصحيحة لكل مما يلي، يمكنك اختيار أكثر من إجابة صحيحة.

يجب أن تكون الشاشة قريبة من وجهك.

يجب خفض سطوع وإضاءة الشاشة.

يجب أن تعكس الشاشة إضاءة النوافذ.

يجب أن تأخذ استراحة كل 20 دقيقة.

1. لحماية العين من المشاكل المتعلقة بالاستخدام المفرط للحاسوب