



Ordenagailuarekin lan egiten duzunean

Monitorearen gaineko ertza begien maila berean edo pixka bat beherago.

Konexio eta sarrera-gailuak teklatuarengandik gertu.

Hanza zein izterrak 90º tan edo zerbait gehiagoan egokitu.

Oinak lurra ukitzen edo oin-euskarrian jarrita.



1. Eserlakuaren altuera moldatu:

- besaurre eta eskuak alienatuta geratzeko;
- sorbaldak erlaxatuak egoteko ;
- belaunak oinekin angelu zuzen bat osatzeko.

Oinak lurrean jartzeko arazorik badago oinazpiko bat erabili.

2. Bizkarraldaren makurdura erregulatu, gerrialdea erabat finkatuta geratzeko eta bizkarrak zangoekin gutxi gora behera angelu zuzen bat osatzeko

3. Pantaila altuera eta distantzia egokietan egokitu, erreflexuak ekidinez.

4. Teklatua, gutxienez mahaiaren ertzetik 10 zentimetroetara kokatu.