|  |
| --- |
|  |
| Undgå blænding og genskin på kontor |

**Forslag til hvad du selv kan gøre ved blænding og genskin**

* Vinkle eller placere dit skrivebord mere hensigtsmæssigt i lokalet, snak gerne med din arbejdsmiljørepræsentant.
* Ryk dit skrivebord lidt længere ind i lokalet hvis muligt
* Hæve bordet og arbejde stående i 30 min., herefter har solen flyttet sig.
* Vinkle skærmen en smule på bordet i forhold til vinduet.

Kontakt din lokale arbejdsmiljørepræsentant, hvis dette ikke løser problemet.