



# Skån dine fingre

## Variation nedsætter belastningen

Opmærksomhed på arbejdsstillinger kan nedsætte de ergonomiske belastninger for skuldre, arme, hænder og fingre.

3 små pjecer indeholder tips og tricks til, hvordan du belaster dine hænder og arme mindst muligt, når du er på arbejde.

