

Where to set-up your home office?

Where should you choose to set-up your permanent home office? A look at several factors that can improve health & safety as well as productivity for the worker.

Use an adjustable office chair or comfortable kitchen chair



Try to use a bedroom or basement with a door to remove distractions

A cushion under your glutes and a backrest with support



Avoid your couch or bed. If you must, use a hard laptop stand



Good internet connection and cell phone reception

Plants – improves health and reduces stress



Use a flat desk or table



Dedicated office space – only used for work and not personal computer tasks

A source of natural light – boost morale, lessens visual discomfort



Où installer votre bureau à domicile?

Où devriez-vous choisir d'installer votre bureau à domicile permanent. Un regard sur plusieurs facteurs qui peuvent améliorer la santé et la sécurité ainsi que la productivité du travailleur.

Utilisez une chaise de bureau réglable ou une chaise de cuisine confortable



Essayez d'utiliser une chambre ou un sous-sol avec une porte pour éliminer les distractions

Un coussin sous vos fessiers et un dossier avec support



Évitez votre canapé ou votre lit. Si vous devez, utilisez un support d'ordinateur portable dur



Bonne connexion Internet et réception de téléphone portable

Plantes - améliore la santé et réduit le stress



Utilisez un bureau ou une table plate



Espace de bureau dédié - utilisé uniquement pour le travail et non pour les tâches informatiques personnelles

Une source de lumière naturelle - booste le moral, diminue l'inconfort visuel

