



# Table haute

## Mise en garde et mesure de sécurité

### Mise en garde

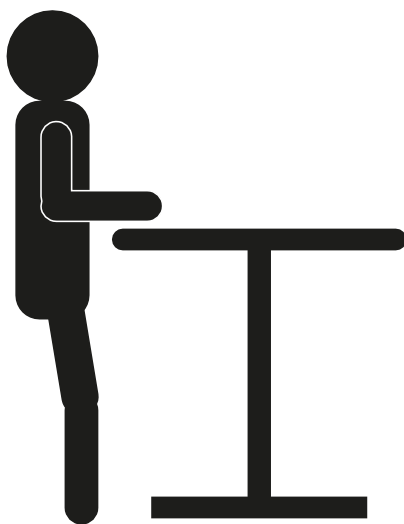
La bibliothèque **n'est pas responsable** des pertes, des dommages matériels et des blessures qui peuvent être occasionnés par une mauvaise utilisation des équipements.

### Mesure de sécurité

Aviser le personnel de la bibliothèque pour tout **problème avec l'équipement**.

## MODE D'UTILISATION

1. Alignez vos coudes avec le dessus de la table et gardez vos poignets droits et détendus.
2. En posant vos avant-bras sur la table, les poignets détendus, vos coudes doivent former un angle de 90°.
3. Gardez les genoux légèrement fléchis.
4. Si vous utilisez un ordinateur portable, inclinez suffisamment l'écran vers l'arrière afin de conserver le dos et les épaules droits, afin de conserver une bonne posture.



Avec la table, vous pouvez utiliser :



Planche d'équilibre



Tapis anti-fatigue

Demandez au comptoir de prêt pour les emprunter.

*les bibliothèques*