



Forum: Propositions de logiciels

Topic: protection des yeux

Subject: protection des yeux

Publié par: Sylvie

Contribution le : 27/07/2010 22:13:59

Faites des pauses régulières si vous êtes longtemps devant votre écran d'ordinateur

Confort visuel : connaissez-vous la règle des 20-20-20 ?

[http://www.presse-citron.net/confort- ... ous-la-regle-des-20-20-20](http://www.presse-citron.net/confort-...ous-la-regle-des-20-20-20)