



# Un guide optimisé pour améliorer le bien-être au travail

## Travailler de manière personnalisée

Kensington®

SOLUTIONS POUR UN ESPACE  
DE TRAVAIL OPTIMISÉ

## Bien-être au travail

### Préférez les gains en efficacité aux douleurs liées au travail

D'un point de vue commercial, il est logique que les collaborateurs soient le plus efficace possible, ce qui veut dire que la moindre douleur due à l'environnement de travail a un prix. Les individus sont plus performants lorsqu'ils sont moins distraits, se sentent plus impliqués lorsqu'ils sont confortablement installés et sont moins souvent absents lorsqu'ils ne souffrent pas de douleurs physiques.

Prendre des mesures en amont pour réduire les gênes et les lésions au travail constitue une occasion parfaite pour améliorer le moral, l'assiduité et la productivité des employés. Les solutions ergonomiques de Kensington vous permettent de vous attaquer immédiatement à la cause profonde des éventuels problèmes liés à une mauvaise position, et d'en constater les bénéfices sur le long terme.

Unique en son genre, notre système SmartFit® peut être adapté précisément à chaque personne, dans chaque espace de travail, pour optimiser le confort, sans que cela ne soit hors de prix ou complexe. Ce système convient à tous les employés et constitue une impulsion idéale pour les entreprises.



**SOLUTIONS POUR UN ESPACE  
DE TRAVAIL OPTIMISÉ**

## Faciliter la prise de décision

L'agrément FIRA vous aide à choisir des solutions ergonomiques appropriées.

Les spécialistes de l'ergonomie de la FIRA travaillent en collaboration avec les entreprises pour améliorer la productivité, l'efficacité, le confort et le bien-être de leur personnel en assurant un environnement qui y est propice et en fournissant des équipements adaptés.

Kensington est fier de travailler avec la FIRA pour s'assurer que ses produits répondent aux exigeantes normes de cette dernière. Vérifiez que le logo de la FIRA est bien présent.



**SOLUTIONS POUR UN ESPACE  
DE TRAVAIL OPTIMISÉ**

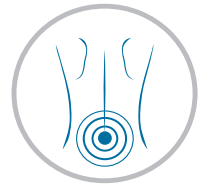
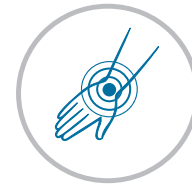


Parce qu'une taille unique ne convient pas à tout le monde.



Mesurer | Régler | Adapter

Solutions ergonomiques optimisées



# SmartFit®

## Mesurer | Régler | Adapter

Avec le **système SmartFit® de Kensington**, adaptez les espaces de travail à votre convenance et profitez d'un confort maximal.

Nous comprenons qu'une taille unique ne convient pas à tout le monde. Nous vous permettons donc d'installer et de régler facilement nos solutions en fonction de vos besoins ergonomiques précis, afin que votre employeur n'ait pas à le faire.

Il vous suffit de mesurer votre main à l'aide du gabarit de main inclus afin de trouver votre code couleur et de régler votre produit SmartFit en fonction de vos besoins ergonomiques.

Les solutions ergonomiques de Kensington optimisent la façon dont le corps humain interagit avec les appareils et les espaces de travail dans lesquels elles sont utilisées dans un souci de confort, de bien-être et, in fine, de productivité.



Mesurer



Régler



Adapter

SOLUTIONS POUR UN ESPACE  
DE TRAVAIL OPTIMISÉ

# L'entreprise, une affaire devenue personnelle

## Les chiffres que vous devez connaître

En 2014/15

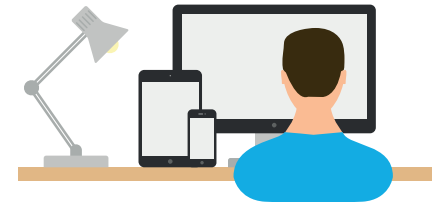
# 23,3 MILLIONS

de jours de travail ont été perdus en raison de maladies liées au travail<sup>1</sup>

et

# 4,1 MILLIONS

de jours de travail du fait de lésions liées au lieu de travail<sup>1</sup>



Les employés de bureau passent jusqu'à

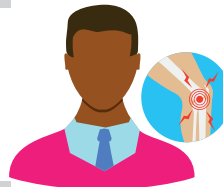
# 75 %

 de leur journée de travail assis<sup>3</sup>

Les troubles musculo-squelettiques représentaient

# 9,5 MILLIONS

de jours perdus en raison de maladies liées au travail<sup>2</sup>





En moyenne

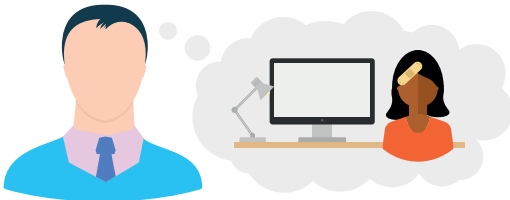
**50 %** des employés passent leur journée de travail à un bureau, ce qui encourage les employeurs à adopter des environnements de travail flexibles.<sup>1</sup>



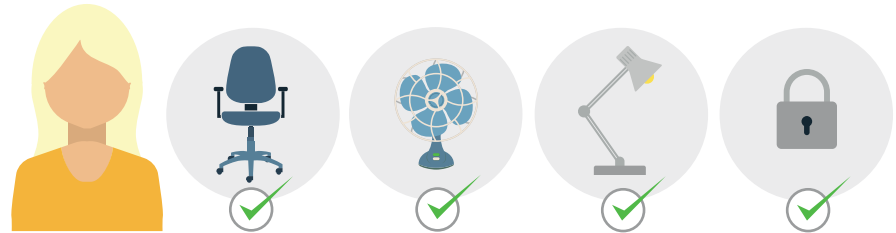
**39 %** des personnes interrogées disent que les installations partagées seront plus courantes dans les bureaux en 2020.<sup>2</sup>



**18 %** des entreprises ont déjà mis en place des solutions d'amélioration de l'ergonomie spécifiques pour accroître la productivité des employés.<sup>3</sup>



**31 %** des travailleurs connaissent un collègue dont l'absence est imputable à des lésions liées au poste de travail.<sup>4</sup>



Des espaces de travail confortables, bien ventilés, bien éclairés et sûrs peuvent augmenter la productivité jusqu'à

**16 %** et la satisfaction au travail jusqu'à<sup>5</sup>

**24 %**, tout en réduisant l'absentéisme<sup>4</sup>

# Confort de l'espace sur le bureau

## Laissez place à la positivité

Un personnel occupé, mais flexible, est un plus pour une entreprise, mais cela peut avoir des répercussions négatives sur les employés et leur rendement. Comme les pressions liées au temps causent un stress mental, et que les pratiques de travail flexibles entraînent de la tension physique, il est important que les employés disposent de davantage de moyens pour prendre les choses en main.

Les meubles et accessoires de bureau adéquats peuvent contribuer à la diminution du temps perdu pendant une journée de travail. De plus, en optant pour des solutions réglables par l'utilisateur, les employés peuvent personnaliser n'importe quel environnement afin d'améliorer la position, l'humeur et le niveau de stress de ces derniers.

Les solutions développées par Kensington s'adressent à tout le monde, mais elles sont aussi conçues pour s'adapter aux dimensions physiques et aux besoins de chacun. Avec le système SmartFit®, chaque espace de travail peut être adapté au bénéfice de chacun des membres du personnel.

---

**Une bonne ergonomie a une influence sur le bonheur et la fidélisation du personnel, deux importantes sources d'avantage concurrentiel**

---

**Les problèmes de santé liés à la position sont de plus en plus courants et ont visiblement une influence stupéfiante sur la productivité, l'implication et le bonheur**

---

**De nombreuses entreprises imputent l'incidence élevée des TMS à une augmentation de la quantité de travail demandé à chaque employé**

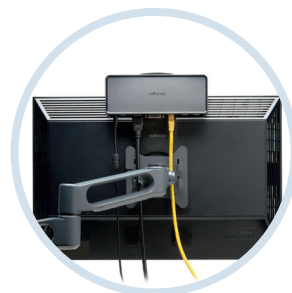
---



# Solutions de bureau



**Poste de travail position assise/debout SmartFit®**  
K55792WW



**SD3600 Station d'accueil USB 3.0 Dual-Video**  
K33991WW  
Système de fixation VESA -  
K33959WW



**Bras articulé pour écran avec système SmartFit® et plateau pour ordinateur portable**  
K60900US



**SD3500v Station d'accueil universelle USB 3.0 Dual-Video**  
K33972EU



**Coussin lombaire SmartFit® Conform**  
K60412WW



**Support pour écran SmartFit®**  
60089



**Trackball Expert Mouse®**  
64325



**Clavier et souris Valu**  
1500109UK  
K72110EU

## Confort mobile

### Optimisation de la manière d'aider les travailleurs mobiles

Les ordinateurs portables, les tablettes et les smartphones sont conçus dans un souci de flexibilité du travail plutôt que d'ergonomie. De ce fait, il est probable que l'usage répandu des dispositifs mobiles ait des conséquences physiques négatives sur les employés, ce qui peut avoir de graves répercussions sur leur santé et leurs performances.

Avec les solutions ergonomiques de Kensington, chaque espace de travail personnel peut être adapté pour soutenir pleinement des travailleurs flexibles, quels que soient leur lieu de travail et leur façon de travailler. Nos repose-poignets et nos coussins lombaires protègent des lésions attribuables au travail répétitif lorsque vous lisez ou saisissez du texte sur des périphériques de plus petite taille, tandis que nos supports pour ordinateur portable réduisent la fatigue oculaire et cervicale.

---

**D'ici 2020, l'employé moyen aura accès au réseau de l'entreprise depuis six appareils différents, et un tiers des employés ne travaillera plus du tout depuis un bureau classique**

---

À l'heure actuelle, **50 %** des employés passent leur journée de travail à un bureau, ce qui encourage davantage d'employeurs à adopter des environnements de travail flexibles<sup>1</sup>

---

**39 %** des personnes interrogées disent que les installations partagées seront plus courantes dans les bureaux en 2020<sup>2</sup>

---

SOLUTIONS POUR UN ESPACE DE TRAVAIL OPTIMISÉ

## Solutions mobiles pour ordinateur portable



**SmartFit® EasyRiser**  
60112



**Support de refroidissement pour ordinateur portable LiftOff™**  
K60149EU



**Support pour ordinateur portable avec ventilateurs de refroidissement**  
K62842WW



**UH3000E Adaptateur Ethernet et hub USB**  
K33982WW



**Sac à roulettes Contour 17"**  
62348



**Sac à roulettes SecureTrek™ Overnight 17"**  
K98620WW



**Sac à roulettes SP100 15,6"**  
K62565EU



**Trackball mobile sans fil Orbit™**  
K72352EU

# L'entreprise, une affaire devenue personnelle

## Points névralgiques les plus courants chez les employés de bureau



### Douleurs cervicales

Les douleurs au niveau du cou et des épaules sont principalement causées par une hauteur et une position incorrectes de l'écran. Les supports et élévateurs réglables sont un moyen sûr et simple d'accroître le niveau de confort.



### Douleurs dorsales

Les douleurs dans le bas du dos sont souvent le résultat d'une mauvaise posture en position assise. Le réglage du fauteuil et les coussins lombaires améliorent vraiment le confort et encouragent l'adoption d'une meilleure posture.



### Douleurs aux poignets

Les douleurs aux poignets peuvent nuire gravement à la productivité. Les repose-poignets pour souris et claviers élèvent le bras et le poignet dans la position appropriée pour gérer et limiter les effets et les risques de LATR et de pathologies telles que le syndrome du canal carpien.



Les trackballs sont un moyen efficace de réduire les effets du syndrome du canal carpien, car ils remplacent le mouvement du poignet par une commande au doigt.



### Douleurs aux jambes

En raison d'une mauvaise ergonomie, il se peut que les chevilles et les jambes doivent supporter une charge inutilement élevée. En soutenant les cuisses et les pieds, les repose-pieds contribuent au maintien de la position correcte. Les repose-pieds à bascule et texturés favorisent la circulation sanguine et le mouvement en position assise.

## L'intérêt d'investir dans des solutions ergonomiques de qualité

Investir dans des solutions ergonomiques de qualité est un investissement payant : augmentation du confort, du bien-être des employés et, in fine, de leur productivité.

Diminution de **81 %** des frais d'indemnisation des travailleurs<sup>1</sup>

Baisse de **61 %** des troubles musculo-squelettiques (TMS) liés au travail<sup>1</sup>

Réduction de **88 %** des jours de travail perdus<sup>1</sup>



## Au secours des employés

### Les entreprises améliorent activement le bien-être

En Australie, les demandes pour plus de bien-être sont déjà plus courantes, et 61 % des professionnels de l'informatique déclarent d'ailleurs ce genre de demandes (en particulier des éleveurs d'écran et des bureaux position assise/debout). Cela indique peut-être que les sociétés australiennes comprennent mieux que le bien-être peut jouer un rôle dans la productivité professionnelle, et que les employés connaissent mieux les options qui s'offrent à eux.

Des postes de travail adaptés peuvent avoir une incidence considérable sur la productivité. Il est probable qu'à l'avenir, la réglementation européenne se concentrera davantage sur les questions de respect de la législation en matière de bien-être des travailleurs pour les employeurs européens. Le moment est donc idéal pour discuter avec nous de nos solutions pour le bien-être de votre personnel.



**30 %** des professionnels de l'informatique prévoient d'investir plus dans le bien-être en 2016

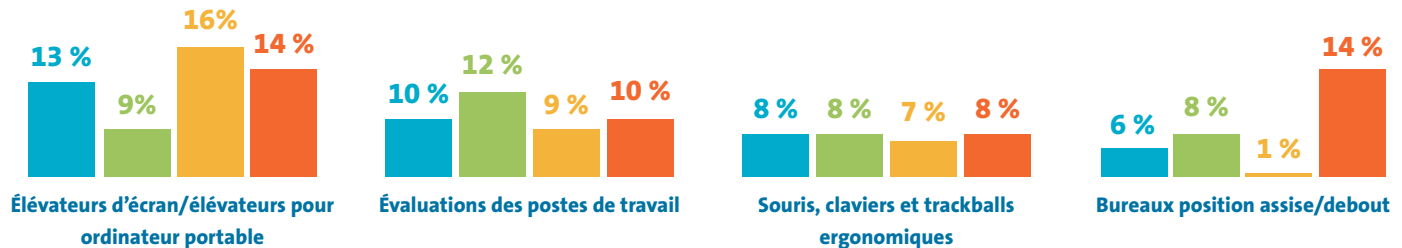
et

**22 %** considèrent le bien-être comme une priorité<sup>1</sup>

## Pouvoir des employés

# Solution ergonomique demandée le plus couramment aux services informatiques

Quelle est LA demande la plus courante que vous recevez de vos collègues/employés en ce qui concerne leur bien-être au travail ?



# Réduire les douleurs aux poignets



## Tapis de souris et repose-poignets : Meilleure pratique

- ✓ Placez votre souris à portée de main pour éviter d'avoir à tendre exagérément le bras.
- ✓ Tenez-vous droit et près du bureau, afin de ne pas devoir tendre le bras avec lequel vous utilisez la souris.
- ✓ Un support pour poignets et avant-bras réduit la charge sur les membres supérieurs et les épaules, ainsi que l'extension et la flexion inutiles du poignet.
- ✓ Laissez reposer vos doigts légèrement sur les touches et n'appuyez pas trop fort dessus.



**Trackball sans fil  
Expert Mouse®**

K72359EU



**Trackball Orbit™ avec  
molette de défilement**

K72337EU



**Tapis de souris  
SmartFit®**

K55793EU



**Tapis de souris**

62386



**Repose-poignets**

64270  
62383



**Repose-poignets  
SmartFit® Conform**

K55787EU



# Réduire les douleurs au dos



## Coussins lombaires et sacs à dos : Meilleures pratiques

- ✓ Le coussin lombaire de votre fauteuil ne doit pas s'incliner séparément du siège du fauteuil.
- ✓ Si vous voulez vraiment vous pencher en arrière pour vous détendre, l'assise et le dossier doivent s'incliner ensemble grâce à une articulation située sous le siège.
- ✓ Un sac à dos doit être placé environ 5 cm sous les omoplates et doit descendre jusqu'à la taille ou légèrement au-dessous.
- ✓ Utilisez une valise à roulettes pour vous soulager lors de vos déplacements professionnels et lorsque vous faites la navette.



**Coussin lombaire  
SmartFit® Conform**

K60412WW



**Coussin lombaire en  
mousse à mémoire de  
forme**

82025



**Sac à roulettes  
Contour Overnight 17"**

62903



**Sac à roulettes  
Contour 17"**

62348



**Contour 15,6"**

62220



**Sac à dos Contour  
15,6"**

1500234

# Réduire les douleurs au cou



## Supports : Meilleure pratique

- ✓ Veillez à ce que l'écran soit placé sur un support situé à une distance équivalente à la longueur d'un bras.
- ✓ Si vous utilisez deux écrans, placez-les côte à côte et à distance égale devant vous.
- ✓ Choisissez un support réglable en hauteur pour le mettre dans une position optimale pour votre confort personnel.



Bras articulé pour deux écrans SmartFit®

K60900US



Bras articulé long SmartFit®

K60903US



Bras articulé court SmartFit®

K60904US



Support pour écran SmartFit®

60089



Support pour écran SmartFit® Spin2™

60049EU



Système de support pour écran SmartFit®

60039

# Réduire les douleurs aux jambes



## Repose-pieds : Meilleure pratique

- ✓ Placez vos pieds sur un repose-pieds et alternez les positions assise et debout pour soulager la tension sur le bas de votre dos.
- ✓ Lorsque le repose-pieds est correctement placé, vous devez ressentir une légère pression sur l'avant des cuisses.
- ✓ Les repose-pieds doivent être mobiles, mais suffisamment lourds pour rester en place lorsque les pieds reposent dessus.
- ✓ Assurez-vous que le repose-pieds est assez large et long pour vous permettre de changer de temps en temps la position de vos pieds.



**SmartFit®  
SoleMassage**  
56155EU



**SoleRest**  
56148



**Mousse à mémoire  
SoleMate Comfort**  
56153



**SoleMate Plus**  
56153



**SoleMate**  
56145



**Poste de travail  
position assise/debout**  
K55792WW

## Bien-être au travail

Kensington a pour objectif de créer des espaces de travail optimisés pour les entreprises. Pour ce faire, nous proposons des solutions ergonomiques qui permettent aux individus de se sentir et de travailler mieux, plus longtemps.

### [Kensington.com/Bienetre](https://Kensington.com/Bienetre)

[sales.fr@kensington.com](mailto:sales.fr@kensington.com) | +33 (0)80 5633641



[Kensington.com/Securite](https://Kensington.com/Securite)



[Kensington.com/Productivite](https://Kensington.com/Productivite)



Kensington Europe, Oxford House, Oxford Road, Aylesbury, Bucks. HP21 8SZ. Royaume-Uni. Les informations contenues dans ce document sont exactes à la date de création. Elles ne sont fournies qu'à titre indicatif et peuvent changer à tout moment. Sauf erreurs et omissions. Kensington, smart.safe.simple. ainsi que le nom ACCO sont des marques déposées d'ACCO Brands. Toutes les autres marques, déposées ou non, sont la propriété exclusive de leurs détenteurs respectifs. CBT11659

SmartFit<sup>®</sup>  
system



Mesurer | Régler | Adapter

Solutions ergonomiques optimisées



**SOLUTIONS POUR UN ESPACE  
DE TRAVAIL OPTIMISÉ**