



Assise saine

pour les postes de travail en 24/7 et
autres postes de travail avec écran

Le mal de dos

La maladie populaire n°1

Vous êtes-vous déjà rendu compte que nous passons la majorité de notre quotidien en position assise? Notre existence est caractérisée par un déficit sévère en mouvement. Cela commence le matin, lorsque nous prenons la voiture, le train ou le bus pour aller au travail. Bien souvent, notre emploi nous enchaîne à notre fauteuil de bureau – seul le doigt bouge encore pour cliquer avec la souris. Bien peu nombreux sont ceux qui après le travail trouvent le courage de faire du sport ou une autre activité - nous avons tout juste la force de nous affaler dans le canapé.

Les conséquences de cette habitude sont préoccupantes pour notre dos. Un tiers de la population entre 35 et 50 ans souffre de maux du dos chroniques..

Les pathologies musculaires, les troubles cardiovasculaires, les maux de tête, menacent notre santé et notre capital performance. Les lieux de travail équipés d'écrans 24/7 impliquent une position assise quasi constante et des contraintes mentales et physiques particulières. Les causes précises du mal de dos sont nombreuses et souvent, bien difficiles à déterminer.

Néanmoins, une chose est certaine : une position assise active, sur un siège confortable et ergonomique, préserve et protège le dos et l'organisme.

Vous trouverez dans cette brochure des suggestions pour garantir votre bien-être et améliorer vos performances sur votre lieu de travail.

20%



20 % des demandes de rentes sont faites en raison de pathologies du dos

80.000 HEURES



30%



des jours d'arrêt maladie sont occasionnés par des troubles musculo-squelettiques.

1/3



Un tiers des personnes entre 35 et 50 ans souffre de mal de dos chronique.

Les mauvaises postures de travail réduisent nos performances personnelles jusqu'à **40%**

9 sièges de bureau sur **10** sont mal ajustés. La conséquence : maux de dos, douleurs aux épaules et au cou



Le saviez-vous ?

La colonne vertébrale

et ses symptômes fréquents

La colonne vertébrale est le soutien central du corps. Les disques intervertébraux agissent comme des amortisseurs entre les 24 vertèbres. C'est grâce à eux que l'épine dorsale peut tourner, se courber, et absorber les chocs. Ils ne sont pas irrigués par des vaisseaux, et doivent être alimentés en nutriments lors des mouvements par un processus osmotique.

Un manque de mouvements entraîne une usure prématurée des disques intervertébraux. La conséquence est bien souvent une hernie discale ou une arthrose des vertèbres.

Le canal rachidien – par lequel court la moelle épinière – contient des nerfs qui transmettent les impulsions

nerveuses à tout le corps, en passant entre les vertèbres. C'est la raison pour laquelle les troubles de la colonne vertébrale ont des conséquences sur l'ensemble de l'organisme.

Les inflammations des faisceaux nerveux dans la région des vertèbres cervicales entraînent souvent:

- maux de tête
- vertiges
- hypertension
- affections des oreilles

Les inflammations des faisceaux nerveux dans la région du torse entraînent souvent:

- troubles cardiaques
- aggravation de l'asthme et bronchites
- maux de ventre

Les inflammations des faisceaux nerveux dans la région des vertèbres lombaires entraînent souvent:

- constipation
- impuissance
- affections de la prostate



La colonne vertébrale

Faits et chiffres

95 % des êtres vivants sont dépourvus de colonne vertébrale. Heureusement, nous, les humains, en possédons une ! Nous pouvons donc marcher debout, faire du sport et bien d'autres activités qui ne seraient pas possibles sans elle. La colonne vertébrale offre également un grand soutien lorsque nous sommes assis au travail – pourtant, elle est souvent source de douleurs de dos et d'autres plaintes à cause de mauvaises postures ou de sollicitations unilatérales.

Lorsque nous nous asseyons, nos muscles – y compris les quelques 300 muscles de notre colonne vertébrale – se détendent. Nous ne brûlons qu'une calorie par minute environ, au lieu de 3 calories par minute en marchant.

Afin d'illustrer la grande importance pour notre santé et les capacités étonnantes de la colonne vertébrale, nous avons compilé quelques faits et chiffres éloquentes sur l'une des parties les plus importantes de notre corps.

1 kcal
par Min



3 kcal
par Min

D'ailleurs, mâcher un chewing-gum augmente la consommation d'énergie d'environ 0,1 calorie.



80%

Les douleurs dorsales sont dans 80 % des cas causées par des contractures musculaires. Dans seulement 3 cas sur 100, elles sont dues aux disques intervertébraux.



800kg

Chez un jeune, un disque intervertébral peut supporter jusqu'à 800 kg de pression. Avec l'âge, ce chiffre diminue nettement, mais se stabilise à 450 kg.



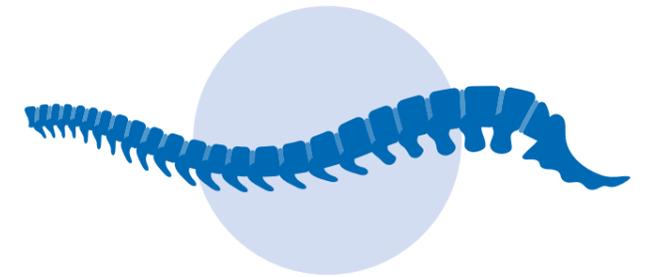
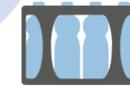
20kg



La tête d'un humain pèse environ 6 kilos.

Lorsque nous regardons notre téléphone portable, la

charge sur notre colonne vertébrale atteint les 20 kilos. Cela revient à poser une caisse de bouteilles d'eau sur votre tête. De nombreux utilisateurs passent plus de 4 heures par jour à regarder leur smartphone.



33 - 7 = 26

Nous sommes nés avec 33 vertèbres. Toutefois, une fois adultes, il ne nous en reste que 26. Pourquoi ? Certaines vertèbres fusionnent pour stabiliser le bassin et le coccyx.

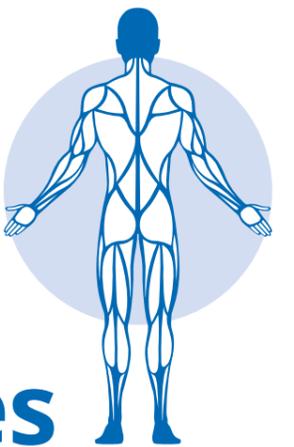
1/4

de la colonne vertébrale est constitué de tissu cartilagineux. La gravité agit sur les tissus qui sont comprimés pendant la journée et nous sommes donc plus petits le soir que lorsque nous nous levons. En l'absence de gravité, les astronautes sont, en revanche, plus grands lorsqu'ils reviennent sur Terre par rapport au début de leur voyage.



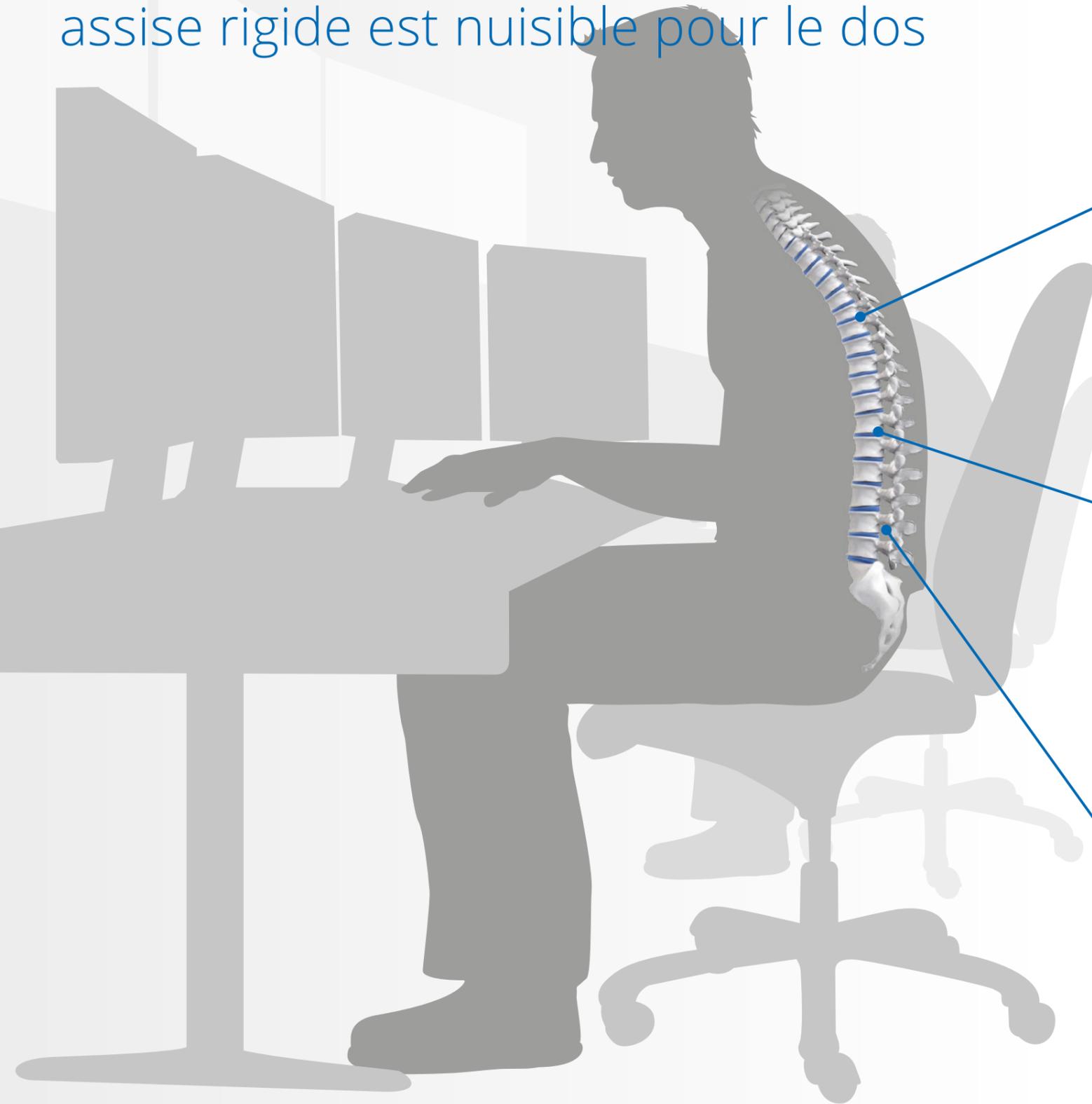
Plus de

300
Muscles



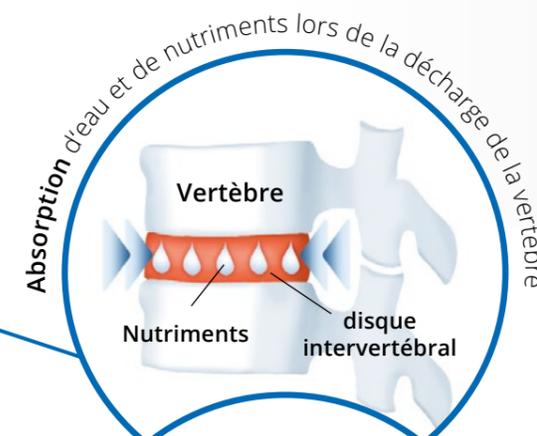
entourent la colonne vertébrale. Ce n'est qu'avec leur aide que nous pouvons marcher debout et garder la tête haute.

Une posture assise rigide est nuisible pour le dos



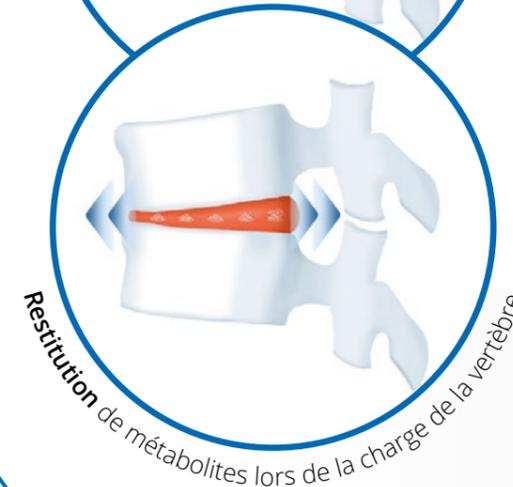
Problèmes musculaires

Seule une alternance de contractions et dé-contractions permet une irrigation suffisante des muscles. Une posture rigide entraîne une sollicitation inégale. Ceci entraîne des tensions, une fatigue prématurée ainsi que des troubles de la posture.



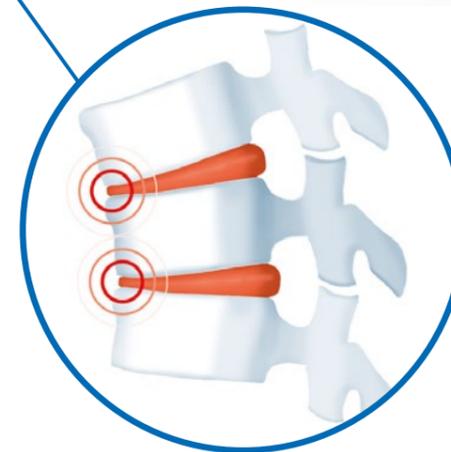
Les disques intervertébraux sont sous-alimentés

Les disques intervertébraux ne sont pas irrigués par le sang, mais par un processus osmotique - les mouvements sont pour cela nécessaires. Une posture assise rigide nuit à ce processus - les disques deviennent friables, cassent ou se déforment (hernie ou protrusion discale).



Les disques intervertébraux sont surchargés

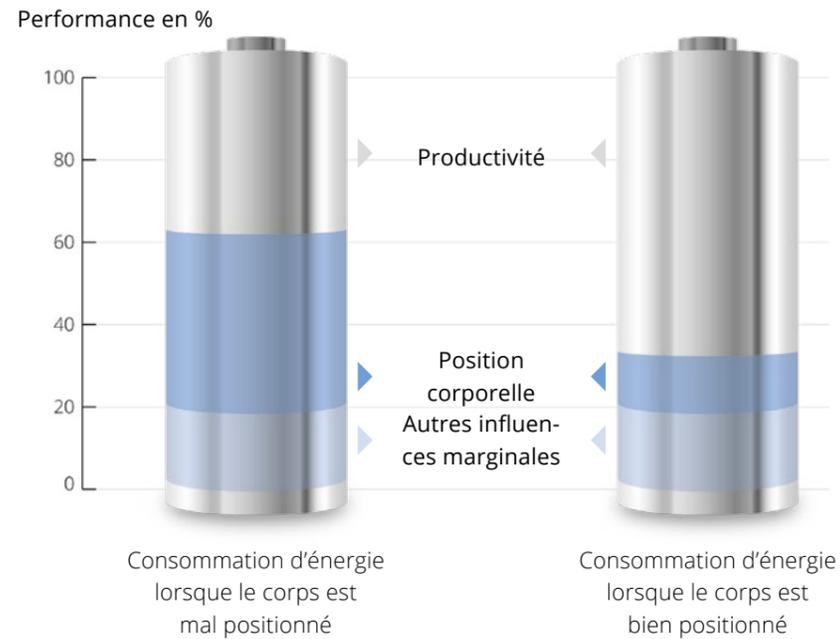
En position assise, on fait le «dos rond». Les disques intervertébraux sont alors surchargés sur un côté. Ils se déforment et enflamment les nerfs.



Lorsque nous nous asseyons, le bassin s'incline vers l'arrière - l'épine dorsale se déforme. Elle passe de sa forme normale en S à une courbure vers l'avant. Le sujet perçoit cette position comme agréable, car la musculature du dos et du ventre se détend. Il ne

perçoit pas le pincement des disques intervertébraux. Conséquence de cette posture passive et statique, des tensions, congestions sanguines, manque de concentration et maux de tête peuvent survenir. Les effets sur le long terme sont sévères.

Une assise ergonomique pour une bonne santé

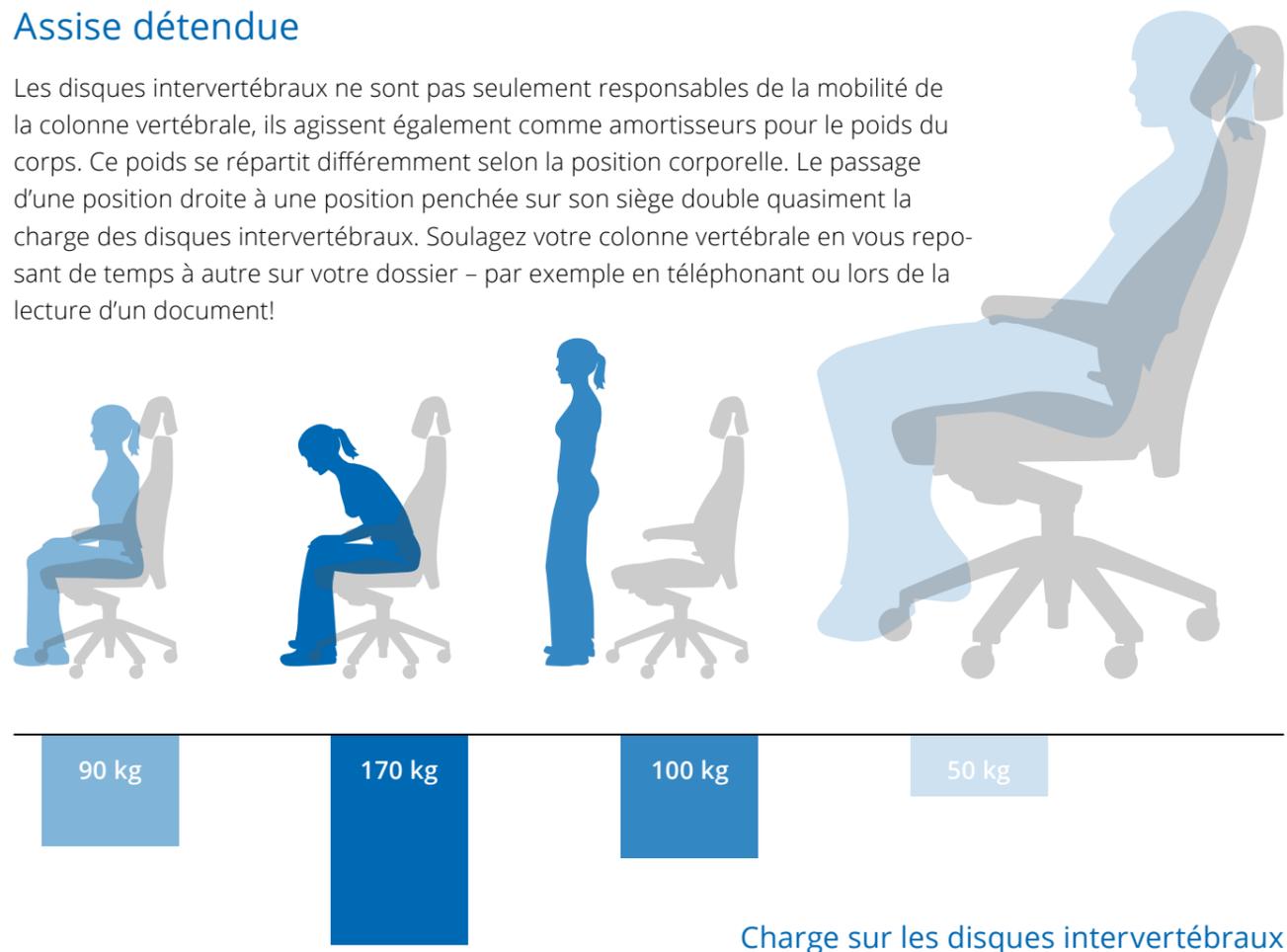


40% de notre énergie se perd en raison de l'inconfort du lieu de travail et des mauvaises postures. C'est le constat auquel parviennent les études récentes sur l'ergonomie. Les centres de commande et de contrôle, en particulier, exigent des opérateurs un haut degré de vigilance et de concentration.

Un bon fauteuil de centre de contrôle évite à l'utilisateur des fatigues corporelles et intellectuelles inutiles. Il peut alors se consacrer entièrement à son travail et éviter les erreurs.

Assise détendue

Les disques intervertébraux ne sont pas seulement responsables de la mobilité de la colonne vertébrale, ils agissent également comme amortisseurs pour le poids du corps. Ce poids se répartit différemment selon la position corporelle. Le passage d'une position droite à une position penchée sur son siège double quasiment la charge des disques intervertébraux. Soulagez votre colonne vertébrale en vous reposant de temps à autre sur votre dossier – par exemple en téléphonant ou lors de la lecture d'un document!



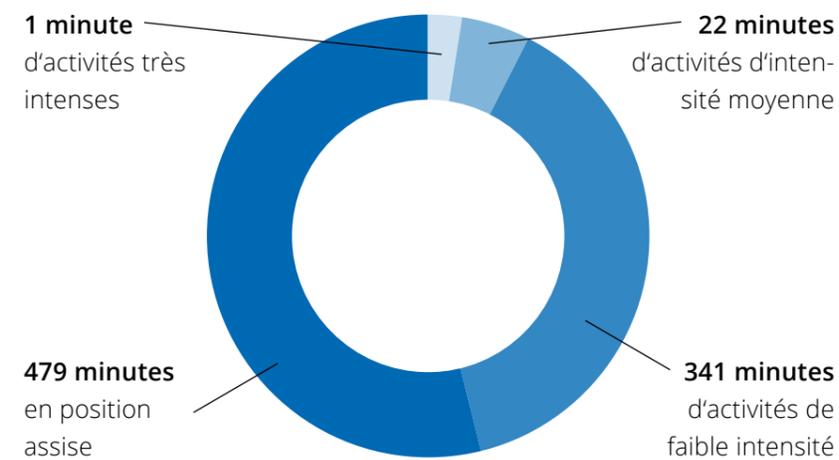
De l'Homo sapiens à l'Homo sedens



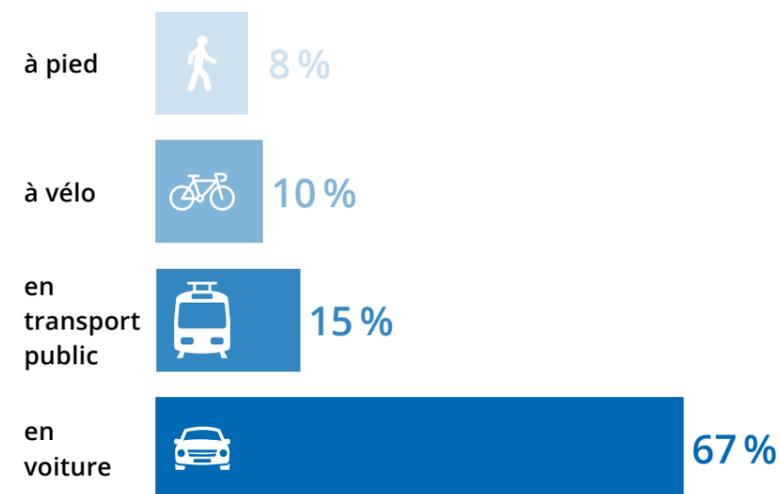
La plupart d'entre nous passons beaucoup de temps en position assise, et de plus en plus, au point que cette posture est devenue le trait caractéristique de l'Homo sedens, homme sédentaire, que nous sommes devenus. Entre 3,5 et 7,5 heures au bureau, plus dans la voiture, à table et sur le canapé le soir. Au total souvent jusqu'à 14 heures par jour.

Nous passons aujourd'hui en moyenne 80 000 heures en position assise dans notre vie professionnelle, ce qui n'a pas seulement des conséquences sur nos muscles et notre dos. On estime aujourd'hui qu'un faible niveau d'activité physique favorise l'obésité et augmente considérablement le risque de diabète, de crise cardiaque et d'accident vasculaire cérébral.

Nous sommes assis pendant la majeure partie de la journée



Presque tout le monde passe ses trajets travail/domicile en position assise



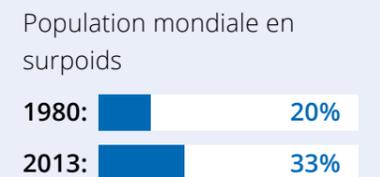
Seulement 20 minutes par jour

Seuls 50 % des Européens parviennent à atteindre le minimum recommandé par l'OMS, à savoir 150 minutes d'exercice modéré par semaine.

Tout n'était pas mieux avant, mais nous étions plus actifs

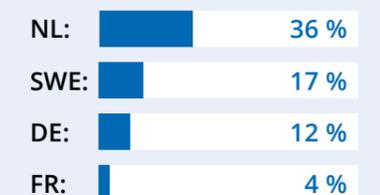


Mode de vie et poids



Les Néerlandais montrent la voie

Proportion de la population pour laquelle le vélo est le mode de transport le plus utilisé (2014)



Pour une assise saine facile

De plus en plus de personnes souffrent de douleurs au niveau de leurs muscles et de leur colonne vertébrale. Dans la plupart des cas, elles peuvent être évitées en réglant correctement le siège de travail. Voici ce à quoi vous devez toujours faire attention lorsque vous réglez votre fauteuil.

Commencez par les réglages de base indiqués ci-dessous et progressez étape par étape.

1

Hauteur d'assise

La hauteur d'assise est correctement réglée lorsque la cuisse crée une ligne inclinée vers le genou. L'angle entre le dos et la cuisse doit être de 110° à 120°.

Erreurs fréquentes : Hauteur d'assise trop haute : les pieds ne reposent plus sur le sol et les muscles sont tendus.

2

Profondeur de l'assise

Lorsque le bassin entre correctement en contact avec le dossier, on doit pouvoir glisser au moins trois doigts entre le creux du genou et l'avant de l'assise. Le soutien lombaire doit être placé au niveau de la ceinture.

Erreurs fréquentes : Profondeur de l'assise trop importante : l'utilisateur glisse automatiquement vers l'avant et perd le contact avec le dossier. Profondeur de l'assise trop courte : surface d'appui trop réduite, d'où une tension musculaire dans les jambes.



3

Accoudoirs

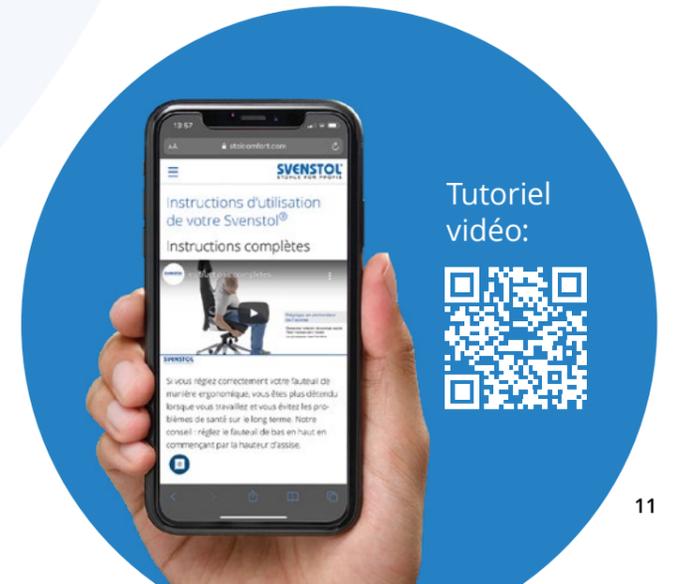
Ensuite, réglez la hauteur des accoudoirs. Les épaules doivent être à peu près horizontales, avec les avant-bras au repos sur les accoudoirs. De cette façon, vous éviterez les crampes causées par une mauvaise posture.

Erreurs fréquentes : Accoudoirs trop hauts : l'utilisateur se crispe et les muscles ont tendance à se raccourcir à long terme. Accoudoirs trop bas : les bras tirent le haut du corps vers le bas, ce qui cause un dos voûté et une colonne cervicale mal positionnée.

4

Réglage du mécanisme

Lorsque vous êtes en position assise droite, vous ne devez pas vous incliner vers l'arrière ni utiliser trop de force lorsque vous vous appuyez contre le dossier. Celui-ci doit vous soutenir confortablement avec une légère contre-pression.



Pour une assise saine avec la formule Svenstol®

La formule de Svenstol® pour une assise saine dans les centres de contrôle est:

Plus de confort d'assise = moins de stress = plus de performance

Notre concept repose sur deux piliers : le rembourrage ComfortPlus (combinant le savoir-faire du secteur automobile, et les exigences ergonomiques d'un poste de travail sur écran), et le système

ActivePlus qui favorise la circulation sanguine et protège le dos. Bien utilisé et réglé, un fauteuil Stol-Comfort a un effet durable sur votre bien-être.



Position d'assise droite

Votre assise est active. Cela signifie que le support lombaire et la légère inclinaison du siège permettent au bassin de se redresser, et que la colonne vertébrale conserve sa courbure naturelle en S. L'appui tête Comfort contribue à soulager les muscles des cervicales.

Conséquence: Une mauvaise position avec un «dos rond» est évitée, les disques de la colonne vertébrale et les muscles sont soulagés.

Rembourrage confort

Les coussins de rembourrage sont fabriqués à base de mousse de polyuréthane souple. Ils épousent les contours du corps et apportent un soutien agréable sans causer de gêne. En cas d'assise prolongée, le poids du corps est ainsi idéalement réparti, afin d'éviter les points de compression.

Conséquence: bien-être amélioré, diminution des risques de mauvaise position, préservation des ligaments, du fessier, de la musculature et des nerfs.



Assise détendue

Accordez de temps à autre une véritable pause à vos disques intervertébraux. Reposez-vous complètement vers l'arrière et soulagez ainsi le poids sur votre colonne vertébrale et vos muscles du dos et du ventre. Les pieds doivent bien être en contact avec le sol.

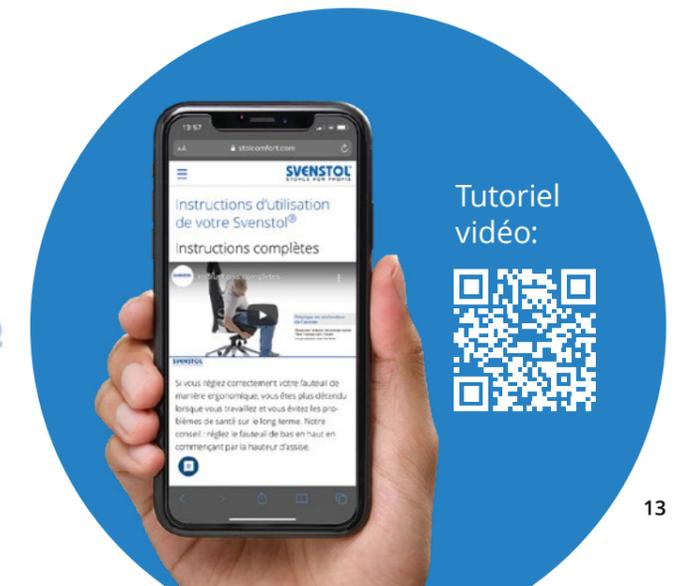
Conséquence: Soulagement des disques intervertébraux, décontraction des muscles de soutien et de maintien.



Assise active

Se tenir droit sur son fauteuil est la base pour une assise saine. Pour éviter les problèmes de santé, il faut toutefois sortir du schéma d'assise rigide et immobile. Conçu dans cette optique, notre mécanisme de balancier ActivePlus permet à l'utilisateur d'effectuer des mouvements compensateurs pour trouver la meilleure position d'assise. L'assise statique devient dynamique, sans que la concentration de l'utilisateur soit affectée.

Les effets: une meilleure circulation sanguine, pas de raidissement musculaire, une meilleure nutrition des disques de la colonne vertébrale, une fatigue moindre.



Le plus important : ... continuer à bouger !



Principes de performances

Courriels, appels téléphoniques, collègues, réunions : chaque jour, nous sommes confrontés à divers « facteurs perturbateurs » qui nous empêchent de nous concentrer sur notre travail. Viennent ensuite les problèmes d'ordre personnel, comme le manque de sommeil ou d'exercice, un manque d'ergonomie au travail et la tendance naturelle à remettre à plus tard

tout ce qui est difficile ou désagréable : « Mon appartement n'a jamais été aussi bien rangé qu'en période de révision. » - Nous avons tous déjà probablement fait l'expérience de ce type de procrastination. Si vous avez identifié un problème de concentration, vous pouvez facilement y remédier.

Fauteuil

Il doit être confortable et encourager une assise active. Si vous ressentez une gêne au niveau du dos ou du cou, vous ne pouvez pas vous concentrer sur votre travail.



Écran

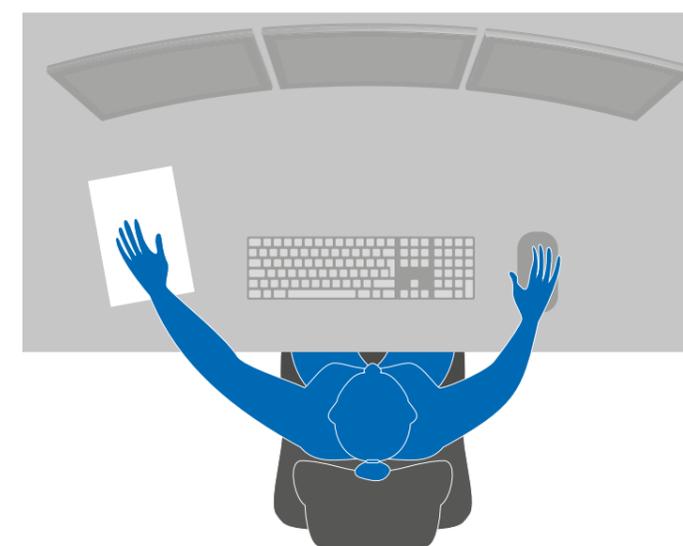
Souvent trop bas, il est inévitablement à l'origine de tensions. Le regard doit être au niveau du tiers supérieur du moniteur.

Clavier

Il doit être relativement proche du corps pour éviter une posture penchée. Pour les personnes qui tapent beaucoup, il est recommandé d'utiliser un plateau pour les mains. Les claviers plats sont silencieux.

Bureau

Un bureau ergonomique a une profondeur de 80 cm et une largeur de 160 cm, sa surface est peu réfléchissante et, idéalement, la table est réglable en hauteur pour permettre le travail en position debout.



Souris de PC

Si vous travaillez beaucoup avec la souris, utilisez une souris ergonomique pour éviter les problèmes causés par une mauvaise posture permanente de la main. Placez la souris aussi près que possible du clavier.

Principes de performances



Votre fauteuil, le bureau et l'écran sont correctement réglés. Vous avez bien dormi. Vos collègues savent qu'ils ne peuvent vous déranger qu'en cas d'extrême urgence. Enfin, si l'éclairage, l'acoustique et la température de la pièce sont correctement réglés, vous ferez des étincelles au travail.

- 1 **L'environnement idéal** : Une température comprise entre 20 et 22 degrés, et une humidité comprise entre 40 et 60 %.
- 2 **Une lumière du jour suffisante** a un effet stimulant et motivant. Pensez à bien choisir votre store pour éviter d'être ébloui ou d'avoir une température trop élevée.
- 3 **L'éclairage optimal** combine le plafonnier avec la lumière indirecte et la lampe de bureau est placée latéralement.
- 4 **Les murs blancs** ont un effet stimulant. Si vous préférez la couleur, renseignez-vous avant sur l'effet qu'elle peut avoir sur votre humeur.
- 5 Pour **absorber les sons**, posez des tableaux au mur ou des absorbants phoniques.
- 6 **Aérez la pièce en grand** pour renouveler l'oxygène et éviter que l'air ne devienne trop sec, surtout en hiver.
- 7 **Les plantes** vertes sont parfaites pour renforcer l'humidité ambiante du bureau.
- 8 Maintenez votre **bureau ordonné** : rangez-le et, si possible, conservez uniquement le strict nécessaire.
- 9 **Nourriture** : Les fruits frais, les légumes et les noix favorisent la concentration. Un repas de midi trop copieux, en revanche, est nocif à la concentration.
- 10 **Boissons** : C'est l'eau qui hydrate le mieux. Dans l'idéal, gardez toujours une bouteille d'eau et un verre à portée de main au bureau. Le café améliore la concentration à court terme, mais il est déconseillé d'en boire plus de deux tasses par jour, la caféine pouvant entraîner des problèmes de santé.
- 11 **Le mouvement** : Un chewing-gum ou une courte promenade favorisent la concentration.

Commencez par le plus difficile : ne remettez pas à plus tard les tâches difficiles qui exigent une grande concentration. Une fois le plus dur accompli, tout le reste vous semblera facile.

Installez votre **imprimante** dans une pièce adjacente afin de ne pas être perturbé par le bruit.

24/7 et non pas 8h -17h

Normalement, personne n'est appelé à rester 24 heures sur 24 aux commandes ou dans un centre de contrôle. Ce type d'endroit nécessite toutefois la prise en compte de points essentiels. Même si les différentes activités dans les salles de commande, salles de mesures et autres espaces de contrôle nécessitent une approche distincte, ils partagent des caractéristiques qui entraînent des exigences ergonomiques particulières.

Haute concentration
nécessaire en permanence

Charge additionnelle
due au travail en équipes



Niveau de stress élevé

Les erreurs peuvent avoir des conséquences immédiates et graves.

Changement d'utilisateur
sur les postes de travail

Un bon fauteuil 24 heures doit être adapté à l'usage qui en sera fait. Il doit offrir un confort d'assise durable et permettre d'alterner rapidement entre position active et détendue pour éviter les tensions et la fatigue prématurée. En outre, il doit s'adapter à un large éventail d'utilisateurs et résister aux fortes contraintes d'une utilisation continue.

Le fauteuil ergonomique La base pour une bonne assise

La conception et le fonctionnement de la colonne vertébrale ainsi que les préceptes pour une bonne assise énumérés précédemment dessinent un cahier des charges clair pour un fauteuil ergonomique: Il doit être adaptable aux dimensions corporelles des différents utilisateurs, soutenir une assise droite, et favoriser les changements de positions grâce à sa mécanique.

Tout est d'aplomb

Le travail monopolise toute notre attention. Conserver dans le même temps une position consciente saine n'est pas possible. Avec l'aide d'un dossier suffisamment haut et large, d'un support lombaire ① et d'un angle d'assise réglable ②, c'est le fauteuil qui remplit ce rôle. Le bassin se redresse, l'épine dorsale s'étire, le corps est à l'aplomb.

Assise dynamique

Pour que nous changions fréquemment de position sur notre fauteuil, un fauteuil de bureau intègre idéalement un mécanisme favorisant les mouvements ③. Ceci permet une meilleure alimentation des disques intervertébraux et stimule la circulation sanguine.

Compatible de S à XXL

Grand, petit, large ou mince – peu importe. Un bon fauteuil offre un confort d'assise sain pour quasiment toutes les mensurations. Pendant les longues périodes d'assise, un bon rembourrage ④ aide à rester détendu et concentré, ce qui permet notamment d'éviter les pressions sur les ischions. La hauteur du siège ④, les accoudoirs ⑤ et la profondeur du siège ⑦ doivent être réglables pour accroître le confort et éviter les mauvaises postures.

Stabilité

Les fauteuils 24 heures doivent aussi être très résistants et inusables pour supporter une utilisation intensive. Le fauteuil doit donc à minima être conforme à la norme BS 5459 et aux prescriptions du label GS (Geprüfte Sicherheit, sécurité éprouvée), et notamment offrir une capacité de charge jusqu'à 200 kg.

Des solutions adaptées à l'usage intensif d'un fauteuil 24 heures

En théorie, le calcul est simple : un fauteuil de centre de contrôle est en moyenne 5 fois plus utilisé qu'un fauteuil de bureau. Si un fauteuil de bureau dure 10 ans, le même fauteuil doit donc durer 2 ans dans un centre de contrôle. Dans la pratique, ce calcul se révèle cependant erroné : les fauteuils de bureau sont bien plus rapidement hors d'usage et inutilisables dans un centre de coordination. En effet, cette comparaison ne prend pas en compte certains facteurs importants. Le fauteuil est utilisé par des personnes différentes et les réglages sont donc souvent modifiés. Les utilisateurs passent une partie sensiblement plus importante de leur temps de travail en position assise et adoptent fréquemment des positions qui éprouvent fortement le fauteuil. Enfin, ces utilisateurs étant majoritairement masculins, leur poids moyen est plus élevé. Notre Programme de stabilité ergonomique ESP apporte la garantie qu'un Svenstol® S5 est de taille à supporter ces contraintes durant de nombreuses années.

1 Construction du cadre en acier

Contrairement à celui des fauteuils de bureau, le cadre du Svenstol® est entièrement en acier, si robuste qu'il pourrait même résister à un crash test. En revanche, s'il devait être endommagé, soit une réparation complète s'impose, soit le fauteuil est définitivement inutilisable.

2 Mécanisme stable et facile d'entretien

Principe de notre mécanisme : allier confort élevé avec une construction aussi simple que possible et une stabilité maximale. En cas de défaut, le mécanisme complet peut être facilement démonté.

3 Piètement 6 branches

Le sixième pied supplémentaire permet – à la différence des autres piétements – d'apporter une haute sécurité contre le basculement même lors de positions d'assise extrêmes. D'autre part, il permet d'abaisser de 20% la charge sur le piètement.



4 Matériaux d'habillage robustes

L'importance du confort d'assise : un travail facilité et une plus grande durabilité. C'est pourquoi nous avons sélectionné des matériaux avec des propriétés spécifiques pour l'habillage. Le cuir est à la fois respirant et robuste, le tissu est environ 20 fois plus résistant à l'abrasion que le tissu des fauteuils de bureau ordinaires. D'autre part, il existe des habillages spécifiques pour les porteurs d'armes.

5 Accoudoirs Svenstol®

Accoudoir développé en interne : il suffit de tirer sur l'accoudoir pour l'ajuster, quelle que soit la position assise. Le support en aluminium et le revêtement en polyuréthane de dureté moyenne constituent la combinaison idéale entre confort et durabilité.

6 Rembourrage remplaçable

La mousse de rembourrage à élasticité permanente, est une qualité issue de la recherche automobile (seulement 15 % de perte d'élasticité en 36 mois). Elle allie confort d'assise et durabilité.

Si malgré tout le confort venait à diminuer après des années d'usage intensif, le coussin d'assise peut être facilement remplacé.

7 Colonne du vérin à gaz pour le réglage en hauteur

Le vérin à gaz est une pièce du fauteuil particulièrement mise à rude épreuve. La charge et les flexions sont absorbées par un tube de pression adapté (autoportant). Notre vérin à gaz est conforme aux prescriptions de la plus haute classe de dureté.

Confort d'assise

Mieux travailler en étant détendu

Un confort d'assise insuffisant se ressent d'abord aux endroits sur lesquels la pression d'assise devient trop élevée – principalement dans la région du fessier ou des cuisses. C'est en essayant de soulager ces zones que l'on place son corps en déséquilibre. Certains muscles sont surmenés et il en résulte des tensions. On commence à se contorsionner dans son fauteuil, ce qui à la longue entraîne des maux du dos, de tête, fatigue et perte de concentration.

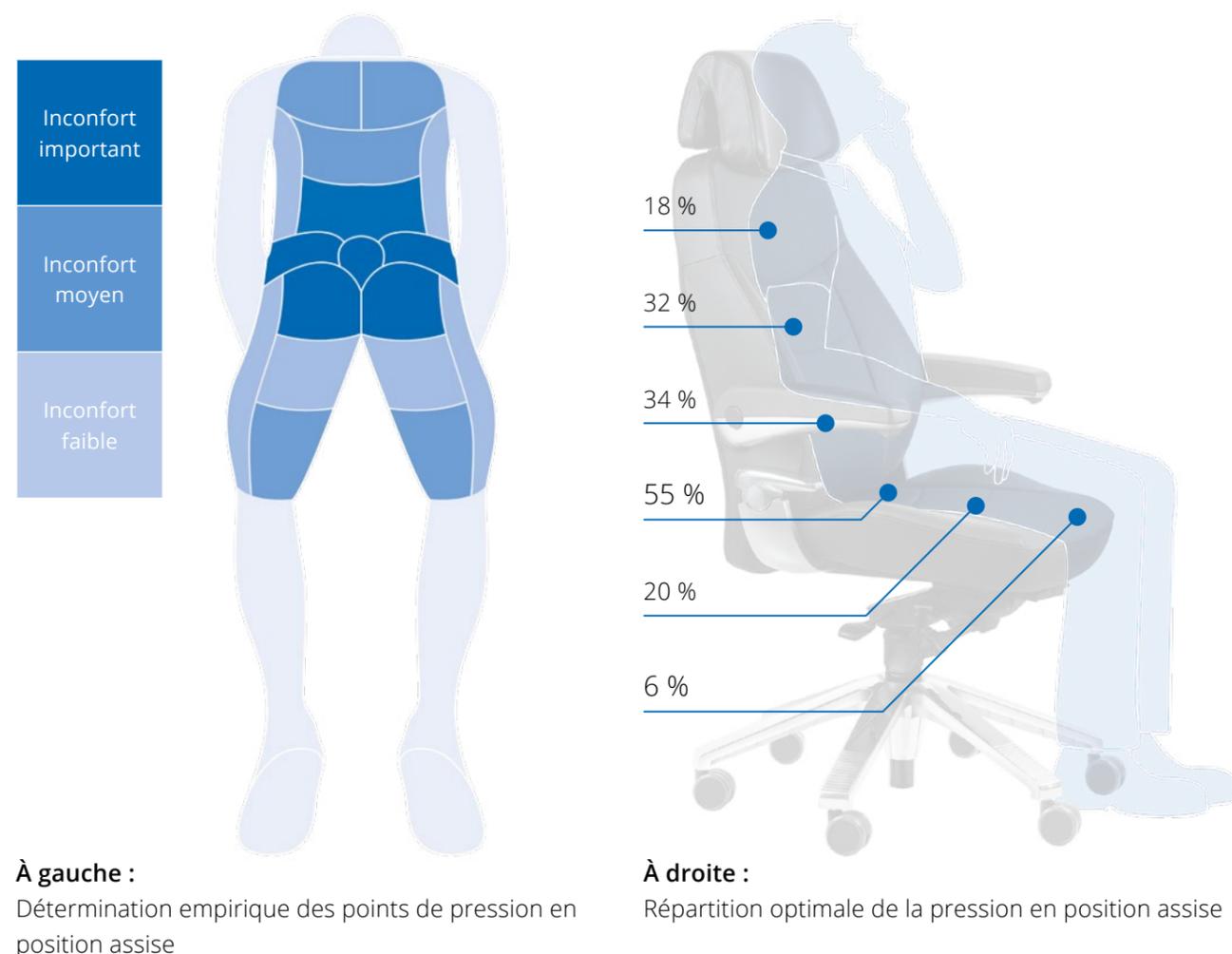
Un bon rembourrage d'assise doit autant que possible éviter les compressions. L'utilisateur doit être en mesure d'adopter et de conserver une position assise active. Elle a pour avantage de répartir le poids de fa-

çon équilibrée, de détendre les muscles, d'améliorer la circulation sanguine et facilite la respiration et l'alimentation en oxygène du cerveau par l'abaissement de la pression sur le diaphragme.

Services de police, de secours, réseaux d'approvisionnement ou de communication : en centre de contrôle, le facteur sécurité humaine joue un rôle central. Les erreurs lourdes de conséquence peuvent être évitées par un environnement de travail favorisant une position détendue et la concentration mentale. En particulier, un fauteuil adapté avec un grand confort d'assise peut donc contribuer à plus de sécurité et de fiabilité.

Distribution optimale de la pression

sur la base des points de pression déterminés lors de tests en position assise



Coûts & bénéfices

Pourquoi un fauteuil de bureau type centre de contrôle est un bon investissement

Les sièges des centres de contrôle sont utilisés 8 760 heures par an, contre seulement 1 800 heures pour les fauteuils de bureau.

Si l'on prend également en compte les contraintes causées par le changement d'utilisateur et l'alternance - inhérentes à l'activité - plus fréquente entre une position d'assise active et une position détendue, les fauteuils des centres de contrôle sont 7 fois plus sollicités que les fauteuils de bureau.

Un fauteuil de qualité, développé en considération de ces exigences, a naturellement un prix, qui est à relativiser au regard de sa durée de vie effective :

	Fauteuil de centre de contrôle	Fauteuil de bureau ordinaire
Prix moyen HT	1650 €	570 €
Usage effectif moyen	7 ans	2 ans
Coût par an	235 €	285 €



Un investissement rentable

En raison de la supervision d'écrans et de la posture assise prolongée, le travail dans les centres de contrôle peut occasionner des risques pour la santé. Un bon fauteuil de contrôle n'est pas seulement une dépense, mais aussi un investissement dans le capital santé des employés. Le prix est à considérer au regard du potentiel d'économie possible.

Si ne serait-ce qu'un seul jour d'arrêt maladie d'un employé sur les 4 ou 5 constatés en moyenne peut être évité, les coûts seraient alors déjà amortis en un an.

En 7 ans, cela représente une belle rentabilité, sans compter la valeur de la satisfaction des employés.



StolComfort France SARL

Parc économique de la Sauer
3, rue de l'étang
67360 Eschbach
France

Tel. + 33 03 88 86 73 90

info@stolcomfort.com

www.stolcomfort.com