



Le bien-être au travail

EPOS | SENNHEISER



Favoriser la mobilité et changer ses habitudes

Les communications unifiées ont transformé le paysage de l'entreprise en facilitant les communications mondiales comme jamais auparavant. Les télétravailleurs et collaborateurs à distance disposent désormais d'un accès fiable et simple à leur entreprise. Cela permet à cette dernière de mener ses activités qu'elle que soit la localisation de ses collaborateurs.

Les nouvelles technologies favorisant la mobilité montrent à quel point les traditionnels outils de communication peuvent être remplacés par des solutions plus efficaces. Ces technologies peuvent avoir un impact très positif sur le bien-être au travail en optimisant la mobilité et le confort des employés.

Quels effets sur les salariés ?

– Des collaborateurs plus épanouis,
en meilleure santé et plus motivés.

Malheureusement, malgré le bénéfice apporté par les appareils mobiles, l'homme préfère rester assis plutôt que de se déplacer. Les employés ont souvent du mal à tirer le meilleur parti des nouvelles technologies qui leur permettraient de profiter d'un cadre de travail plus sain. Or, pour impulser ce changement, tant au niveau des technologies UC que des environnements de bureau, il est essentiel de changer certaines habitudes.



Les risques sanitaires d'une sédentarité excessive au travail

Plusieurs études récentes portant sur les conditions de travail des employés ont mis en lumière les problèmes de santé résultant de la sédentarité excessive observée dans nombre d'environnements de bureau. Rester assis pendant de longues périodes peut comprimer les organes internes et, ainsi, diminuer la circulation sanguine dans le corps. Cette situation contribue à augmenter la pression sanguine et à favoriser les maladies cardiovasculaires, l'hyperactivité pancréatique ou le diabète.

La baisse du flux sanguin peut «embrumer» le cerveau du fait d'un manque de sang frais et d'oxygène vers le cerveau. La sédentarité entraîne un ralentissement de la pensée car le cerveau n'est pas suffisamment alimenté. Au final, les employés peuvent perdre de cette vivacité d'esprit tant recherchée par les environnements de travail modernes.

Une ergonomie médiocre ne fait qu'empirer la situation avec l'apparition de douleurs au dos et au cou, dans un contexte de sédentarité accrue. Lorsqu'il utilise un combiné, l'utilisateur est généralement contraint de coincer son appareil entre le cou et l'épaule afin de garder les mains libres pour effectuer d'autres tâches. Cette mauvaise posture entraîne une compression des vertèbres cervicales avec des douleurs au niveau du cou, de l'épaule mais aussi du dos, ces dernières étant liées à une pression excessive exercée sur les disques intervertébraux.



Des solutions pour améliorer le bien-être des employés

Aujourd'hui, les entreprises visionnaires font du bien-être de leurs collaborateurs une priorité en faisant appel aux technologies nouvelle génération ET en veillant à préserver la santé de leurs effectifs. Les solutions de communication avancées (micro-casques sans fil optimisés UC et équipés de fonctionnalités ergonomiques, etc.) jouent un rôle crucial dans l'amélioration des conditions de travail des employés.

La mise en place d'un environnement de bureau favorisant la mobilité et la flexibilité des employés contribue en outre à créer un meilleur équilibre entre sédentarité et mobilité sur la durée. Un collaborateur peut se déplacer d'un service à l'autre, voire d'un étage à l'autre, afin de consulter un collègue plutôt que de lui envoyer un e-mail. Cette mobilité favorise les interactions entre employés et, ainsi, la cohésion sociale au sein de l'entreprise en leur offrant la possibilité de mettre un visage sur chaque nom. Les entreprises dotées d'un programme d'optimisation du bien-être favorisant les interactions entre employés ont observé une amélioration de leurs relations employés-clients – un bénéfice inattendu directement lié à l'amélioration de la sociabilité au sein de l'entreprise.

Certaines entreprises avisées vont encore plus loin à travers la mise en place de réunions « debout » ou en marchant. Comme leur nom l'indique, ces réunions permettent aux employés de discuter des questions à l'ordre du jour en marchant ou d'assister à une réunion en restant debout. Ce genre d'initiatives contribue à favoriser la circulation sanguine dans le corps et le cerveau.

Et donc à stimuler la santé et la productivité des employés. Les bureaux à position debout, flexibles (on peut être debout ou assis) et même mobiles ont le même effet positif, certains permettant de gérer simultanément plusieurs écrans. Utilisés de pair avec un micro-casque sans fil, ils renforcent le bien-être physique mais aussi psychologique des employés, découlant directement d'une amélioration de leur productivité, de leur satisfaction et de leur confiance.



Solutions de communication sans fil favorisant le bien-être des employés

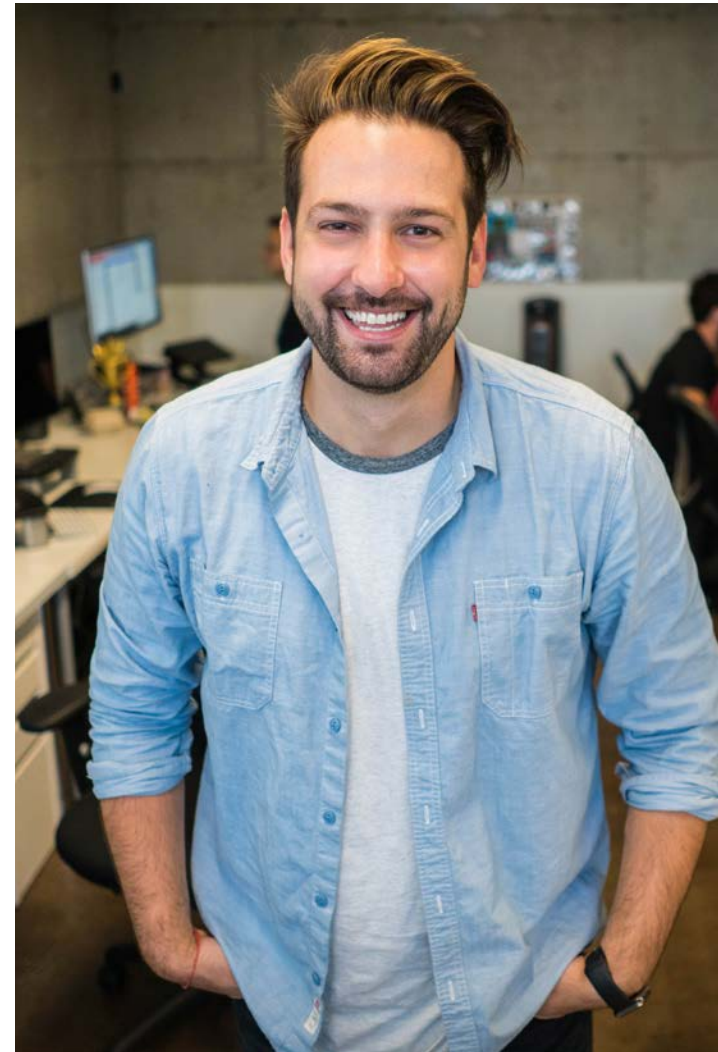
Les espaces de travail favorisant la mobilité contribuent à améliorer grandement l'épanouissement des employés en réduisant certaines habitudes sédentaires. Ils encouragent les mouvements physiques tout au long de la journée et améliorent le bien-être psychologique en dynamisant les interactions personnelles au bureau.

Aujourd'hui, les solutions de communication sans fil professionnelles disposent de fonctionnalités spécialement conçues pour offrir à leurs utilisateurs les avantages suivants.

La tranquillité d'esprit que procurent les micro-casques sans fil nouvelle génération a aussi un impact positif sur le bien-être des employés. Avec une mauvaise qualité audio, le cerveau doit consacrer davantage d'énergie au traitement des informations entrantes, entraînant ainsi une

hausse de la fatigue et une baisse de l'efficacité. L'assurance mentale des employés, générée par la confiance en leur appareil mobile et les avantages procurés par la mobilité, stimulent l'épanouissement psychologique, en plus du bien-être physique naturellement engendré par la mobilité.

Ensemble, tous ces facteurs contribuent à réduire les mauvaises habitudes liées à une position assise prolongée et à améliorer le bien-être des employés. Ce qui se traduit à l'arrivée par une plus grande satisfaction au travail. Cette hausse du bien-être tant physique que psychologique a un impact direct sur la productivité des effectifs. Les micro-casques sans fil s'imposent donc comme le choix par excellence pour les employeurs qui souhaitent capitaliser au maximum sur leur investissement technologique.





La **mobilité** associée aux micro-casques sans fil améliore le bien-être des employés en leur permettant de mieux collaborer et d'effectuer plusieurs tâches en même temps – compétences essentielles dans l'entreprise au rythme ultra rapide. Les gains de temps générés par l'optimisation des tâches courantes – sans la peur d'être pris dans les fils des micro-casques – favorise la montée en compétence et la productivité des collaborateurs.



L'**ergonomie**, identifiée comme l'un des éléments clés du bien-être des employés, permet d'améliorer la posture corporelle, mais aussi de personnaliser le port du micro-casque (oreille gauche ou droite) des utilisateurs. Les micro-casques sans fil nouvelle génération éliminent les postures crispées induites par l'utilisation d'un combiné téléphonique, que l'employé doit généralement coincer de manière inconfortable entre le cou et l'épaule afin de garder les deux mains libres pour les tâches courantes. En favorisant une posture correcte, ils permettent de réduire les douleurs de cou et de dos chroniques engendrées par l'utilisation d'un tel appareil.

Les micro-casques sans fil peuvent également être utilisés de manière personnalisée (à l'oreille gauche ou droite) en fonction des préférences de chaque employé. Enfin, l'utilisation de matériaux de haute qualité contribue également à améliorer le confort tout au long de la journée – un aspect essentiel pour les employés qui portent leur micro-casque de 8 à 10 heures par jour.



La **fiabilité audio et la qualité sonore** sont, aujourd'hui, les deux priorités principales des utilisateurs de micro-casques sans fil. Ces facteurs ont une implication majeure sur la mobilité des employés, qui peuvent ainsi se déplacer dans leur bureau sans dégrader la connexion ou la qualité de leur appel.

Avec leur portée sans fil étendue, les micro-casques sans fil DECT offrent une expérience d'écoute naturelle des deux côtés de la ligne pour des communications d'une efficacité inégale – même dans les circonstances les plus difficiles. Se lever pour aller vers l'imprimante ou se servir un verre d'eau tout en poursuivant son appel peut aussi avoir un impact positif sur le bien-être et la productivité de l'employé. Cela lui permet de réduire le temps d'attente du client tout en se déplaçant.



Favoriser l'épanouissement des employés

Les environnements de bureaux favorisent une sédentarité qui, aujourd'hui, est reconnue comme étant de plus en plus néfaste à la santé physique et psychologique des employés. Les micro-casques sans fil offrent une solution innovante et efficace pour relever ce défi. Ils renforcent la liberté de mouvements des utilisateurs, leur permettent d'effectuer plusieurs tâches en même temps, leur offrent un confort de port supérieur et contribuent à leur sérénité.

Leurs avantages :



Fiabilité

La réduction de bruit offre aux employés un son supérieur pour des communications d'une qualité incomparable, même lorsqu'ils se déplacent dans des environnements professionnels bruyants.

Portée sans fil longue distance

L'employé peut se déplacer dans le bureau tout en poursuivant ses appels, ce qui améliore la qualité du service apporté au client.

Autonomie

Le micro-casque sans fil dispose d'une autonomie d'une journée de travail complète. L'employé l'utilise ainsi sans avoir à se soucier de l'état de la batterie.

L'ergonomie renforcée

Elle protège l'employé des risques de santé liés à une sédentarité excessive. Les matériaux haute qualité lui procurent un confort supérieur pour des performances de haut niveau tout au long de la journée.

Mobilité

L'employé peut effectuer plusieurs tâches en même temps à son poste de travail, mais aussi dans tout le bureau.



Optimisez le bien-être de vos collaborateurs grâce aux micro-casques EPOS. EPOS offre une large gamme de solutions conçues pour une compatibilité totale avec la plupart des plateformes UC. Les utilisateurs profitent ainsi d'une mobilité inégalée tout en bénéficiant d'un son exceptionnel – en émission comme en réception.

Pour plus d'infos, rendez-vous sur :
eposaudio.com/headsets

Références

www.washingtonpost.com/apps/g/page/national/the-health-hazards-of-sitting/750/
www.getaustraliastanding.org/
www.getaustraliastanding.org/introduction
www.businessandindustry.co.uk/human-resources/employee-wellbeing-kcimf/why-britain-needs-to-campaign-for-active-working
www.businessandindustry.co.uk/human-resources/employee-wellbeing-kcimf/why-tackling-musculoskeletal-disorders-must-become-a-priority
www.tk.de/tk/pressemitteilungen/bundesweite-pressemitteilungen/820296
<http://en-uk.sennheiser.com/news-increased-mobility-for-office-workers-could-literally-save-lives>
www.thelancet.com/series/physical-activity-2016
www.cheatsheet.com/life/side-effects-of-sitting-all-day.html/
www.bloomberg.com/news/articles/2017-05-01/wall-street-wellness-programs-are-now-used-to-drive-sales

