

AUTOMNE 2020 / N°2

10h27

LE P'TIT MAG BRUNEAU

TÉLÉTRAVAIL
VERS UNE
TENDANCE
DURABLE ?

DÉTOX DIGITALE
MODE D'EMPLOI

RECHERCHE
TESTEURS MOTIVÉS !



Bruneau
TOUT LE BUREAU EN MIEUX!

La vie est plus belle en pastel !

Menthe à l'eau



Touche de turquoise



Brume de lilas



Souçon de rose



Crème de jaune



Teint de pêche



RECHERCHE TESTEURS *Motivés!*

À la Rédaction Bruneau, on aime tester plein de sujets, de projets, de produits... Et aujourd'hui, on aimerait vous donner la parole à vous aussi ! Que diriez-vous de faire partie de notre groupe de testeurs ?

Votre mission : tester des produits que l'on vous envoie et nous dire ce que vous en pensez, sans langue de bois ! En contrepartie, vous gardez les produits tests ;)

Vous êtes volontaire et motivé ? Cool !

Pour rejoindre le groupe, faites-vous connaître par ici :

Bruneau.fr/testeurs



Pour voir la vidéo rendez-vous sur le site BruneauScan.me et scannez cette page.



SOMMAIRE

- 04 PERSPECTIVES**
Télétravail : vers une tendance durable ?
- 06 À VOTRE SANTÉ !**
Détox digitale : mode d'emploi
- 08 CE SERA BREF**
- 10 SANS LANGUE DE BOIS**
Le test du repose-pieds
- 12 BÈÈÈH**
Le mouton à cinq pattes
- 14 DÉCRYPTAGE**
La loi plastique pour les nuls
- 16 ÇA SENT LE VÉCU !**
Fêter son anniversaire au bureau : bonne ou mauvaise idée ?
- 17 EN MODE SHOPPING**
- 18 PAUSE !**

Télétravail : VERS UNE TENDANCE DURABLE?

Alors qu'il plafonnait jusque-là à 3 %, le télétravail a concerné près de 40 % de la population pendant le confinement. Depuis le début de l'été, les entreprises rapatrient désormais petit à petit leurs salariés mais la tendance du travail à domicile tend à se poursuivre. Reste à trouver le juste équilibre entre l'intérêt des employeurs et celui des salariés. Avantages et points de vigilance, on fait un petit tour de la question !

LES AVANTAGES

Calme + concentration = meilleure productivité !

Fini les perturbations incessantes bien connues des open spaces ! Quand on travaille à la maison, on est au calme et on peut se concentrer beaucoup plus facilement qu'au bureau, sans être constamment dérangé par le bruit ambiant... Mais pour être vraiment efficace, il faut également une discipline et une organisation au top : fixez-vous des objectifs clairs, un planning et une to-do list chaque jour et surtout... n'oubliez pas de faire des pauses pour vous dégourdir les jambes et de vous fixer une heure de début et une heure de fin !

Équilibre vie professionnelle / vie familiale

Si vous disposez d'un trajet conséquent pour vous rendre au bureau, le travail à domicile a de vrais avantages : gain de temps dans les transports (la planète vous en remercie) et gain d'argent ! Le temps « gâché » dans les transports peut être réutilisé pour dormir plus longtemps ou bien pour réaliser des activités personnelles autrement difficiles à caser dans une journée normale de travail... Du coup, on se sent mieux, on est plus épanoui et encore plus productif.



LES POINTS DE VIGILANCE

Un (vrai) poste de travail adapté et confortable

Trouver un espace dédié pour travailler à domicile est indispensable pour être efficace. Équipez-vous par exemple d'un vrai siège de bureau réglable, d'un clavier et d'une souris ergonomiques, d'un casque audio... Prenez soin également de bien vous positionner à votre bureau. On fait souvent l'erreur de ne pas s'installer correctement, mais on en paie vite les pots cassés !

Gare à l'isolement !

L'homme est un animal sociable... Entreprises et salariés s'accordent à dire que 5 jours sur 5 en télétravail, c'est trop ! Il est important de garder du lien avec ses collègues (autre qu'en visio-conférence) et la notion de collectif est essentielle en entreprise. Il est utile de se retrouver de temps en temps pour la convivialité certes, mais aussi parce que certaines réunions ou échanges informels sont parfois plus efficaces en présentiel. Reste à trouver le juste équilibre entre le temps de télétravail versus travail sur site, au cas par cas et pour chaque entreprise.

FLEX OFFICE ET TÉLÉTRAVAIL, LA COMBINAISON GAGNANTE ?

Le flex office, autrement dit, le bureau flexible, fait partie des grands gagnants de la crise. Le concept est simple : il s'agit de réaménager les espaces de travail existants (notamment les open spaces) en bureaux partagés, dans lesquels les salariés n'ont pas de poste de travail attribué. Un système de rotation des équipes permet ainsi d'alterner les phases de travail à domicile et de travail au bureau.

Avantages ? Moins de personnes sur site, gain immobilier potentiel... Mais aussi, le fait de changer de voisin de bureau peut stimuler la communication inter services, la collaboration et la créativité ! Dans tous les cas, la crise du Coronavirus amène les entreprises à repenser leurs espaces de travail et le flex office fait partie des solutions en vogue.

DÉTOX DIGITALE :

mode d'emploi

Plus que jamais, les nouvelles technologies remplissent notre quotidien pour le meilleur et pour le pire ! Stress, troubles du sommeil, burn-out, maux de tête... Les spécialistes commencent seulement à mesurer concrètement les effets de l'hyper-connectivité sur la santé et c'est pas joli-joli ! Et si on changeait nos vilaines petites habitudes ?

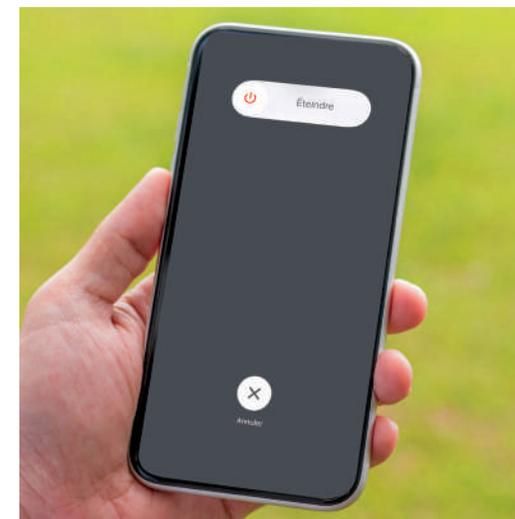


Faire la chasse à la lumière bleue

Selon le CSA, on dénombrait en 2018 en moyenne 5,6 écrans par foyer et on ne compte même pas les écrans utilisés au travail ! Si les écrans ont des usages différents, ils ont tous le point commun de captiver le regard et l'attention. Le coupable ? La lumière bleue ! Présente dans tous les écrans, celle-ci dérègle le rythme biologique en gardant le cerveau en « éveil », il en découle des troubles du sommeil mais aussi de la concentration et ça, quel que soit votre âge. Essayez donc de faire la chasse aux temps inutilement passés sur les écrans. Avez-vous besoin de votre ordi à chaque réunion par exemple ?

Passer des soirées sans écran

Votre cerveau a du mal à déconnecter en fin de journée ? Rangez la télécommande du téléviseur et faites-vous des soirées « sans écran » : sport, cuisine, jeu de société, lecture, danse, dessin... Ces loisirs permettent de préparer doucement votre corps à la phase de sommeil tout en préservant vos yeux.



F.lux, l'astuce anti lumière bleue

Disponible en téléchargement gratuit sur internet, le logiciel F.lux change le rendu colorimétrique de votre écran en suivant le rythme du soleil, avec une lumière douce au réveil, plus blanche en journée et douce en soirée. Vos yeux vont adorer.

Désactiver la messagerie pro

Entre nous, l'idéal est de ne jamais (ô grand jamais) installer votre messagerie pro sur votre smartphone mais bon, on sait, c'est dur. Cependant, vous pouvez doser votre temps de connexion en désactivant le soir la messagerie ou à minima ses notifications. Vous serez ainsi moins tenté de consulter vos e-mails hors des plages de travail.

Créer des zones sans smartphone

Qui ne s'est pas déjà senti seul face à une personne captivée par son téléphone ? Pour préserver les bons moments passés en famille, entre amis ou même entre collègues, créez des espaces sans smartphone en salle de pause, au resto ou à la maison... et refaites une vraie place à la convivialité !

Renouer avec un bon vieux radioréveil

Utiliser son smartphone comme réveil, oui, d'accord, c'est pratique... mais c'est un piège ! Le fait de l'avoir à portée de main vous pousse à l'utiliser avant de vous coucher, ce qui est très néfaste pour votre endormissement. Laissez votre smartphone au salon et investissez dans un radioréveil ou un réveil lumière du jour.

MOBILIER

Des mesures barrières pour la vie !

Lingettes, spray, gels hydro...

Les produits désinfectants, ça, on connaît !

Mais savez-vous que le mobilier lui-même peut être une barrière efficace contre les virus ? C'est ce que l'on a découvert sur Bruneau.fr ! Spécialement conçues avec un traitement antibactérien, les surfaces mélaminées Sanitized® de certains bureaux, tables et cloisons détruisent ainsi 99,9 % de bactéries en 24 h. Leur secret ? Une protection renforcée à base d'ions Ag+ intégrés dans le matériau. Cerise sur le gâteau : cette protection ne migre pas et ne s'altère pas dans le temps car ses agents actifs sont réactivés lors du nettoyage des surfaces. Chapeau !

Bruneau.fr/eboutique/mobilier-antibacterien.htm



08

NOUVEAU

Adieu cartouche, bonjour bouteille !

Les imprimantes à réservoir d'encre, vous connaissez ? Ce sont des imprimantes qui utilisent des bouteilles à encre au lieu des traditionnelles cartouches. Et qu'est-ce que ça change, direz-vous ? Beaucoup de choses ! Tandis qu'une cartouche d'encre classique permet de réaliser 1 000 impressions en moyenne, une bouteille d'encre offre une autonomie de plus de 10 000 impressions. Autre avantage, les recharges sont très faciles à faire grâce aux embouts détrompeurs et, en bonus, les niveaux d'encre sont tous visibles depuis la façade de l'imprimante, donc fini les pannes sèches ! Bref, nous, on est fan !

Rendez-vous sur Facebook.com/bruneau du 15 septembre au 15 octobre pour tenter votre chance et **gagner une imprimante Epson EcoTank** à réservoir d'encre d'une valeur de 400 € ht ! Si la chance ne vous sourit pas, vous trouverez toutes nos imprimantes à réservoir d'encre sur Bruneau.fr :)



09



ESPACES DE TRAVAIL

(Ré)Aménagez vos bureaux l'esprit tranquille

Déménagement, réaménagement dans le respect des consignes sanitaires, extensions ou optimisation de bureaux... Si vous êtes sur le point de repenser vos espaces de travail, on a un excellent tuyau pour vous : l'équipe Bruneau Aménagement vous aide à réaliser TOUS vos projets ! Analyse de vos besoins, recherche de produits, réalisations de plans 2D et 3D, livraison et montage en seulement 5 jours ouvrés... Bref, nos experts s'occupent de tout pour concrétiser vos projets. Demandez une étude, c'est gratuit.

Bruneau-amenagement.fr

COCORICO

Le « Fabriqué en France » à l'honneur

Solidaire de ses partenaires et fournisseurs français, Bruneau met la fabrication française à l'honneur. Au total, plus de 2 500 produits « 100 % frenchy » se partagent la vedette sur Bruneau.fr. On dit bravo... et même « cocorico » !

Retrouvez tous les produits fabriqués en France sur Bruneau.fr/eboutique/fabrication-francaise

LES EXPRESSIONS DU BUREAU

« Pas de problème, je te fais ça tout de suite »



C'est vraiment agréable de travailler avec des gens serviables qui ne vous font pas sentir qu'ils sont tout le temps débordés (même s'ils le sont !).

« J'ai vu passer ton mail... »



Ah super. Et sinon, tu comptes le lire et me répondre ou il faut qu'il repasse une deuxième fois ?!

LE TEST DU REPOSE-PIEDS

by *Natacha*

10

Un repose-pieds ? Fichtre, mais c'est pour les vieux ça ! Voilà ma réaction (primaire) quand j'ai vu que ma jeune collègue Laura, pour ne pas la nommer, avait fait l'acquisition de cet étrange objet... Elle y est allée à coup de « *mais si, je t'assure, c'est très agréable... C'est bon pour le dos, etc.* » Bon, ok ok. Pour ne pas finir ignare, je me laisse convaincre et décide de tenter l'aventure ! Yihaaa !



LA RENCONTRE

Au premier regard, lui et moi, on n'a pas vraiment accroché. Disons qu'il y a plus glamour comme compagnon de travail... Je le glisse donc discrètement sous mon bureau et le cale sous mes pieds. J'ai le sentiment d'être au volant d'une voiture en lévitation sur le pédalier, mais j'avoue que cette première impression n'est pas désagréable.

LA VIE ENSEMBLE

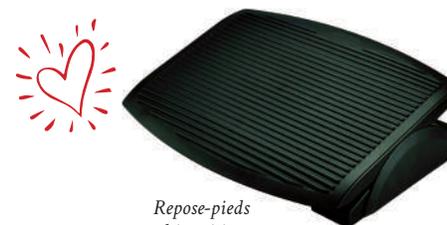
La première chose qui me frappe, c'est que ma position est différente. Je me suis assise naturellement plus en arrière sur mon siège de bureau, collée au dossier et ça, ça change tout ! Je suis plus droite (mon dos crie MER-CI), mes jambes mettent moins de pression sur le sol (c'est bon pour les articulations) et ça donne direct une impression de jambes légères. Sapristi, Laura aurait-elle vu juste ?

Et je ne suis pas au bout de mes surprises... Je m'aperçois que ce repose-pieds est multi-positions. En clair, il est doté d'un système de bascule qui permet de bouger les pieds d'avant en arrière. Une sorte de petit pont quoi. Mine de rien, ça permet de bouger les jambes tout en restant assis : un bon point pour les personnes qui passent de longues heures devant leur ordinateur, même si, on est d'accord, ça ne doit pas remplacer les pauses pour se dégourdir les jambes. Petit bonus, le repose-pieds de Laura possède des stries antidérapantes, les pieds sont bien calés et stables. Manquerait plus que ça dérape !

MARIAGE OU DIVORCE ?

Au diable les varices ! Fini les pieds gonflés et les jambes lourdes. J'ai pris conscience que le repose-pieds permettait finalement de se positionner de façon naturelle et très agréable. Verdict : Laura avait raison ! Ça me semble être un accessoire ergonomique plutôt malin pour préserver la santé et alléger les journées. Maintenant, son repose-pieds et moi, on vit une belle amourette en douce sous le bureau ♥. Il me reste juste une question en suspens. Avec des chaussures à talons, il paraît que c'est bien aussi, mais je dois en avoir le cœur net... Saperlipopette, en voilà une bonne excuse pour le garder une journée de plus !)

11



Repose-pieds
multi positions
44,95 € ht



Rendez-vous sur [BruneauScan.me](https://bruneauscan.me)
et scannez cette page pour découvrir
tous nos repose-pieds

NOTE : 17/20



COOL

- L'assise est plus active : les jambes bougent davantage
- On est correctement et confortablement assis
- Il dynamise la circulation sanguine



MOINS COOL

- Le look, mais on s'en fiche, ça ne se voit pas !

Le mouton À CINQ PATTES

Longtemps cherché, rarement trouvé, le mouton à cinq pattes sait se faire désirer. Heureusement, certains ont fait de sa recherche une spécialité... L'équipe MyBruneau sait comment le trouver !

Vous cherchez un produit non référencé dans le catalogue Bruneau ? My Bruneau s'engage à trouver le produit dont vous avez besoin, quelle que soit votre demande :

- du mobilier repéré chez un fabricant,
- une extension de gamme ou un coloris non proposé dans notre catalogue,
- des cartouches compatibles avec votre ancienne imprimante...

En plus, c'est gratuit ! Et là, vous vous dites « c'est pas vrai ?! »... Bêêeh si :)

Vas-y Roger,
tape m'en cinq!

Bêêeh !

LA LOI PLASTIQUE *pour les nuls*

14

Adieu gobelets, assiettes, pailles et autres couverts en plastique jetables ? Depuis début 2020 et l'entrée en vigueur de la loi Egalim, ces objets sont toujours autorisés à la vente, mais sous certaines conditions... Hélène Sutter, responsable produits chez Bruneau et spécialiste du sujet, nous apporte quelques éclairages.



*Hélène Sutter,
responsable produits*

Natacha : que dit la loi plastique ?

Hélène : cette loi découle d'une directive européenne dont la date d'application a été fixée au 3 juillet 2021. La France a souhaité accélérer le mouvement en interdisant la vaisselle plastique à usage unique dès le 1^{er} janvier 2020. L'objectif, c'est de limiter les déchets en plastique qui polluent et mettent des centaines d'années à disparaître. Cela concerne notamment les gobelets, verres, couverts et pailles jetables en plastique.

Natacha : du coup, pourquoi Bruneau vend-il encore de la vaisselle en plastique jetable ?

Hélène : la loi autorise encore la vaisselle jetable dès lors qu'elle constitue un emballage. Par exemple, une société peut encore mettre à disposition des gobelets en plastique s'ils sont associés à une fontaine à eau ou encore à un distributeur de boissons.

Natacha : existe-t-il aujourd'hui des solutions alternatives au plastique ?

Hélène : oui, mais pas suffisamment pour transformer le marché en totalité. Les capacités de production des industriels ne permettent pas de passer d'un marché à dominante plastique à un marché sans plastique dans l'immédiat. Les usines doivent être réaménagées avec de nouvelles machines de production et de nouveaux circuits d'approvisionnement doivent être travaillés. Certains industriels ont également besoin de temps pour mettre en place des solutions alternatives en limitant l'impact budgétaire

sur leurs coûts de production et donc sur le prix des produits. Le retournement complet du marché prendra un peu de temps, mais bonne nouvelle, le changement est en marche !

Natacha : en attendant la disparition définitive de la vaisselle plastique jetable, comment consommer autrement ?

Hélène : il existe déjà depuis longtemps des produits de remplacement chez Bruneau. Pour ceux qui veulent continuer à utiliser de la vaisselle jetable, les matières de substitution les plus évidentes sont le carton pour les gobelets ou les assiettes et le bois pour les couverts et agitateurs.

Avec la loi plastique, on voit aussi émerger de plus en plus de produits fabriqués à base de fibres de canne à sucre, matière qui donne de bons résultats en terme de rigidité et qui résiste aux hautes températures.

Autre solution - ou bonne habitude à prendre ! -, l'utilisation de la vaisselle « en dur » : mugs, gourdes, couverts en porcelaine ou en aluminium... à vous de choisir !)



15

FÊTER SON ANNIVERSAIRE AU BUREAU : BONNE OU MAUVAISE IDÉE ?



16

Au bureau, il y a deux écoles : ceux qui aiment fêter leur anniversaire et qui en parlent des jours avant (coucou Matthieu) et ceux qui posent des RTT ou une journée de télétravail le jour J en douce pour ne pas en entendre parler ! Alors faut-il fêter son anniversaire au boulot ? Éléments de réponse.

Qu'il soit tabou ou non, **fêter son anniversaire au bureau a ses adeptes et ses réfractaires.** Certains disent « *mais bien sûr, c'est sympa !* ». Pour d'autres, l'idée d'attirer l'attention sur ses pattes d'oie est aussi motivante qu'un déménagement.

Côté ambiance également, le sujet est discutable : la team youpi dira « *c'est une belle occasion pour rassembler les gens, de réveiller l'esprit d'équipe* » ! La team rabat-joie dira « *pff, il va falloir alimenter la conversation avec ce collègue à qui on ne sait jamais quoi dire* »...

Mais qui dit anniversaire dit aussi gourmandise ! Alors évidemment, il faut se lever un peu plus tôt pour aller à la boulangerie... Mais soyons honnêtes : qui n'a pas envie de commencer sa journée avec un bon croissant croustillant ?)

Et en pleine épidémie ? Pas question que tout le monde mette ses mains dans le sac de croissants ! Une solution : faire le service soi-même à l'aide de pinces par exemple en prenant soin de se laver les mains avant et respecter bien entendu les distances sociales.

Alors, oui, tout ça a un prix. Organiser un pot au bureau n'est jamais gratuit. Sans compter que si on prend trop, on risque de gâcher, si on ne prend pas assez, on passe pour une pince. Ceci étant, si vous vous y prenez à l'avance, vous aurez peut-être la chance de recevoir un petit cadeau... Trop cool !

Bref, anniversaire or not anniversaire ? À vous de décider et de le fêter comme vous le souhaitez ;)



01.



Rendez-vous sur le site BruneauScan.me et scannez cette page pour voir le détail des produits



02.

Les 5 COUPS DE CŒUR DE LA RÉDACTION

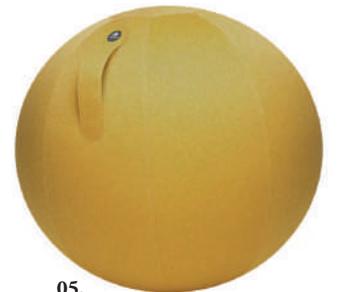
On a exploré Bruneau.fr à la recherche de produits tendance, sympas ou rigolos...
Voici nos trouvailles !



03.



04.



05.

01. Oh oui, de la couleur ! Le Bic, vieux jeu ? Que nenni ! Cette ribambelle de joyeux Bic aux couleurs acidulées vont faire pétiller vos journées ! **Pochette de 15 stylos bille Bic Cristal Multicolour**, réf : 709376, à partir de 8,30 € ht **02. Malin et branché comme un sac USB !** Port USB, compartiments multiples (dont PC), poche secrète... Ce joli sac à dos ne manque pas d'atouts pour séduire les pros connectés ! Bien joué. **Sac à dos 14-16" T'nB**, réf : 704115, 39,95 € ht **03. Des ramettes taille slim !** Ces nouvelles ramettes Clairalfa ont été pensées pour le télétravail ! Pratiques et surtout moins encombrantes (étui de 200 feuilles au lieu de 500), elles sont faciles à stocker à la maison grâce à leur pochette en carton. Bien vu :) **Papier Clairalfa A4**, réf : 711673, à partir de 3,65 € ht **04. Isolation acoustique garantie !** Idéal pour ne pas être dérangé et rester concentrer, ce casque Jabra anti-bruit vous enveloppe dans une bulle de silence propice au travail :) **Casque filaire Jabra Evolve 2**, réf : 711632, 119 € ht **05. Bien assis et des abdos en béton !** Se dessiner de jolis abdos tout en travaillant ? C'est possible ! Eh oui, ce ballon ergonomique permet, en plus d'être bien assis, de renforcer les muscles profonds du dos et de la ceinture abdominale... Une aubaine ! **Ballon ergonomique Ergoball**, réf : 710767, à partir de 75 € ht

17

LES MOTS *mêlés*

30 mots se sont cachés dans ces mots mêlés : à vous de les retrouver !

O T T S R J I N A R C E S S U N C V P S
 Q B F J I U T T E Y O X C E A L Z R N W
 D I E F A C E S U A P A A T R W V O J P
 K Q I E V Q L T L W H C N T C M A L A C
 W J C D C W E Q A I G O N E H V J T B O
 X F L I Z Z T C E N D G E G I G V F S L
 N O A N A X R R C S I E R N V R E J E L
 F U S Z C R A A A E H D Z I E E R E T E
 K R S X X E V W C H E C R L S N B L O G
 N N E E T I A D E C T N P O O U M L N U
 B I U R E V I T Y U I U V S O E E I C E
 J T R C L A L Q P O L S A U K J T E O S
 B U J N E L M I P T A U I E H E P B L G
 J R O E P C O R A R I Y H E L D E R B U
 U E L W H Q E U P A V E N V G B S O E O
 P S Y E O U W E I C I Q O W A E A C L R
 B P T I N C W O E O V U V T B R J T Z Z
 J S S I E Y Y I R S N I A M E I U S S E
 M C O S O U R I S I O P S Y C L B S I C
 F N F L T G D Y D T C E N B U R E A U M

ARCHIVES
 BLOCNOTES
 BUREAU
 CAHIER
 CARTOUCHES
 CLASSEUR
 CLAVIER
 COLLEGUES

CONVIVALITE
 CORBEILLE
 DEJEUNER
 ECRAN
 ENCRE
 EQUIPE
 ESSUIEMAINS
 FOURNITURES

LINGETTES
 ORDINATEUR
 PAPIER
 PAUSECAFE
 REUNION
 SAVON
 SCANNER
 SEPTEMBRE

SIEGE
 SOURIS
 STYLO
 TABLEAU
 TELEPHONE
 TELETRAVAIL



DES CAPSULES PROFESSIONNELLES pour une hygiène irréprochable



Retrouvez
 toute la gamme
 Pro Formula
 sur Bruneau.fr





Gagnez du temps avec la nouvelle imprimante OfficeJet Pro 9022 et l'application HP Smart



Tâches multiples
en un seul geste



Accès direct
au cloud



Documents numérisés
modifiables



Vous ne manquerez plus jamais d'encre !
Vos cartouches sont renouvelées automatiquement.