

PRINTEMPS 2023 / N°9

# 10h27

LE P'TIT MAG BRUNEAU

**MARQUE BRUNEAU**  
LA BONNE IDÉE  
POUR ÉCONOMISER

**REVUE MÉDIA**  
LES 3 COUPS DE CŒUR  
DE LA RÉDACTION

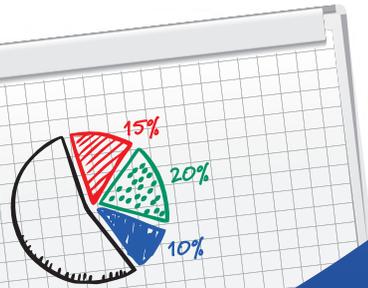
**SÉCURITÉ**  
COMMENT TROUVER  
CHAUSSURE À SON PIED ?



Bruneau

# Du **NOUVEAU** pour écrire sur les tableaux blancs !

Crayon **marqueur**  
en bois issu  
de forêts gérées  
durablement



## STABILO® MARKdry

S'efface facilement à sec. S'utilise également sur les paperboards.  
Tracé constant, ne dessèche pas, sans odeur ni solvants.



## ON SE FAIT *une* *partie ?*

Natacha

Laura



À quand remonte votre dernière partie de cache-cache ? De jeu de cartes ? Si l'on exclut les moments de jeux avec vos bambins, il y a fort à parier que cela fait très très longtemps... et c'est bien dommage !

Jouer, quand on est adulte, ça permet de réduire le stress et ça développe la créativité. Oui oui, un vrai booster de bien-être. Alors ce n'est pas parce qu'on est des grands qu'on doit oublier notre âme d'enfant !

En tout cas nous, avec ce petit air printanier qui nous caresse le bout du nez, on est plutôt d'humeur joueuse, alors rendez-vous sur notre compte Instagram du 21 au 30 mars pour vous amuser – on l'espère ! - et avec de belles surprises à gagner !

**Laura & Natacha**  
La rédaction



Numéro gratuit. Parution : avril 2023. Directeur de la publication : Nicolas Potier (PDG groupe Bruneau). Responsable de la Rédaction : Ludovic Loy (Directeur marketing et digital Bruneau). Comité de rédaction et création graphique : Natacha Ferjoux, Laura Gadoury et Lionel Dias (pôle éditorial & création Bruneau) – Contact : [redaction@bruneau.fr](mailto:redaction@bruneau.fr). Crédits photos : iStock photos. Impression : Arts Graphiques Roto, Zone Artisanale, 61340 Berd'huis. Bruneau – 19, avenue de la Baltique, 91140 Villebon-sur-Yvette. SA au capital de 7 136 400 €. R.C.S Evry 343 958 138.

## SOMMAIRE

- 04 SANS LANGUE DE BOIS**  
Test d'un mini scanner portable
- 06 BONNE IDÉE**  
Les produits de marque Bruneau : la bonne idée pour économiser
- 08 CE SERA BREF**
- 10 LE COIN PHILO !**  
Le beau est-il utile au bureau ?
- 12 ERGONOMIE AU TRAVAIL**  
Quand changer sa chaise de bureau ?
- 13 ON RESPIRE !**  
Revue média : les 3 coups de coeur de la Rédaction
- 14 BE CAREFUL !**  
Sécurité : comment trouver chaussure à son pied ?
- 16 BIEN-ÊTRE**  
La pause-café : un moment à ne pas rater !
- 17 SHOPPING**
- 18 ON JOUE !**

# TEST D'UN MINI SCANNER PORTABLE

by *Delphine*

Si Brother est connu pour ses imprimantes, le fabricant l'est aussi pour ses scanners. Et certains modèles valent le détour ! Delphine, assistante des moyens généraux chez Bruneau, en a fait l'expérience avec le scanner Brother DS mobile 640.

04



Scanner Brother DS-640 (réf. 711023) 139 € ht

## LA PREMIÈRE IMPRESSION

En découvrant la boîte sur mon bureau, je suis un peu surprise. Je me dis « *Tiens, elle est bien grande cette boîte...* » mais au déballage, le format du scanner tient ses promesses. La boîte était grande pour pouvoir bien le protéger et le caler mais le scanner est comme prévu : ultra compact et assez léger. Super facile à transporter. J'avais beau avoir vu les dimensions sur la fiche produit, ça reste bluffant en vrai. Mon bureau n'étant pas très grand, c'est un soulagement, je peux le glisser sous mon écran d'ordinateur. Il ne prend ainsi pas de place !

Cerise sur le gâteau, côté look, je le trouve très joli. Son design minimaliste me plaît beaucoup. Il s'intègre discrètement à mon bureau :)

## L'INSTALLATION ET L'UTILISATION

Passée la découverte, place à l'installation. Il n'y a qu'un câble à brancher, ça devrait aller. Je le connecte à mon pc via un port USB 3.0. J'installe le petit logiciel indiqué sur la notice et le tour est joué !

J'allume l'appareil avec l'unique bouton « start/stop » (on ne peut pas se tromper) et je glisse un devis A4 pour commencer. Une petite réglette me permet de le caler, pratique.

Dans le logiciel, je clique sur « numériser » et hop, aussitôt cliqué, aussitôt fait. Ça a duré à peine 3 secondes ! Le scan peut ainsi numériser jusqu'à 15 pages par minute. Nickel. Je fais le test avec des engagements de dépense (A5) et une carte d'identité. Tout passe vite et bien et les

PDFs générés sont d'excellente qualité : que ce soit pour la couleur ou la netteté.

## LE VERDICT

Je suis impressionnée, c'est un super produit. Je ne pensais pas qu'on pouvait faire des scanners A4 aussi performants et aussi petits. J'y vois un intérêt particulier pour les petits espaces de travail (en télétravail) mais aussi pour toutes les professions amenées à se déplacer : médecin, courtier, journaliste...

Le test prend fin aujourd'hui, dommage, je l'aurais bien gardé. J'en viens presque à espérer la mort de mon scanner actuel pour le remplacer ;)

05

# NOTE : 19/20

## LES +

- Simple à installer
- Facile à utiliser
- Super rapide
- Qualité de numérisation impeccable

## LES -

- Une petite pochette pour le transporter aurait été un plus

# LES PRODUITS DE MARQUE BRUNEAU : *la bonne idée pour économiser*

Ce n'est un secret pour personne, avec la crise économique que nous traversons, le pouvoir d'achat des particuliers comme des entreprises est entaché. Les habitudes de consommation évoluent et ça se voit aussi sur les achats de fournitures de bureau. À l'affût du meilleur rapport qualité/prix, les pros sont de plus en plus nombreux à privilégier la marque Bruneau. Voici pourquoi.

06



## UNE ALTERNATIVE ABORDABLE ET FIABLE POUR VOS ACHATS PROS

Avec des prix jusqu'à 30 % moins chers que les grandes marques à qualité égale, c'est une solution idéale pour économiser sur tous vos achats pros, qu'ils soient ponctuels ou quotidiens. Et ce, sans devoir faire de compromis sur la qualité.

Preuve de robustesse, tous les produits de marque Bruneau sont garantis 2 ans et le mobilier est même garanti 7 ans contre la casse et l'usure.

## UNE DISPONIBILITÉ TOTALE POUR FAIRE FACE AUX IMPRÉVUS

Quand on est pris dans le quotidien du travail, ce n'est pas toujours facile d'anticiper les besoins de tout le monde. Bruneau l'a bien compris ! Afin de parer aux urgences, les produits de marque Bruneau sont toujours en stock, et donc livrables en 24/48 h (top chrono !).

Et si jamais – ô grand jamais – la promesse n'est pas tenue, 15 € sont crédités sur votre compte en guise de dédommagement.

## UN EXCELLENT RAPPORT QUALITÉ/PRIX

Conçus afin d'offrir le meilleur compromis entre qualité et prix abordable, les produits de marque Bruneau sont robustes, pratiques et fiables. Et les clients ne s'y trompent pas !

## UNE GRANDE VARIÉTÉ DE PRODUITS

Tables, chaises de bureau, tableau blanc, papeterie, cartons, étiquettes, essuie-tout, spéculoos, sucre, gobelets... Afin de répondre rapidement à tous vos besoins, la gamme distributeur Bruneau regroupe actuellement 800 produits utiles aux professionnels... et bonne nouvelle : elle ne cesse de s'enrichir !

- Jusqu'à 30 % moins chers
- Disponibles sous 24/48 h
- Grande variété de produits
- Très bon rapport qualité/prix
- Garantie 2 ans minimum

07



« Première commande et... agréable surprise ! une équipe de pros, une réactivité exemplaire et une grande qualité des produits ! je n'ai jamais vécu ce type d'enchantement client ! je recommande sans réserve »

Christian S 34, le 22/02/2022 à propos du bureau réglable en hauteur électrique Ecla Bruneau

**b:** 4,5/5 sur 12819 avis ★★★★★



Voir tous les produits sur [Bruneau.fr/marque-bruneau](https://bruneau.fr/marque-bruneau)

### L'ASTUCE GEEK



## Vive la couleur !

Vous en avez marre des dossiers jaune paille de Windows Explorer ? Nous aussi ! Et bonne nouvelle, on a dégotté un petit logiciel gratuit, Folder Painter, qui a le pouvoir magique de modifier la couleur originale de ces dossiers. Vert, bleu, rouge, violet... quelques clics suffisent pour les personnaliser selon vos envies. Non seulement votre écran d'ordinateur va prendre un vrai coup de jeune, mais surtout, c'est un moyen très efficace de parfaire votre organisation et d'identifier plus facilement vos dossiers. On dit oui !

### COMMUNICATION BIENVEILLANTE

## À quoi sert notre colère et comment la gérer ?

Formateur en communication bienveillante, Boris Cailloux explique que la colère est une émotion qui cherche à exprimer un besoin. Souvent mal perçue, c'est pourtant une réaction physiologique 100 % naturelle et utile à plus d'un titre, même dans la sphère professionnelle. Elle appelle le changement, l'amélioration, l'apaisement. N'y voyons donc pas un problème mais plutôt un déclic pour trouver une solution ;)

Quand vous sentez la colère vous submerger :

- prenez 3 grandes inspirations
- soyez bienveillant envers vous-même : votre colère est un signal d'urgence qui mérite toute votre attention
- cherchez à comprendre votre besoin (respect, considération)
- exprimez votre besoin (évitiez d'employer le « tu », utilisez le « je ») ou retirez-vous de la situation

Pour aller plus loin :

[www.communication-bienveillante.com](http://www.communication-bienveillante.com)

### LE SAVIEZ-VOUS ?

# 65 %

des français aimeraient passer à la mobilité douce pour aller travailler... Les beaux jours reviennent, c'est le moment de se lancer !

\*Source : jai-un-pote-dans-la-com



### PODCAST



## Vos réunions sont parfois désorganisées ?

Améliorez-les efficacement grâce à SOS Réunions, le podcast Bruneau dédié aux pros ! En 5/10 minutes, découvrez des astuces concrètes pour rendre vos meetings plus agréables et plus productifs. 6 épisodes sont déjà disponibles !

- La Réuniologie, présentation de Louis Vareille
- Comment donner envie aux gens de venir en réunion ?
- Comment donner la parole à tout le monde ?
- Comment gérer les réunions avec des présents et des distants ?
- Comment faire un compte-rendu utile et efficace ?
- Comment faire progresser les pratiques de réunion ?



### NOUVEAU

## Des experts informatiques pour vous guider

Vous hésitez entre une imprimante laser ou à jet d'encre ? Entre un casque audio filaire ou Bluetooth ? Vous avez un doute sur la capacité de votre prochain ordinateur ? Fini les hésitations ! Désormais, une communauté d'experts indépendants se tient à votre disposition pour répondre à toutes vos interrogations, directement depuis la fenêtre de tchat qui apparaît en bas à droite sur Bruneau.fr. À la fois geek et passionnés d'informatique, ils se feront un plaisir de vous aider à faire les bons choix :)

### LA FABULEUSE PETITE HISTOIRE...

## ... du Post-It

Au début des années 60, Spencer Silver, un chimiste de 3M, travaillait sur un projet de colle extra-forte lorsqu'il mit au point par erreur une colle « qui ne collait pas »... Mais le Post-It a été inventé seulement quelques années plus tard par Art Fry, un autre chercheur de 3M. Ce dernier avait l'habitude de chanter dans la chorale de son église et il était frustré que les marque-pages ne tiennent pas dans son livre de chant. Il se remémora la colle « qui ne collait pas »... et l'utilisa pour créer le Post-It. Moralité, si Spencer Silver n'avait pas parlé de son « échec » autour de lui, le petit papier jaune canari ne ferait probablement pas partie de notre vie quotidienne ;)



## LE BEAU EST-IL UTILE AU TRAVAIL ?

Contempler un monument, assister à un coucher de soleil, se balader en forêt... Ces moments nous rendent spontanément heureux.

Les scientifiques ont d'ailleurs démontré que ces expériences activent la sécrétion de plusieurs hormones dans notre cerveau : la dopamine, l'hormone de la motivation et de l'action ; la sérotonine, l'hormone régulatrice de l'humeur ; et l'endorphine, l'hormone vectrice de bien-être.

Bonne nouvelle, non ?

Si l'aménagement d'un espace de travail est généralement régi par le besoin de fonctionnalité, d'ergonomie et de productivité, il est donc essentiel de ne pas oublier les pouvoirs d'un beau design ! Loin d'être futile, il crée - au même titre qu'un coucher de soleil - du plaisir émotionnel, apaise le stress et favorise la confiance en soi.

Et ça, c'est beau.

Pour mettre du beau dans votre bureau, découvrez nos nouveautés signées Kave Home : fauteuils, bureaux, rangements...



## QUAND FAUT-IL CHANGER SA CHAISE DE BUREAU ?

Votre siège a déjà bien vécu ? Vous vous demandez quand en changer ? Nous avons posé la question à nos collègues Sandra Haloppé, infirmière du travail et Kancou Camara, cheffe de marché sièges.



### La garantie et le ressenti pour repères

En général, le renouvellement d'une chaise de bureau correspond à peu près à son niveau de garantie, c'est à dire entre 2 et 3 ans. Passé ce délai, il faut surveiller le moussage de l'assise et le vérin car le fauteuil peut peiner à monter ou descendre. Côté médecine du travail, les études sur le sujet s'accordent à dire qu'il n'y a pas de durée de vie maximale pour un siège mais plutôt un ressenti.

### Faites le test !

Pour évaluer votre besoin de changer de siège, installez-vous et posez-vous les questions suivantes.

- L'assise reste-t-elle confortable (dureté, moussage affaîssié...)?
- Vos lombaires sont-ils détendus en fin de journée ?
- Pouvez-vous régler l'inclinaison du dossier de votre fauteuil ?
- Pouvez-vous régler ou retirer les accoudoirs ?

Si vous avez répondu « non » à l'une de ces 4 questions, alors vous pouvez envisager un changement de chaise de bureau.

### Choisissez le bon siège de bureau

Le travail sur écran provoque des phénomènes de fatigue. Pour éviter ou limiter les Troubles Musculo-Squelettiques (TMS), il convient de choisir une chaise de bureau avec à minima : une assise réglable en hauteur et en profondeur ; un dossier réglable en hauteur et en inclinaison ; un soutien lombaire ; des accoudoirs réglables en hauteur, en profondeur et en inclinaison ; un piètement à 5 branches avec roulettes.



### LA BONNE IDÉE

Lors de la visite médicale, la médecine du travail peut préconiser un changement de fauteuil pour améliorer l'ergonomie du poste de travail.



Consultez notre guide d'achat pour choisir votre chaise de bureau. [Bruneau.fr/guide-achat-chaise](https://bruneau.fr/guide-achat-chaise)

## REVUE MÉDIA

### les 3 coups de cœur de la Rédaction

Le monde du travail change... Voici 3 médias inspirants repérés par la Rédaction pour suivre les tendances, prendre un peu de recul sur sa propre condition et surtout, être bien dans ses baskets !



### [Podcast] JT : le journal du télétravail

Deux fois par semaine, retrouvez une multitude de conseils et de témoignages sur le télétravail pour adopter les bonnes pratiques... et vous sentir moins seul ! Le journaliste Fred Haffner part à la rencontre de salariés, freelances, patrons, RH, entrepreneurs ou employés, qui partagent leur quotidien en télétravail. Instructif et inspirant pour devenir un pro du travail hybride !

Propulsé par la rédaction de Management



### [Livre] Je médite au travail

Et si vous étiez pleinement vous-même au travail ? À travers dix séances d'auto-coaching, ce petit bijou vous aidera à développer les compétences clés pour agir avec plus de justesse et de clarté, communiquer avec authenticité, placer la bienveillance et la compassion au cœur de votre activité et vous engager avec les autres en toute sérénité. Ahummm...

Auteur : Stéphane NAU - collection My Happy Job



### [Ebook] Futur du travail : les 10 tendances RH qui feront 2023

Le marché de l'emploi a subi de nombreuses mutations ces dernières années. Les professionnels RH affrontent la transformation globale et durable du rapport des salariés au travail... Pour se mettre les idées au clair sur la pratiques RH du moment, voici un livre blanc pointu co-écrit par la communauté d'expert de Welcome to the Jungle.

À télécharger ici : <https://solutions.welcometothejungle.com>

## SÉCURITÉ : Comment trouver chaussure à son pied ?

7 % des accidents au travail concernent les blessures aux pieds. Pour éviter les plaies, les douleurs musculaires, les fractures ou les lacérations, le port de chaussures de sécurité est indispensable dans certaines activités. Protection, confort, style... On vous dit (presque) tout.

14



Virginie Matuszak,  
responsable gamme  
EPI

### Sa raison d'être : protéger vos pieds

Le port des chaussures de sécurité est obligatoire dans beaucoup d'entreprises. Et on ne parle pas de n'importe quelle chaussure ! En prérequis, pour être considérée comme une vraie chaussure de sécurité, elle doit répondre à la norme EN20345, norme qui atteste que la chaussure possède bien un embout protégeant l'avant du pied.

Mais ce n'est pas tout. « Une fois vérifiée la norme, les chaussures possèdent un marquage supplémentaire, dont les plus répandus sont les marquage S1 (chaussure adaptée à un milieu sec) ou S3 (adaptée à un milieu humide). Ainsi, un manutentionnaire, un couvreur ou un agent de voirie ne s'équiperont pas des mêmes chaussures », explique Virginie Matuszak, responsable de la gamme Équipement et Protection Individuelle chez Bruneau. Anti-perforation, anti-abrasion, antidérapante, antistatique, ignifuge... les types de protection sont multiples et varient donc d'un modèle à l'autre.

### Et le confort dans tout ça ?

Pour la petite histoire, l'ancêtre de la chaussure de sécurité trouve ses origines au début du 20e siècle et n'est autre que... le sabot en bois ! Il était porté par les fermiers pour éviter de se faire écraser les pieds par les vaches et les chevaux. Un siècle plus tard, la chaussure de sécurité s'est professionnalisée, pour le plus grand confort de vos pieds ! « Les fabricants redoublent d'ingéniosité depuis ces dernières années pour que les utilisateurs se sentent à l'aise pour travailler, en plus d'être

correctement protégés », reprend Virginie Matuszak.

Pour un confort maximal, plusieurs critères entrent en ligne de compte. La chaussure doit être la plus légère possible pour éviter la sensation de jambe lourdes en fin de journée. Elle doit également être respirante pour une bonne évacuation de l'humidité. La respirabilité de la chaussure est liée à la composition de la doublure, des semelles et de la tige. Celle-ci peut être faite de différents matériaux : cuir (pleine fleur, velours, nubuck), textile ou toile synthétique. Pour finir, la chaussure doit être la plus souple et flexible possible pour effectuer tous les mouvements du quotidien sans gêne.

### Le look, ça compte aussi !

Exit les grosses chaussures tristes et ternes ! Côté look, il existe maintenant des chaussures stylées type sportswear, au design travaillé et sympas à porter. Certains modèles passent même complètement inaperçus et se prennent pour des baskets ou des chaussures de ville. Alors même si les sabots reviennent à la mode vous avez maintenant l'embarras du choix pour être à la fois protégé et joliment chaussé !



Consultez notre guide d'achat : [Comment bien choisir vos chaussures de sécurité](#)

15

## LA PAUSE-CAFÉ :

*un moment à ne pas rater !*

Certains l'aiment solo, d'autres en duo, avec un thé, un café, un fruit, ou une barre de chocolat... La pause peut prendre bien des aspects mais une chose est sûre, c'est une parenthèse à ne pas manquer.

16

### Quels sont les bienfaits de la pause ?

D'après une étude Opinionway menée en 2022 pour Innocent, la pause-café en France a bien des vertus. C'est un moment de bien-être essentiel sur le plan mental et sur le plan physique. Les discussions qui s'y déroulent contribuent à développer l'esprit d'équipe. On y parle travail parfois et vie perso souvent. C'est un moment qui permet de relâcher la pression de la journée, de prendre l'air et ainsi de rebooster la productivité. On y surfe aussi sur les réseaux sociaux, on prépare le week-end à venir et on gère les urgences du quotidien.

### Qu'en dit la science ?

Si l'on a cru longtemps que la pause était synonyme d'accalmie pour notre cerveau, l'imagerie cérébrale a permis de démontrer l'inverse. Le cerveau fonctionne encore plus lorsqu'il n'est pas sous la contrainte d'un travail.

Neuropsychologue, Sylvie Chokron explique ainsi que « *la vagabondage mental est essentiel*



*pour lier les informations entre elles... C'est à ce moment-là qu'on est le plus créatif*». Elle alerte par ailleurs sur l'ambivalence entre notre besoin de pause et notre (vilaine) habitude à vouloir remplir ces moments-là de smartphone, d'internet ou d'ordinateur...

### Et dans les autres pays ?

En Suède, où les salariés sont parmi les plus zen du monde, le *fika* (terme dérivé de café) désigne un rituel collectif quasi sacré. Cette pause est partagée entre collègues, deux fois par jour, avec ou sans café, et on n'y parle de tout... sauf de travail.

Aux États-Unis, la pause-café correspond davantage à un shoot de caféine et hop, on repart. En Allemagne où les journées de travail commencent et finissent souvent plus tôt, il n'y a pas vraiment de pause-café. En Argentine, la pause se fait l'après-midi à l'occasion de la *merienda* (goûter). On y boit le maté ou de la confiture de lait et on y prend un encas afin de tenir jusqu'au dîner servi qu'à 22h30. Et vous, comment faites-vous vos pauses ?



02.



01.



03.

## Les 5 COUPS DE CŒUR DE LA RÉDACTION

Cocorico ! On met la fabrication française à l'honneur avec cette petite sélection de produits sympas et 100 % frenchy :)



04.



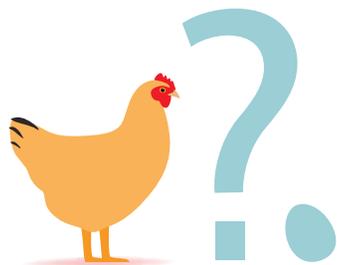
05.

- 01. À la fois pratique, design et coloré ! Casier métallique color (réf. 73196) 94,95 € ht
- 02. Faites entrer la modernité dans votre intérieur ! Bibliothèque Horizon (Réf. 712626) 239 € ht
- 03. Pour des pause-café rythmées et conviviales ! Baby-foot turquoise René Pierre (Réf. 8175027) 1215 € ht
- 04. Une mini mallette de secours indispensable pour intervenir rapidement et efficacement. Trousse de premiers secours SaveBox - 5 personnes (Réf. 706040) 70,50 € ht
- 05. Miam ! Les petits creux n'ont qu'à bien se tenir ! Cookies choco noisettes Bonne Maman (réf. 706140) 6,29 € ht

17

# LA CHASSE aux œufs

10 œufs en chocolat se sont cachés dans nos produits de classement et de papeterie. Saurez-vous les retrouver ?



# La devinette qui coule de source

Mon premier a un bouchon d'origine végétale 100 % recyclable

Mon deuxième est garanti sans micro-plastique

Mon troisième est certifié FSC®

Mon tout est essentiel pour la santé !



Je suis la nouvelle brique à eau écoresponsable Bruneau





# Quand la portabilité rencontre la productivité



## Imprimante multifonction HP OfficeJet 250 portable

Impression, copie, numérisation haute qualité en format A4

Performances silencieuses

En couleur (jusqu'à 7 ppm) ou en noir et blanc (jusqu'à 10 ppm)

Format ultra compact 38 x 20 x 9 cm

Batterie longue durée (recharge rapide 90 min)

Chargeur automatique de 10 feuilles

Jusqu'à 3 utilisateurs, jusqu'à 300 pages par mois

Cartouches d'encre recommandées : HP 62XL