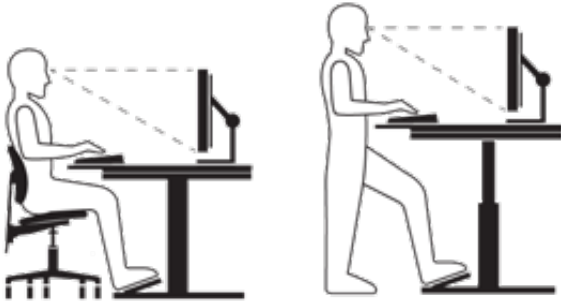


Santé et sécurité au travail

Prévenir les troubles musculo-squelettiques (TMS)



> Bureau assis debout



Un bureau assis debout permet à l'utilisateur d'alterner entre la position assise et debout, en lui offrant la possibilité d'élever ou d'abaisser sa surface de travail à sa convenance.

Caractéristiques :

- > Électrique ou mécanique
- > Hauteur du plateau réglable entre 60 et 130 cm du sol (selon les modèles)
- > Différentes formes, tailles, revêtements et couleurs de plateaux possibles
- > Présence d'un boîtier de commande, d'une manivelle, etc.

A savoir :

- > Prix : entre 250 et 1700 euros (en fonction de la gamme du produit)
- > Privilégier le système électrique, car il permet une facilité de réglage importante

Avantages :

- > **Gains pour la santé, en effet, alterner la position assise et debout permet :**
 - D'activer le corps et donc de lutter contre la sédentarité (néfaste pour l'organisme humain)
 - De relâcher les tensions musculaires et de répartir les sollicitations sur plusieurs zones du corps (limiter l'apparition de TMS)
 - Favoriser une meilleure circulation sanguine permettant un bon fonctionnement du corps (bien-être physique et mental de l'utilisateur)
- > **Gain en productivité :**
 - Adapter la configuration de son poste en fonction de son état interne (fatigue, douleur, Etc.)
 - Limiter l'apparition d'arrêts liés à la position assise statique.
 - Changer régulièrement de posture permet d'améliorer la circulation sanguine du corps tout en favorisant l'oxygénation du cerveau, ce qui se traduit par un niveau de concentration accrue et une meilleure performance au travail.

Les collectivités utilisant ce type d'équipement :

Pas d'utilisation généralisée dans une collectivité, mais utilisé par certains agents dans le cadre du maintien dans l'emploi :

- > SDIS 29
- > Mairie de l'Hôpital-Camfrout
- > Communauté des communes de Crozon
- > CNFPT Brest

Plus d'informations :

Contactez votre équipe de territoire qui vous orientera vers un préventeur ou un ergonomiste

Retrouvez l'ensemble de nos fiches de bonnes pratiques dans le fonds documentaire de notre site internet

> www.cdg29.bzh

4 bonnes raisons de prévenir les TMS :

- > Dans la fonction publique territoriale, les troubles musculo-squelettiques (TMS) représentent 92 % des maladies professionnelles reconnues
- > Les TMS engendrent chaque année en France, la perte de 8 millions de journées de travail.
- > La durée moyenne d'un congé associé à des TMS est de 138 jours dans la FPT.