

# CONSEILS DE NETTOYAGE

## Tout est une question de position Cinq conseils pour une bonne posture pendant le nettoyage

**Wilrijk, 24 mars 2016** – Pour nettoyer les poussières, on se glisse régulièrement derrière les meubles, on se penche, on se contorsionne, on se tue à la tâche ou on nettoie en équilibre sur des échelles instables. Une fois la saleté éliminée, il arrive fréquemment que le dos tire ou que l'épaule fasse mal. Kärcher donne des conseils pour faire le ménage de manière ergonomique et pour éviter les risques.

**Contact presse :**  
Annemie Van Dijck  
Marketing Manager  
Kärcher N.V.  
Boomssesteenweg 939  
2610 Wilrijk (Antwerpen)

T +32 (0)3 340 07 11  
F +32 (0)3 314 64 43  
annemie.vandijck@be.kaercher.com

### Conseil n°1

Lorsqu'on fait le ménage, il faut toujours veiller à bien se tenir avec les bras relâchés et le dos droit. Pour passer l'aspirateur, les mains entourent doucement la poignée de l'aspirateur et les bras sont légèrement repliés à hauteur de l'aine. Déplacer la buse de sol en avançant et non avec les bras. De cette façon, le dos reste toujours droit et on évite les tensions.



### Conseil n°2

**KÄRCHER**

# CONSEILS DE NETTOYAGE

Rester bien droit est important. Il faut donc veiller à bien régler la hauteur des ustensiles. Pour ne rien se tordre en nettoyant, il y a une règle générale : le manche du balai et de la serpillière doit toujours arriver jusqu'à l'épaule. Pour un bon réglage, certains ustensiles disposent de manches télescopiques. Pour ne plus devoir se baisser en aspirant, certains aspirateurs sont équipés d'un dispositif de réglage de la puissance d'aspiration sur la poignée. Sur l'aspirateur VC 6 de Kärcher, les accessoires sont également rangés dans le boîtier de manière à permettre à l'utilisateur de les remplacer en restant debout.

## **Conseil n°3**

Le manque de temps et le stress quotidien ne sont pas des raisons de nettoyer dans la précipitation. Car en frottant vite et grossièrement, on oublie souvent quelques recoins. De plus, les mouvements rapides et incontrôlés peuvent entraîner des douleurs lancinantes dans le dos ou les articulations. Il est donc conseillé d'attendre un moment plus propice pour faire son ménage ou de se fixer une date pour le faire. La propreté a donc besoin de calme.

## **Conseil n°4**

Selon les estimations de l'institut Robert Koch, près de 2,8 millions d'accidents ont lieu chaque année à la maison, alors que ce lieu est supposé sûr. Pourtant, de nombreux risques peuvent être évités. Si vous souhaitez par exemple dépoussiérer le haut de vos armoires de cuisine, utilisez toujours une échelle antidérapante et de bonnes chaussures. Pour nettoyer les jardins d'hiver et les fenêtres hautes, Kärcher a une solution : avec la rallonge pour le nettoyeur de vitres, même les surfaces difficilement accessibles peuvent être nettoyées de manière sûre à partir du sol.

## **Conseil n°5**

Pour les tâches répétitives, il faut travailler consciencieusement. Cela commence avec le nettoyage de la table du petit déjeuner. En nettoyant les miettes avec un bras appuyé sur la table, vous délestez votre dos. Lorsque vous portez un seau d'eau plein, vous risquez aussi de vous

# CONSEILS DE NETTOYAGE

blessé. Pour répartir uniformément le poids du seau, il est conseillé de toujours le tenir avec les deux mains à mi-hauteur du corps.