

# “ 7h24. C’est le nombre d’heures que les Français passent assis•e en moyenne par jour.

Que ce soit au bureau ou à la maison, en plein travail ou pendant les temps de pauses. Nous passons donc quasiment un tiers de notre vie assis•e !

**Raison de plus pour bien choisir un siège ergonomique.**

## 01. QU’EST-CE QU’UN SIÈGE ERGONOMIQUE ?

→ Un siège adapté à l’utilisateur•trice, à l’usage qu’il(elle) en fait, à son environnement et à ses conditions de travail.

## 02. COMMENT CHOISIR UN SIÈGE ERGONOMIQUE ?

→ Les facteurs externes



### • L’ENVIRONNEMENT DE TRAVAIL

Télétravail ou présentiel ?  
Dans un bureau, une école ou un atelier ?  
Quel espace disponible ?

*Ex. Un espace de travail restreint = un siège compact et léger / Plusieurs postes de travail dans l’atelier = un siège mobile et résistant*



### • LES CONDITIONS DE TRAVAIL

Combien de temps passe-t-on assis•e ?  
Des changements de positions réguliers ?

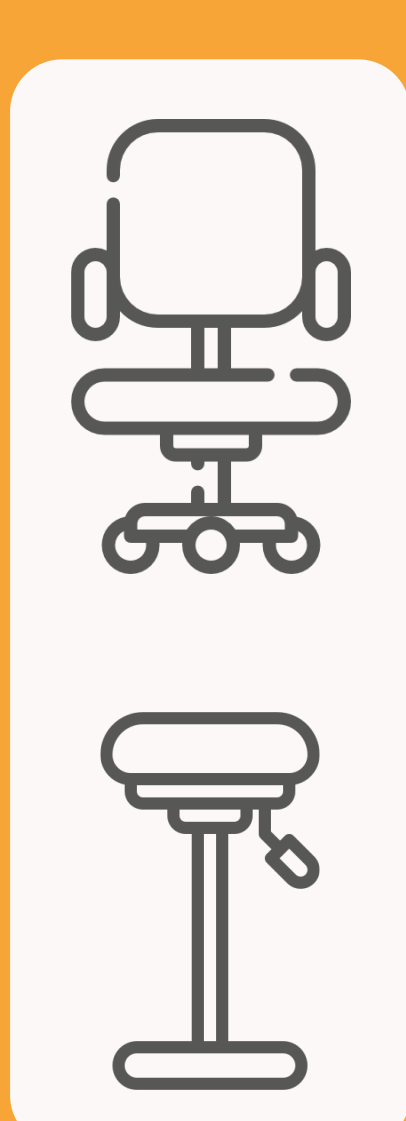
*Pour déterminer le type de siège et la hauteur d’assise*



### • LES CONTRAINTES TECHNIQUES PROPRES AU MÉTIER

*Ex. Un coiffeur qui doit garder ses mains libres pour exercer / Une ATSEM qui travaille en position basse, à hauteur d’enfants / Un électro-technicien qui doit s’équiper avec du matériel ESD*

→ Les critères propres au siège



### • LE DOSSIER

Avec ou sans ? Standard ou XL ?

### • L’ASSISE & SON REVÊTEMENT

Large et fonctionnelle ?  
Résistante et facile à nettoyer ?  
Esthétique et écoresponsable ?

### • LA HAUTEUR D’ASSISE

Haute, moyenne, basse, extra-basse

### • LA BASE

Mobile ou stable, légère et/ou robuste

### • LE MÉCANISME & LES ACCESSOIRES

Selon la configuration choisie

## 03. NOS DIFFÉRENTES GAMMES DE SIÈGES & LEURS AVANTAGES



### SIÈGES STANDARDS

Le + : assise/dossier rembourrés pour un confort maximisé sur le long terme



### SIÈGES ASSIS-DEBOUTS

Le + : pour changer de position dans la journée, s’adaptent aux différents collaborateurs



### SIÈGES-SELLES

Le + : encouragent les mouvements et l’assise active pour un corps en bonne santé



### TABOURETS

Le + : polyvalents, légers et faciles à déplacer, s’adaptent à toutes les situations de travail



### COUCHETTES

Le + : pour travailler confortablement dans des zones industrielles/difficiles d’accès



### ASSISE AU SOL

Le + : adaptée aux adultes et aux enfants, pour varier les positions et s’asseoir confortablement au sol

## ET VOUS, VOUS ÊTES BIEN ÉQUIPÉ•E•S ?

ÉQUIPEMENTS LOGISTIQUES & ERGONOMIQUES



+ d’infos :  
[www.dlv-france.fr](http://www.dlv-france.fr)  
[info@dlv-france.fr](mailto:info@dlv-france.fr)