

# SIÈGES TECHNIQUES



## NOTIONS D'ERGONOMIE

Grâce à une ergonomie bien pensée, les opérateurs restent efficaces tout au long de leur journée de travail mais aussi tout au long de leur carrière professionnelle.

Le siège est un outil primordial de l'ergonomie dans le travail. Les troubles musculo-squelettiques (TMS) se sont développés de manière spectaculaire et requièrent de se préoccuper de la qualité des sièges des collaborateurs. L'absentéisme lié au TMS représente un coût particulièrement élevé pour les entreprises et le retour sur investissement dans un siège de qualité est rapide, eu égard à ce coût.

Le siège doit s'adapter à la fois à la morphologie de l'opérateur et à la spécificité de son activité en fonction du type de travaux qu'il réalise.

## CONSEILS D'UTILISATION DU SIÈGE

### 1. Hauteur :

L'assise doit se trouver juste au-dessous des rotules. Les pieds doivent pouvoir se poser fermement à plat sur le sol en position assise. Dans le cas où l'utilisateur doit travailler à une hauteur qui ne permet pas aux pieds de reposer à plat sur le sol il est recommandé d'utiliser un repose-pieds (indépendant ou fixé en partie basse du siège) pour retrouver la position préconisée des cuisses formant un angle de 90 à 110° par rapport aux hanches.

### 2. Soutien lombaire :

En position assise, l'utilisateur doit régler la hauteur du dossier pour que le soutien lombaire épouse la courbe normale du bas du dos (courbe lombaire). Le dos doit être légèrement incliné vers l'arrière (on recommande généralement un angle de 110 degrés).

### 3. Inclinaison du siège :

L'inclinaison du dossier et de l'assise du siège peut être ajustée pour plus de confort.

### 4. Profondeur :

Une fois assis, l'utilisateur doit pouvoir s'appuyer contre le dossier sans que l'assise du siège ne comprime l'arrière de ses genoux. Certains sièges ont une assise réglable en profondeur.

### 5. Largeur :

L'assise de siège doit être assez large pour ne pas comprimer le côté des cuisses.

## CONFORT DU SIÈGE

Le confort du siège est le résultat de la combinaison d'un ensemble d'éléments :

- L'amortissement du vérin à gaz qui produit son effet principalement lorsque l'utilisateur s'assied sur le siège en autorisant une souplesse au moment du contact.
- Le mécanisme du siège qui permet l'adaptation de la position en fonction de la morphologie de l'utilisateur et de son activité.
- L'épaisseur de l'assise qui permet d'éviter le contact avec la structure rigide de l'assise et du dossier.
- La qualité du revêtement qui permet une bonne tenue en place de l'utilisateur et la circulation de l'air ainsi qu'un contact confortable.
- La souplesse de la mousse qui permet aussi un contact agréable. Elle est un des éléments fondamentaux, pour augmenter le confort et l'ergonomie.



Comme pour toutes ses fabrications, SOFAME a conçu des sièges privilégiant la robustesse et la durabilité grâce à l'intégration de composants de qualité. Le choix du polyuréthane permettra de faciliter l'entretien du siège.

# RÉGLAGES DU SIÈGE

**1. Mobilité :** Un siège peut être équipé soit de patins, soit de roulettes montées sur une embase.

**a) Patins :**

Ceux-ci assurent une bonne stabilité du siège. Ils sont obligatoires, pour des questions de sécurité, sur les sièges hauts de course supérieure à 190mm lorsque l'assise et le dossier peuvent s'incliner.

**b) Roulettes :**

Elles sont fournies de série en version non freinées qui permettent le mouvement à tout moment et sont équipées d'une bande de roulement souple pour permettre un roulage confortable sur sol dur. Il existe, sur demande, des roulettes sans cette bande de roulement pour les déplacements sur sols mous (moquettes, linoléums, etc.), des roulettes freinées en charge pour que le siège ne puisse pas se déplacer lorsque l'utilisateur est assis, des roulettes freinées hors charge pour que le siège ne puisse se dérober lorsque la personne s'assoit.

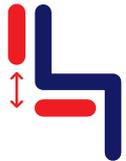
**c) Embase :**

Pour des questions de sécurité en termes de stabilité, les sièges sur roulettes doivent être montés sur des étoiles à 5 branches. Les embases très plates permettent d'éviter de trébucher en butant sur l'une des branches. Le diamètre des embases des sièges hauts est plus grand pour une meilleure stabilité et une sécurité accrue. Elles sont réalisées en aluminium moulé ou en polyamide renforcé nylon.



**2. Réglage en hauteur de l'assise :**

Il est assuré par un vérin à gaz, positionné entre l'assise et l'embase, qui assure un mouvement vertical souple et régulier à l'utilisateur. Il est commandé par une manette latérale située sous l'assise. Il existe en fonction des besoins de l'utilisateur une course normale de 190mm, une course basse de 130mm et une course longue de 265mm.



**3. Réglage en hauteur du dossier :**

Pour permettre un bon positionnement du dossier et optimiser la surface de contact par rapport au dos en particulier au niveau des vertèbres lombaires, le dossier peut être réglable en hauteur.

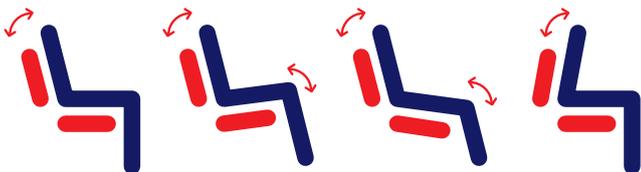


**4. Réglage en inclinaison du dossier :**

Pour éviter une fatigue du dos en position assise, celui-ci doit être soutenu et maintenu en appui sur le dossier. Différents types de mécanismes permettent d'atteindre ce résultat :

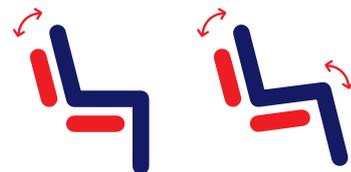
**a. Mécanisme asynchrone :**

Le mécanisme asynchrone permet un mouvement coordonné du dossier et de l'assise mais également un réglage indépendant de l'assise de l'assise afin de permettre des positions de travail plus adaptées. La manette de réglage de l'assise et celle de réglage du dossier permettent soit de bloquer ceux-ci dans une position fixe souhaitée, soit de les laisser libres pour accompagner les mouvements du corps.



**b. Mécanisme synchrone :**

Le dossier et l'assise s'inclinent dans un rapport d'angle assise/dossier qui offre toujours un confort optimal. La force de rappel du dossier est réglable de façon à l'adapter à la morphologie et au poids. Un système anti-retour de sécurité évite tout choc au niveau de la colonne vertébrale. Une manette unique permet d'effectuer le réglage.



**5. Réglage en profondeur de l'assise :**

En complément du réglage du dossier en profondeur on peut régler la profondeur de l'assise, ce qui permet à la fois un bon appui du dos, un bon soutien des cuisses sans couper la circulation sanguine derrière le genou.



Le siège ERGOLINE est un siège ergonomique qui offre un niveau de confort élevé et une ergonomie optimum. Son mécanisme synchrone permet une infinité de réglages pour s'adapter à la morphologie de l'utilisateur, à sa position de travail et à ses mouvements. Son dossier échancré lui permet une totale liberté de mouvement avec la possibilité de rotation du torse vers l'arrière sans gêner les bras.

Le tabouret ERGOLINE complète utilement la gamme de siège ERGOLINE.

- Mécanisme synchrone pour un mouvement coordonné de l'assise et du dossier.
- Dispositif anti-retour pour éviter tout choc dans le dos de l'utilisateur.
- Réglage de tension du mouvement de l'assise et du dossier.
- Assise et dossier blocables dans 4 positions prédéfinies.
- Réglage en profondeur de l'assise.
- Dossier réglable en hauteur par crémaillère.
- Embase en aluminium moulé peinture époxy noir.
- Roulettes sol dur ou patins de glissement.
- Repose-pied optionnel sur la version haute.
- Le siège est conforme à la norme NFD65 761 pour les sièges d'industrie.





Le siège AIRPLUS est doté d'une assise aux dimensions généreuses et de perforations qui assurent une aération de l'assise et de l'utilisateur tout au long de la journée.

- Mécanisme asynchrone permettant un mouvement coordonné de l'assise et du dossier.
- Assise et dossier blocables dans toutes les positions.
- Mécanisme optionnel permettant de régler l'assise en profondeur.
- Dossier réglable en hauteur
- Embase en aluminium moulé peinture époxy noir ou en polyamide renforcé nylon.
- Roulettes sol dur ou patins de glissement.
- Repose-pied optionnel sur la version haute.
- Le siège est conforme à la norme NFD65 761 pour les sièges d'industrie.





Le siège ERGOSOFT cache derrière une finesse dans l'épaisseur de son assise et de son dossier un confort exceptionnel. Les rainures évitent à l'utilisateur de glisser à l'occasion d'un mouvement tout en assurant une aération de l'assise et de l'utilisateur.

- Mécanisme asynchrone permettant un mouvement coordonné de l'assise et du dossier.
- Assise et dossier blocables dans toutes les positions.
- Mécanisme optionnel permettant de régler l'assise en profondeur.
- Dossier réglable en hauteur
- Embase en aluminium moulé peinture époxy noir ou en polyamide renforcé nylon.
- Roulettes sol dur ou patins de glissement.
- Repose-pied optionnel sur la version haute.
- Le siège est conforme à la norme NFD65 761 pour les sièges d'industrie.





Le siège ERGOSLIM apporte une touche de modernité dans l'espace de travail par son design élégant et fin. Sa finition grainée et la souplesse remarquable de son assise en font un siège au confort appréciable. La gamme est complétée par l'assis-debout ERGOSLIM.

- Mécanisme asynchrone permettant un mouvement coordonné de l'assise et du dossier.
- Assise et dossier blocables dans toutes les positions.
- Mécanisme optionnel permettant de régler l'assise en profondeur.
- Dossier réglable en hauteur
- Embase en aluminium moulé peinture époxy noir ou en polyamide renforcé nylon.
- Roulettes sol dur ou patins de glissement.
- Repose-pied optionnel sur la version haute.
- Le siège est conforme à la norme NFD65 761 pour les sièges d'industrie.





ERGODYN est le grand classique du siège de travail sur le plan esthétique mais la qualité de son assise constitue une référence pour son rapport qualité-prix. Il est doté d'une poignée de préhension qui facilite grandement les déplacements du siège. Le tabouret ERGODYN est le complément idéal du siège ERGODYN.

- Mécanisme asynchrone permettant un mouvement coordonné de l'assise et du dossier.
- Assise et dossier blocables dans toutes les positions.
- Mécanisme optionnel permettant de régler l'assise en profondeur.
- Dossier réglable en hauteur
- Embase en aluminium moulé peinture époxy noir ou en polyamide renforcé nylon.
- Roulettes sol dur ou patins de glissement.
- Repose-pied optionnel sur la version haute.
- Le siège est conforme à la norme NFD65 761 pour les sièges d'industrie.





Le siège NATUR maintient la tradition du bois dans l'espace de travail. Le confort est présent grâce à des formes qui garantissent une position optimale de l'utilisateur. Quant au contact avec le bois, il reste une sensation particulièrement agréable. Le tabouret NATUR est parfaitement coordonné avec la gamme de sièges NATUR.

- Mécanisme asynchrone permettant un mouvement coordonné de l'assise et du dossier.
- Assise et dossier blocables dans toutes les positions.
- Mécanisme optionnel permettant de régler l'assise en profondeur.
- Dossier réglable en hauteur
- Embase en aluminium moulé peinture époxy noir ou en polyamide renforcé nylon.
- Roulettes sol dur ou patins de glissement.
- Repose-pied optionnel sur la version haute.
- Le siège est conforme à la norme NFD65 761 pour les sièges d'industrie.



## TABOURET ERGOLINE

Le tabouret ERGOLINE dispose d'une assise d'un confort exceptionnel. Le réglage en hauteur par manette circulaire permet d'accéder à la commande sans avoir à la chercher quelle que soit la position sur le tabouret.



## TABOURET ERGODYN

Le tabouret ERGODYN est le grand classique des tabourets. Son mécanisme intégré est une garantie de fiabilité.



## TABOURET NATUR

Le tabouret NATUR replace la tradition et l'agrément du bois en bonne position dans l'espace de travail. Le réglage en hauteur par manette circulaire permet d'accéder à la commande sans avoir à la chercher quelle que soit la position sur le tabouret.



Embase en aluminium moulé peinture époxy noir ou en polyamide renforcé nylon. Stabilité du tabouret optimisée en fonction de sa hauteur par l'adaptation du diamètre. Roulettes sol dur ou patins de glissement. Repose-pied optionnel sur la version haute. Tabourets conformes à la norme NFD65 761 pour les sièges d'industrie.



### ASSIS-DEBOUT ERGOSLIM

La forme de vague de l'assise de l'assis-debout ERGOSLIM permet à chacun de trouver sa position optimale pour travailler. Sa mousse souple assure un confort parfait. Il est doté d'une poignée de préhension qui permet un déplacement aisé de l'assis-debout. Patins de glissement.

### ASSIS-DEBOUT LM 2023

L'assise LM 2023 dispose d'un dossier de hauteur 100mm qui assure à l'utilisateur un bon positionnement sur son assis-debout. Ce dossier est équipé d'une poignée de préhension qui permet un déplacement aisé de l'assis-debout. Patins de glissement.



### ASSIS-DEBOUT AS 200

L'assise AS 200 est dotée d'un dossier de hauteur 160mm qui assure à l'utilisateur un bon positionnement sur son assis-debout par un bon appui des lombaires. Patins de glissement.

### ASSIS-DEBOUT LM 2029

L'assise du LM 2029 correspond à une selle de vélomoteur. Elle permet une grande liberté de mouvement des jambes et facilité la mobilité lorsqu'elle est nécessaire. Certaines versions sont équipées d'un dossier épousant la forme du dos qui permet d'optimiser la position de l'utilisateur et de diminuer la fatigue. Roulettes ou patins de glissement.



### COLONNE FLEX

La version FLEX permet d'améliorer encore l'ergonomie du siège en plaçant la colonne vertébrale de l'utilisateur en mouvement quasi permanent sans toutefois placer l'utilisateur en déséquilibre grâce à la fermeté du mécanisme de flexion.

Embase en aluminium moulé peinture époxy noir ou en polyamide renforcé nylon. Roulettes sol dur ou patins de glissement. L'assis-debout est conforme à la norme NFD65 761 pour les sièges d'industrie.

# CARACTÉRISTIQUES TECHNIQUES

SIÈGES

Modèle	ERGO LINE	AIRPLUS	ERGOSOFT	ERGOSLIM	ERGODYN	NATUR
Matériau assise et dossier	Polyuréthane	Polyuréthane	Polyuréthane	Polyuréthane	Polyuréthane	Hêtre multiplis
Confort	★★★★★	★★★★	★★★★★	★★★★★	★★★★	★★
Mécanisme	Synchrone	Asynchrone	Asynchrone	Asynchrone	Asynchrone	Asynchrone
Épaisseur assise mm	70	60	30	30	30	8
Profondeur assise mm	431	450	420	395	380	390
Largeur (ou diamètre) assise mm	460	480	440	395	410	410
Hauteur dossier mm	502	390	300	295	250	260
Largeur dossier mm	460	410	380	375	380	390
Réglage hauteur assise siège haut cm	60-86	59-85	56-82	56-82	56-82	53-79
Réglage hauteur assise siège moyen cm	53-73	52-72	49-69	49-69	49-69	46-66
Réglage hauteur assise siège bas cm	46-60	45-59	42-56	42-56	42-56	39-53
Course réglage hauteur dossier mm	74	120	120	120	120	120
Course réglage profondeur d'assise mm	58	50*	50*	50*	50*	50*
Diamètre embase alu siège haut mm	670	670	670	670	670	670
Diamètre embase alu sièges moyen et bas mm	610	610	610	610	610	610
Diamètre embase polyamide siège haut mm	-	680	680	680	680	680
Diamètre embase polyamide sièges moyen et bas mm	-	600	600	600	600	600

\* mécanisme optionnel.

ASSIS-DEBOUT

Modèle	ERGOSLIM	AS200	LM2023	LM2029
Matériau assise et dossier	Polyuréthane	Polyuréthane	Polyuréthane	Vinyl
Confort	★★★★★	★★★★	★★★	★★★
Mécanisme	Réglage en hauteur	Réglage en hauteur	Réglage en hauteur	Réglage en hauteur
Épaisseur assise mm	30	40	30	-
Profondeur assise mm	330	240	250	270
Largeur (ou diamètre) assise mm	360	330	360	270
Hauteur dossier mm	50	160	100	120
Largeur dossier mm	-	-	-	360
Réglage hauteur assise siège haut cm	58-84/FLEX 68-88	59-85/FLEX 69-89	59-85/FLEX 69-89	57-81
Diamètre embase alu	610	610	610	610
Diamètre embase polyamide	600	600	600	600

TABOURETS

Modèle	ERGO LINE	ERGODYN	NATUR
Matériau assise et dossier	Polyuréthane	Polyuréthane	Hêtre multiplis
Confort	★★★★★	★★★	★★
Mécanisme	Réglage en hauteur	Réglage en hauteur	Réglage en hauteur
Épaisseur assise mm	50	30	12
Largeur (ou diamètre) assise mm	330	340	320
Réglage hauteur assise siège haut cm	54-80	52-78	52-78
Réglage hauteur assise siège moyen cm	47-67	45-65	45-65
Réglage hauteur assise siège bas cm	40-54	38-52	40-54
Diamètre embase alu tabourets haut mm	670	670	670
Diamètre embase alu tabourets moyen et bas mm	610	610	610
Diamètre embase polyamide tabourets haut mm	680	680	680
Diamètre embase polyamide tabourets moyen et bas mm	600	600	600

## ACCESSOIRES (PAR JEU DE 5)

ROULETTES SOL DUR



ROULETTES FREINÉES EN CHARGE



ROULETTES FREINÉES HORS CHARGE



ROULETTES ESD



PATINS



PATINS HAUTS



**GARANTIE 2 ANS**

Nos matériels sont garantis 2 ans pièces et main d'œuvre contre tout vice de fabrication, et dans le cadre d'une utilisation normale.

**SOFAME**  
L'expert du mobilier industriel

[www.sofame.fr](http://www.sofame.fr)

FABRICANT FRANÇAIS

