

# Bien choisir son siège de bureau

## 📌 Ce que dit la réglementation

Article R.4225-5 du Code du Travail :

« Un siège approprié est mis à disposition de chaque travailleur à son poste ou à proximité. »

## ✓ Les indispensables

Un bon siège de bureau doit :

- ★ Être réglable en hauteur
- ★ Permettre le réglage du dossier (hauteur + inclinaison)
- ★ Être stable (piétement à 5 branches) et mobile (roulettes adaptées au sol)

⌚ Prix indicatif : entre 200 € et 400 €

## ✳️ Les options « ergonomiques »

Pour un confort optimal ou en cas de gêne :

- ★ Accoudoirs réglables (hauteur + profondeur) sinon rien
- ★ Assise réglable en profondeur
- ★ Tension de basculement du dossier ajustable
- ★ Soutien lombaire adaptable à la cambrure

⌚ Prix indicatif : entre 400 € et 1000 € selon les options



## 🤝 Conseils pratiques

- ★ Impliquer les salariés dans le choix
- ★ Tester plusieurs modèles avant achat
- ★ Acheter en nombre pour diminuer le coût unitaire
- ★ [Nous contacter](#) dans le cadre d'un projet de renouvellement de tout ou partie de vos sièges de bureau

Des sièges préventifs adaptés à tous les besoins... et à tous les budgets !

€	€€	€€€
<b>TEKNA :</b> Confort essentiel pour un usage occasionnel.   <u>Travail sur écran :</u> Faible à modéré (1 à 4h/jour)	<b>NEWBACK :</b> Des options complémentaires pour un travail prolongé.   <u>Travail sur écran :</u> Modéré à intensif (4h à 7h/jour)	<b>KAOHI :</b> Soutien complet pour une utilisation intensive.   <u>Travail sur écran :</u> Intensif (+ 7h/jour)



Certaines pathologies peuvent nécessiter des adaptations spécifiques du poste de travail pour lesquelles il est possible de solliciter une visite auprès du médecin du travail.