



Chaise ballon avec dossier

Mises en garde et mesure de sécurité

Mises en garde

- Poids maximal sur la chaise ballon : 136 kg (300 lbs).
- Utilisez la chaise ballon seulement pendant **de courtes périodes**, car l'engagement des muscles posturaux demande un effort musculaire. On doit **cesser de l'utiliser** lorsque nos muscles sont **fatigués** afin de ne pas adopter une **mauvaise posture**.
- La bibliothèque **n'est pas responsable** des pertes, des dommages matériels et des blessures qui peuvent être occasionnés par une mauvaise utilisation des équipements.

Mesure de sécurité

- Aviser le personnel de la bibliothèque pour tout **problème avec l'équipement**.

MODE D'UTILISATION

1. Assoyez-vous sur le sommet du ballon, au centre.
2. Positionnez-vous pour avoir les pieds à plat au sol, vos hanches et vos genoux doivent former un angle légèrement supérieur à 90 degrés.
3. Gardez le dos droit et ne vous affaissez pas dans votre siège.
4. Au besoin, stabilisez la chaise en bloquant les roulettes.



les bibliothèques