

just-office

2019  
#1.1  
EU-FR  
PR1483

■ SPECTRAL



# Just Office

spectral**just-office**





Configurez votre bureau Just-Office personnel en seulement trois étapes. Vous trouverez aux pages 016 à 017 un aperçu de toutes les options pour le piètement, le dessus du bureau et les accessoires.

## **Grandit avec vos tâches.**

**Le bureau réglable en hauteur améliore la vie professionnelle quotidienne. C'est pratique et intelligent. Il garantit une position confortable et permet un aménagement précis de l'espace de travail. Adapter le mobilier à la morphologie de l'utilisateur a un effet bénéfique sur sa posture et est de plus en plus recommandé par les professionnels de santé.**

## **L'essentiel en quelques mots.**

- Bureau réglable en hauteur
- Réglage électrique en hauteur réglable en continu de 62 cm à 128 cm
- Plateaux de table sur demande en cinq couleurs et quatre décors en bois
- Élément d'utilisation avec fonction mémoire
- Module de charge sans fil avec port USB supplémentaire
- Le support de moniteur flexible
- Gestion intelligente des câbles



spectral**just-office**  
**JO-EDF1-SNG**

## Possibilité flexible :

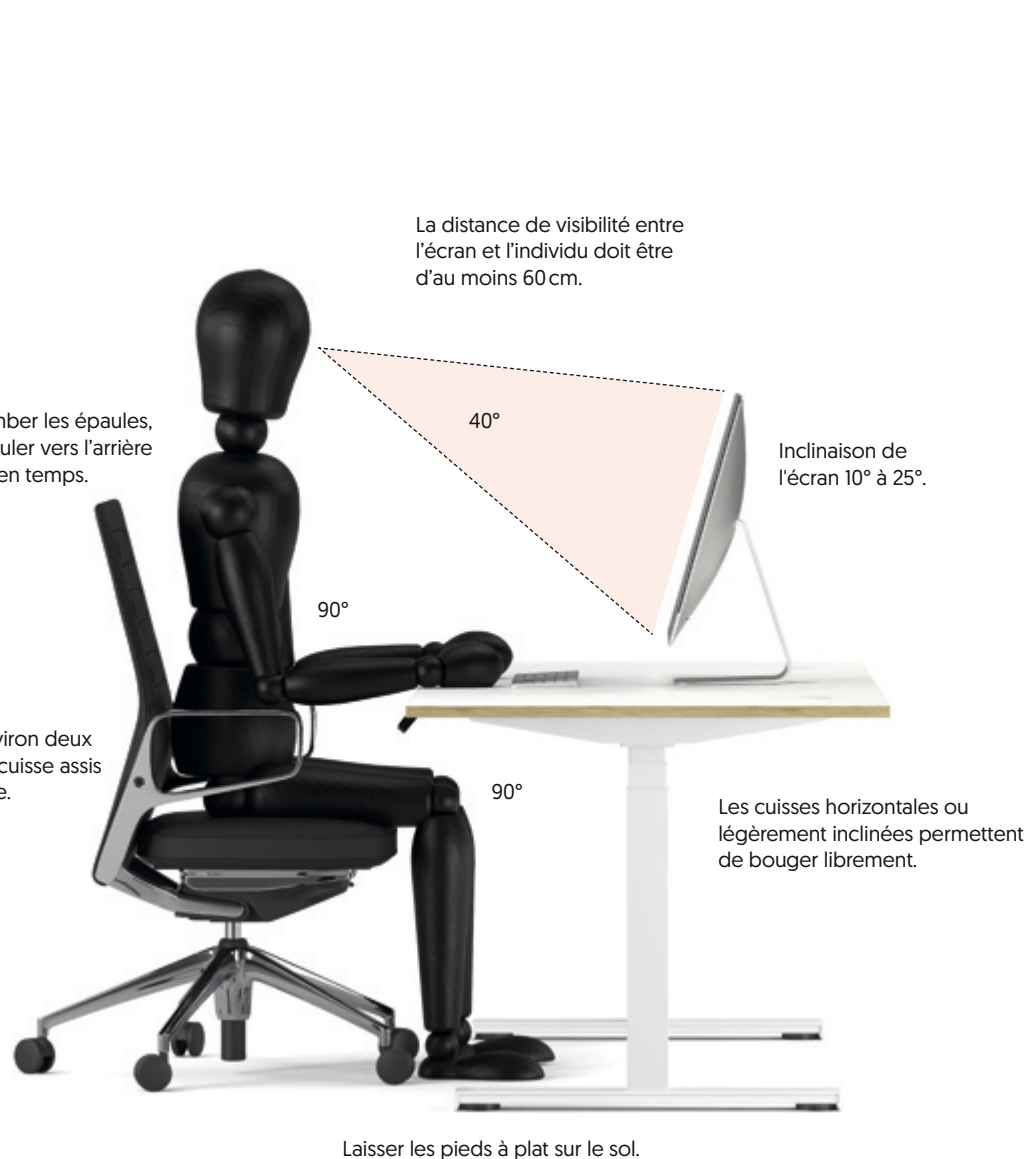
En plus d'être utile pour le travail de bureau classique, il est idéal pour les présentations internes et les réunions. Les enfants et adolescents disposent également d'un « bureau qui grandit avec l'enfant », qui peut toujours être adapté de manière ergonomique et judicieuse.



# just-office travail ergonomique

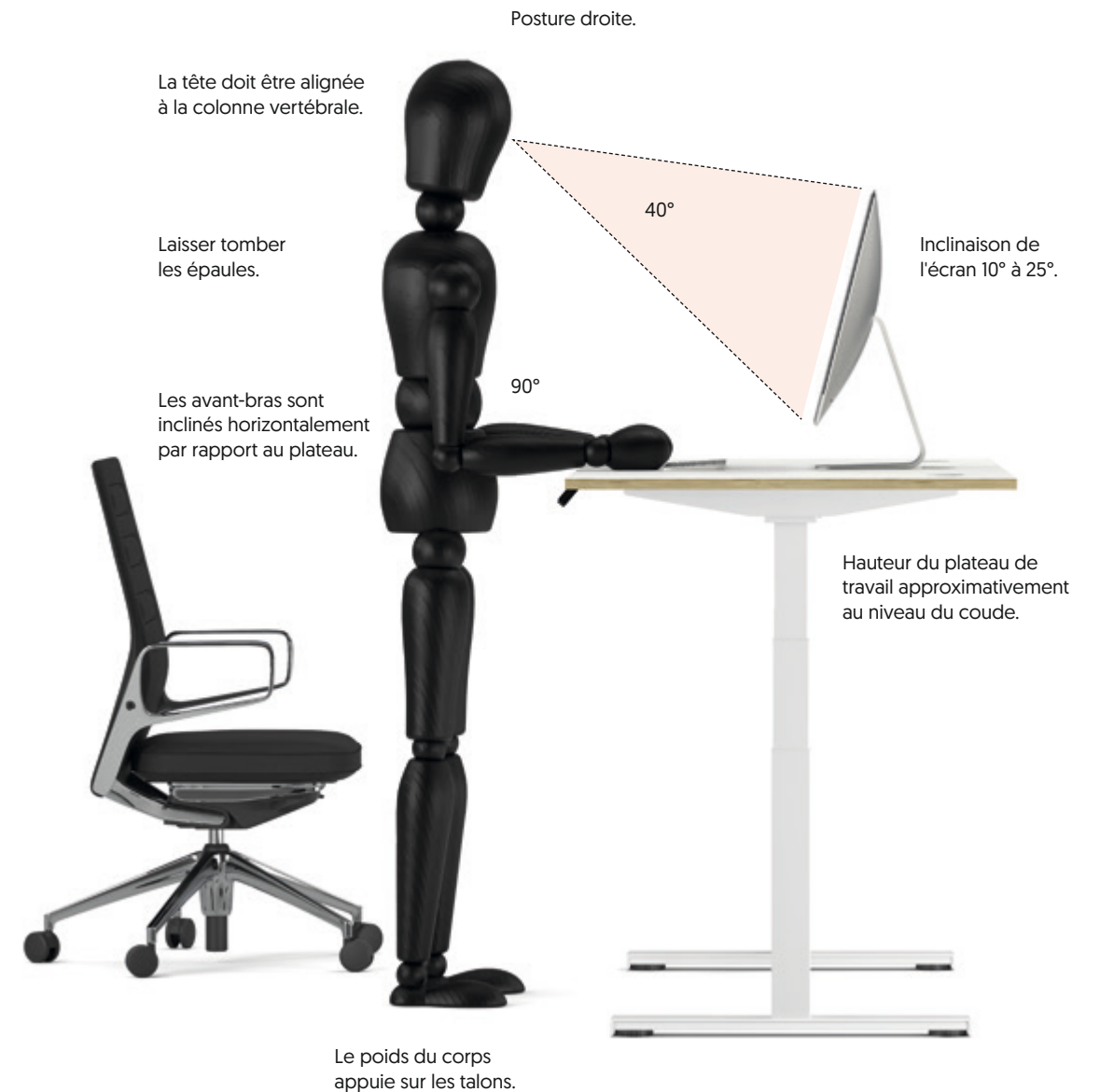
## Travail ergonomique en position assise...

En position assise il est reconnu que la colonne vertébrale subit une pression plus importante que lors de la marche où en station debout. Pour respecter les ratios conseillés par les experts, la chaise, le moniteur et la table de travail doivent être ajustés de façon ergonomique à chaque utilisateur.



## ... ou en position debout.

Parce qu'elle soulage les jambes et le dos, la position debout serait idéale pour le travail sur écran, avec des pauses, par la marche. Cela permet une meilleure circulation sanguine et une plus grande concentration.

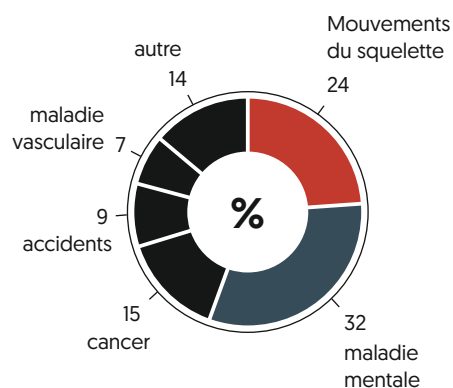


# did you know? UN BUREAU

# 10

## BIENFAITS POUR LA SANTÉ ET LE BIEN-ÊTRE

**Causes de l'incapacité professionnelle**  
Actions en pourcentage (2016)



[source: GDV]

### 1. Réduire les maux de dos.

Un bureau réglable en hauteur réduit considérablement les douleurs au dos, aux épaules et à la nuque. Cela a déjà été prouvé dans plusieurs études.

[Hedge et Ray, 2004; Konijn et al, 2008; Choi, 2010]

### 2. Chiffre et forme physique.

Saviez-vous qu'en moyenne, vous brûlez 30 % plus de calories en position debout qu'en position assise ? Ceux qui se tiennent debout augmentent leur nombre d'enzymes LPL qui stimulent notre combustion des graisses.

[Hamilton et al, 2007; Rieff et al, 2012]

### 3. La position debout est bonne contre le stress et la dépression.

Une étude menée par des scientifiques australiens a montré que les femmes qui s'assoient sept heures par jour sont 47 % plus susceptibles de souffrir de dépression.

[Van Uffelen et al, 2013]

### 4. Réduisez votre risque de cancer.

Des scientifiques américains ont analysé plus de 80 études et ont constaté qu'environ 173 000 cas de cancer par année peuvent être évités par l'activité physique.

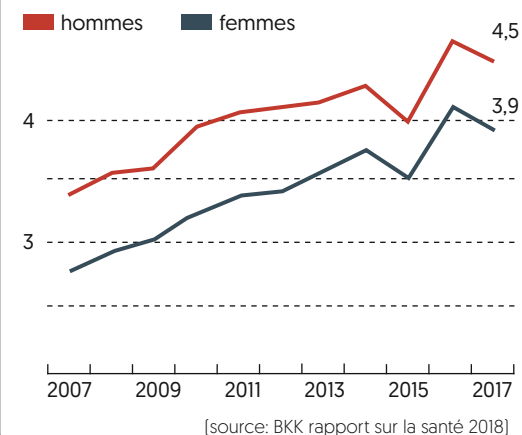
[Friedenreich, 2011]

### 5. Réduire votre risque de diabète.

L'Université de Leicester a publié une étude en 2012 qui a révélé que les personnes qui s'assoient beaucoup ont un risque accru de développer un diabète de type 2.

[Henson et al, 2012]

**Jours d'absence par an pour cause de maladie du système musculaire et squelettique**  
par membre du BKK (sans retraité)



### 6. Augmenter votre productivité.

Si vous travaillez avec votre écran d'ordinateur debout, vous pouvez améliorer considérablement vos performances avec un bureau réglable en hauteur.

[Hedge et Ray, 2004; Choi, 2010]

### 7. Prolongez votre vie.

Des chercheurs américains ont découvert dans une étude que la vie est raccourcie de deux ans si l'on passe plus de trois heures assis chaque jour.

[Katzmarzyk et Min-Lee, 2012]

### 8. Fatigue en bas, énergie en haut.

Dans une étude menée auprès d'employés de bureau en 2011, 87 % des participants se sont sentis plus énergiques après avoir utilisé une table debout.

[P. Pronk et al, 2011]

### 9. Moins de maladies cardiovasculaires.

Une étude réalisée en 2009 a montré qu'avec 17 000 participants assis la plupart du temps, le risque de crise cardiaque était de 54 % plus élevé.

[Katzmarzyk et al, 2009]

### 10. Je me sens de nouveau bien.

Une étude a testé pendant sept semaines des personnes qui se tenaient debout une heure de plus par jour. 87 % ont trouvé que c'était plus confortable et 100 % se sentaient beaucoup mieux dans l'ensemble.

[P. Pronk et al, 2011]



01

## Support du moniteur

Le support de moniteur flexible est équipé d'un ressort à gaz pour un réglage optimal. Les câbles peuvent être acheminés à l'intérieur du support. Le support peut être serré sur le bord arrière du plateau de table ou vissé sur le dessus.



02

## Plateau de table

Le plateau de table est disponible en cinq couleurs unies et quatre décors bois. La couleur du plan de travail et le bord de la table peuvent être réglés librement et peuvent être combinés. Les dimensions de 120 x 70 cm à 200 x 100 cm sont possibles et peuvent être fabriquées individuellement sur demande.



03

## Cadre de table

Le piètement de table de haute qualité dispose d'un réglage électrique réglable en continu de 64 cm à 130 cm de hauteur, y compris le plateau de table. De plus, la largeur du cadre peut être réglée de 120 cm à 200 cm pour les plateaux de table. Disponible en SNG Snow, GR Grey et BG Black.



04

## Smart Charge

Chargez votre smartphone en le plaçant simplement sur la table. Le module de charge sans fil est installé dans l'une des sorties de câble de la table et possède également un port USB supplémentaire.



05

## Élément d'utilisation

Vous pouvez facilement régler la hauteur de table souhaitée à l'aide de l'élément de commande situé sur le bord avant de la table – un écran LCD affiche la hauteur en cm. La fonction mémoire permet de mémoriser jusqu'à trois positions différentes et une minuterie intégrée vous rappelle si nécessaire un réglage en hauteur.



06

## Gestion des câbles

Gardez votre table de travail exempte de câbles gênants. Les prises multiples, les câbles de raccordement et les câbles d'alimentation sont rangés proprement dans le conduit de câbles. La bobine de câble conduit les câbles de la table au sol et s'ajuste automatiquement lorsque la hauteur de la table est ajustée.

# just-office support en détail

01

## Tension du ressort réglable

La jauge à ressort intégrée peut être ajustée rapidement et facilement à différents poids de moniteur à l'aide d'une clé Allen.



02

## Réglage confortable

Grâce à un contrepois à ressort à gaz intégré, le moniteur peut être ajusté individuellement à tout moment et adapté à vos besoins sans grand effort.



03

## Ports USB et audio

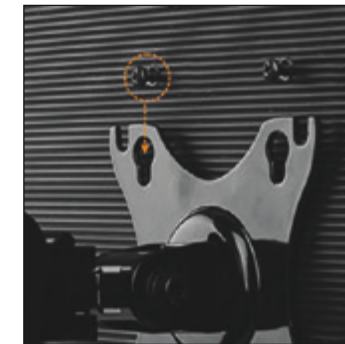
Le support argenté **JO-MM1-SV** possède un port USB 3.0 pratique dans le socle pour charger votre smartphone ou transférer des données. Vous pouvez également connecter un casque ou un microphone via deux connexions audio intégrées.

spectral**just-office**  
**JO-MM2-BG**

04

## Montage simple du moniteur

Les fentes VESA en forme de poire sur le support facilitent le montage et le visage du moniteur par derrière.



05

## Gestion intelligente des câbles

Le système de gestion des câbles intégré alimente tous les câbles de raccordement et d'alimentation sous le bras du support. Ceci permet d'éviter un encombrement désordonné des câbles et d'assurer une apparence propre sur le lieu de travail.

06

## Montage simple sur table

Le support peut être facilement fixé sur le bord arrière de la table avec une hauteur de serrage réglable. Le support peut également être vissé fermement sur le dessus de la table.





## 1 Sélectionner le cadre de table

Cadre de table robuste et de haute qualité avec réglage électrique en hauteur réglable en continu de 62 cm à 128 cm. Comprend un élément de commande confortable avec fonction mémoire et protection anti-collision. Réglable pour plateaux de table d'une largeur de 120 cm à 200 cm maximum. Disponible en trois couleurs.

**JO-EDF1-SNG**

couleur

SNG Snow

PVC

799 €

**JO-EDF1-GR**

GR Grey

799 €

**JO-EDF1-BG**

BG Black

799 €

## 2 Sélectionner le plateau de table standard

### Standard

Les plateaux de table standard aux couleurs SNG Snow et GR Grey sont immédiatement disponibles en stock et sont disponibles en deux largeurs.

**JO-DT1608****160 × 80 × 1,9**

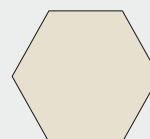
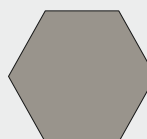
299 €

**JO-DT1808****180 × 80 × 1,9**

349 €

### Couleurs uni

Pour les plateaux en stock, la couleur du plan de travail et du bord de la table est toujours la même.

**SNG Snow****GR Grey****GW Grey-White****PE Pebble****GN Granite**

### Décors bois

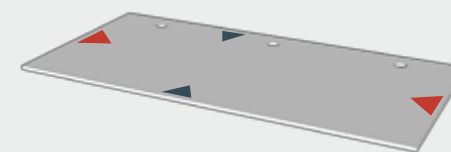
**LO Light Oak****NO Natural Oak****DP Deep Oak****UC Urban Cherry**

La couleur du plan de travail et du bord de la table est librement sélectionnable et peut être combinée librement.

## 2 Sélectionner le plateau de table individuelle

### Individuel

Déterminez votre taille individuelle pour le plateau de table et choisissez parmi différentes couleurs et décors en bois.

**JO-DT-FLEX****largeur (cm)****120 – 160****161 – 200****profondeur (cm)****70 – 100****70 – 100**

hauteur (cm)

1,9

1,9

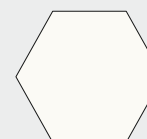
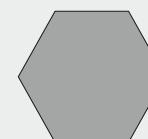
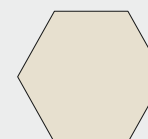
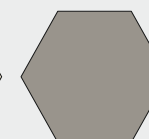
PVC

369 €

419 €

**REMARQUE :** Les largeurs de plateau jusqu'à 160 cm disposent de deux sorties de câble (gauche/droite). Trois sorties de câbles (gauche/milieu/droite) sont installées pour des largeurs de table à partir de 160,1 cm.

### Couleurs uni

**SNG Snow****GR Grey****GW Grey-White****PE Pebble****GN Granite**

### Décors bois

**LO Light Oak****NO Natural Oak****DP Deep Oak****UC Urban Cherry**

La couleur du plan de travail et du bord de la table est librement sélectionnable et peut être combinée librement.

## 3 Sélectionner les accessoires

		PVC
<b>JO-MM1-SV</b>	Support de moniteur réglable pour fixer ou dévisser, comprenant un port USB et deux ports audio, couleur SV Silver	159 €
<b>JO-MM2-BG</b>	Support de moniteur réglable pour le serrage ou le vissage, couleur BG Black	119 €
<b>ZU1974</b>	Smart Charge Kit pour intégration dans le plateau de table	99 €
<b>JO-CM1-BG</b>	Bobine de câble flexible pour le passage des câbles de la table au sol, couleur BG Black	49 €
<b>JO-CM2-BG*</b>	Goulotte ou support de câble pour une barrette de raccordement, couleur BG Black	39 €

\* Pour une profondeur de plateau de 70 à 79,9 cm : à partir d'une largeur de 165 cm, l'installation de deux goulottes de câbles est possible. Pour une profondeur de plateau de 80 à 100 cm : à partir d'une largeur de 130 cm, l'installation de deux goulottes de câbles est possible.



# Données de charge et poids

## Cadre de table

	Max. force de levage (en kg) sans poids du plateau de table
JO-EDF1	100

## Conduit de câbles

	Max. charge (en kg)
JO-CM1	5

## Support pour moniteur

	Max. charge (en kg)
JO-MM1-SV	9

## Dessus de table

	Largeur (en cm)	Poids (en kg)
JO-DT	120 – 140	circa 15
	140 – 170	circa 18
	170 – 200	circa 21

	Max. charge (en kg)
JO-MM2-BG	6,5

# Mentions légales

## Spectral Audio Möbel GmbH

Robert-Bosch-Str. 1–5  
74385 Pleidelsheim  
Allemagne  
Téléphone: +49 7144 88418-80  
Fax: +49 7144 88418-40  
E-Mail: info@spectral.eu

## Service commercial France

Téléphone: +33 5 33 52 34 23  
E-Mail: france@spectral.eu

Date: novembre 2019

Sous réserve de modifications  
techniques, de divergences de couleurs  
dus à l'impression et d'erreurs.

© 2019 Spectral Audio Möbel GmbH



www.spectral.eu



Facebook  
@spectralfurniture



Instagram  
@spectralgram



YouTube  
@spectralgermany

