

Zeitschrift: Habitation : revue trimestrielle de la section romande de l'Association Suisse pour l'Habitat

Herausgeber: Société de communication de l'habitat social

Band: 72 (2000)

Heft: 4

Artikel: Technologie-ergonomie-design : le prix du bien-être

Autor: Willoment, Roland

DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-129800>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 26.02.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

Technologie-ergonomie-design LE PRIX DU BIEN-ETRE

L

Le repos occupe un tiers de l'horaire quotidien des êtres humains : la science a démontré qu'un sommeil de qualité contribue à l'amélioration des performances physiques et mentales de l'homme.

Ces affirmations, qui caractérisent notre existence, incitent à rechercher les conditions et moyens qui donneront une nouvelle dimension au bien-être dans le sommeil : la relaxation, la lecture, l'écoute de la musique, le visionnement d'images, l'étude ou la créativité.

Dans les pays occidentaux, depuis fort longtemps, le matelas a remplacé la paille, le sommier la planche de bois, les draps, couvertures et édredons les peaux de bêtes. Du sommier à l'oreiller, une infinité de créations sont proposées depuis toujours aux victimes de troubles du sommeil ou de douleurs corporelles; aux perfectionnistes victimes d'obsessions esthétiques. Ces créations se situent donc à des niveaux très différents, suivant que l'objectif à atteindre se réfère aux traditions ancestrales ou à la recherche contemporaine.

Au fil des siècles, la lente évolution du mobilier de base fait place, de nos jours, à une accélération qui, au fil des années, touche des matériaux aux qualités nouvelles, des systèmes maîtrisés scientifiquement, des applications bénéficiant souvent de la recherche des industries de pointe (automobile, aéronautique, études spatiales). En règle générale, les possibilités constructives, la qualité tech-

nique, l'analyse conduisent à mieux cerner les objectifs à atteindre à travers le sommeil; les références à l'ergonomie et à la physiologie contribuent à l'amélioration des formes et de la fonction des mobiliers du repos.

LES SOMMIERS

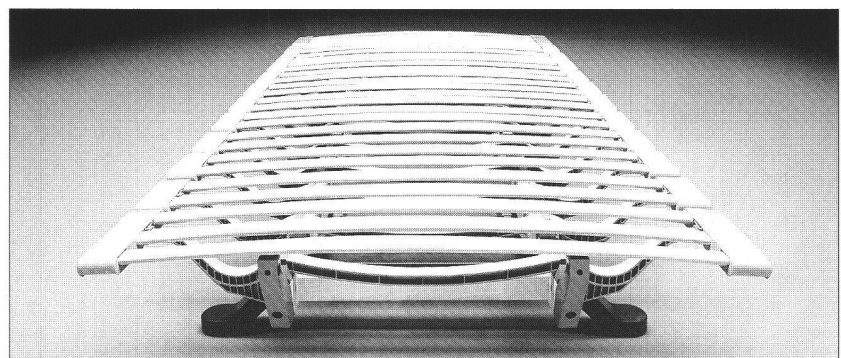
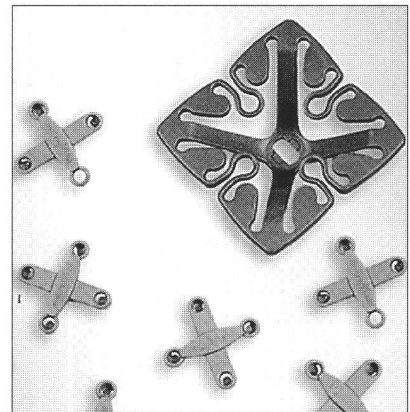
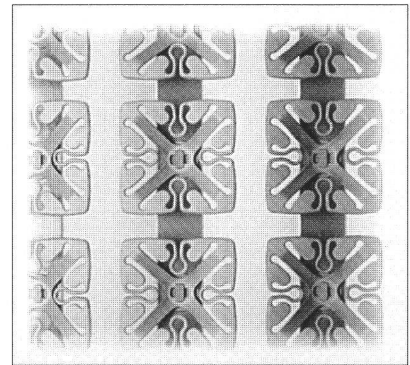
Ils ne peuvent être aujourd'hui que multizones, certains dits ajustables utilisent des matériaux innovants pour constituer des éléments porteurs plus ou moins souples, suivant les parties du corps à supporter :

Le système ISS, par exemple comporte

- une suspension active, souple sous les épaules, plus ferme dans la zone lombaire,
- des lattes de support (multipliées de hêtre)
- des embouts de suspension.

Le système SWISSFLEX, sommier sans cadre (pour assurer la flexibilité sur les bords) comporte

- des lattes doubles enchâssées dans un embout porteur,
- des lattes ondulées très flexibles,
- une structure porteuse.



LES MATELAS

Les matelas équipés de petits ressorts en forme de tonneaux, à même de se comprimer, ont été inventés voici plus de 100 ans.

Les multispères sont constitués d'un tricotage de fil d'acier continu à haute résistance; ils sont réalisés en système multizone.

La majorité des matelas actuels sont en mousse de polyuréthane, de qualités diverses visco-élastiques, à cellules ouvertes, ou 100% latex à densité variable, suivant les sollicitations répertoriées.

Certaines fabrications comportent 7 zones de confort sur un seul matelas.

La qualité du garnissage, la douceur et l'élégance des coutils concourent, dans une très large mesure, au plaisir tactile, à la sensation de moelleux, au confort naturel et rassurant, quelle que soit sa conception.

Signalons encore que certains matelas (spéciaux pour l'instant) offrent des propriétés anti-allergiques et médicalement hygiéniques.

L'OREILLER

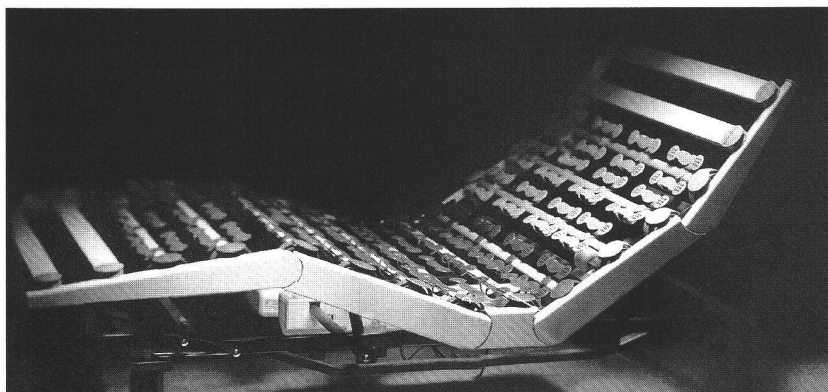
La plupart des fabricants proposent des oreillers permettant aux muscles du cou et des épaules de se relaxer totalement; l'oreiller à coussin d'air est un véritable airbag d'alcôve : le noyau en pure écume de latex offre un soutien de la tête au centimètre près; des canaux d'aération et une surface profilée assurent l'évacuation de l'humidité.

La technique n'a, semble-t-il, plus de limites : "Vous dormez de mieux en mieux, plus sainement, plus profondément; chaque matin, vous vous réveillez plus frais et plus dispos " suivant les promesses des slogans publicitaires.

LE DESIGN

De l'ergonomie au design, il n'y a qu'un pas que bon nombre de fabricants ont franchi ou s'apprêtent un jour à franchir.

La plupart des lits de création récente ne présentent, à dire vrai, pas de singularité très novatrice; seuls les lits Futon offrent parfois des modèles orientalisés dont le design et la couleur sont maîtrisés. A la lourdeur des combinaisons classiques, la recherche formelle actuelle oppose des systèmes de sommiers plus élégants mais peu ajustables (les matelas améliorent cependant l'adaptabilité aux pressions du corps). Le sommier sans cadre est un exemple d'évolution



qui touche non seulement le confort des doubles lames ondulées mais surtout la structure porteuse et le piétement du lit.

Le lit à grandeur variable en croissillons de bois souples est une formule qui intéresse un large public.

Ces quelques novations et d'autres sont d'un intérêt parfois très spécifique; elles sont à adopter avec discernement car la production de masse offre aussi des solutions satisfaisantes.

La relation prix - qualité - service prend de ce fait une grande importance dans la décision d'achat.

Roland Willomet

Page de gauche:

système ISS avec suspension interchangeables et tenseurs

système Swissflex, sommier sans cadre

Ci-dessus: système Lattoflex, sommier ajustable

Ci-contre: lit à grandeur variable et hauteur variable, Thut Möbel

Ci-dessous: lit canapé superposable, design Lukas Buol et Marco Zünd, Bâle

