

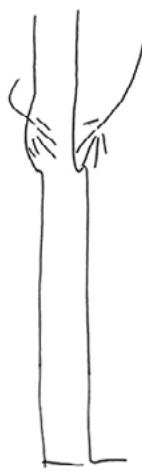


# la sChaise

UNE NOUVELLE PROPOSITION  
DES OBJETS THÉRAPEUTIQUES ET MÉCANIQUES  
DU STUDIO SMARIN

Observons les routines gestuelles  
les plus ancrées dans nos quotidiens.

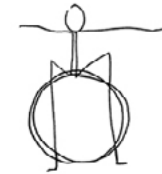
La position assise est l'une des plus  
intéressantes car c'est l'une des plus  
contestables.



constat :  
la fesse triste



les alternatives health care wellness et toute la  
compagnie



histoire de s'asseoir

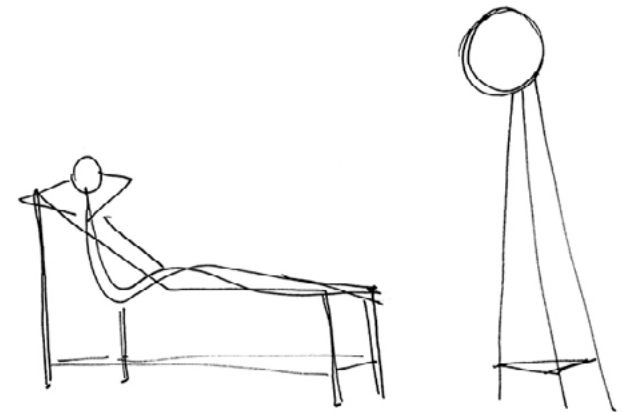
XXI il faut nous  
réinventer

REBONDIR

Rebondir is the  
new s'asseoir

S  
M  
A  
R  
I  
N  
CHAISE

une assise souple  
dynamique



HISTORIC  
CHAIRS



trône du bon vieux  
Roi Dagobert



"la pompe"  
ré-activer la circulation  
faire fonctionner le retour veineux



cinq minutes de rebond tous les jours  
le changement de la fesse du monde  
a commencé!

# la sChaise

Alternative radicale aux assises traditionnelles, l'assise de la sChaise est flexible et induit naturellement une posture saine.

Par son effet trampoline, elle combat la sédentarité, dotant ainsi le fait de s'asseoir de nouvelles fonctions de dynamisme et de développement personnel.

La réduction des points de pression et l'effet rebond de la sangle place l'utilisateur dans une position dynamique.

Adaptable à toutes les morphologies, l'utilisation de la sChaise est simple et ne requiert aucune manipulation. Le corps dans son expérience physique du rebond trouve intuitivement les bonnes positions successives pour rester confortablement assis. L'intelligence corporelle accompagne ici l'activité intellectuelle qu'elle soit intense dans le cadre d'un travail ou récréative dans un moment de détente.

L'assise à rebond de la sChaise crée des contractions musculaires dynamiques propres à entretenir la tonicité et la résistance du deltoïde fessier fondamental à une bonne posture.

La nécessité de s'ancrer dans le sol par les pieds est un facteur positif d'auto agrandissement qui va lutter contre l'avachissement et le tassement de la colonne vertébrale.

Le rebond même minime permet une amélioration de la circulation sanguine, l'hémodynamisme cher aux ostéopathes, qui favorise un retour veineux plus performant et permet une meilleure irrigation du cerveau et le massage interne par la lymphe.



# the sChaise

A radical alternative to traditional seats, the sChaise is ergonomic and flexible and naturally gives a healthy posture.

By its trampoline affect, it fights against being static and therefore endowers new dynamic functions and personal development.

The reduction of the pressure points and the bouncing affect gives the user a dynamic position.

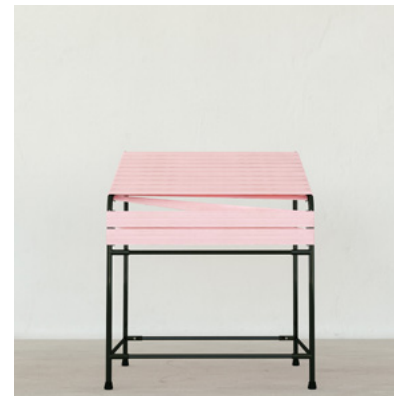
Adaptable to all body shapes, using the sChaise is simple and doesn't require any manipulation. With the physical experience of the bouncing affect, your body will intuitively take good positions giving you constant comfort.

Whether you're sitting at work or just simply relaxing you'll be accompanied by your bodily intelligence.

The sChaise's bouncing seat creates muscular contractions that maintain the resistance and tonicity of gluteal deltoid which is primordial for a good posture. The necessity to anchor our feet on the ground is a positive factor of auto extension.

Fighting both limpness and vertebral compression.

Even the smallest rebound gives better blood circulation, haemodynamic, an osteopath's favourite, supports a more efficient venous feedback and brain irrigation, internally massaging the organs via the lymph.







# Objets Mécaniques et Thérapeutiques

## Therapeutic Objects through Mechanics

smarin a initié à partir de 2012 une exploration approfondie des gestuelles contenues dans nos routines. Ces observations ont pu cerner des «mauvaises habitudes» qui sont des phénomènes d'usure contre lesquelles une meilleure gestuelle permet non seulement de lutter, mais aussi dans le cadre de bonnes pratiques, de développer des facultés et entretenir le capital santé.

La Recherche sur les Objets Thérapeutiques par la Mécanique est née de la rencontre de smarin et de l'Observatoire des Médecines Non-Conventionnelles, OMNC. Elle est basée sur les techniques simples qui favorisent le bien-être par un bon usage mécanique du corps, et l'approfondissement de la connaissance de soi.

Le studio smarin propose les objets suivants :

- . la sChaise
- . sifflu, l'objet pour aborder la respiration complète.
- . kairos, l'installation lumineuse où l'on pratique la cohérence cardiaque.
- . nap bar, l'espace dédié à la sieste réparatrice.

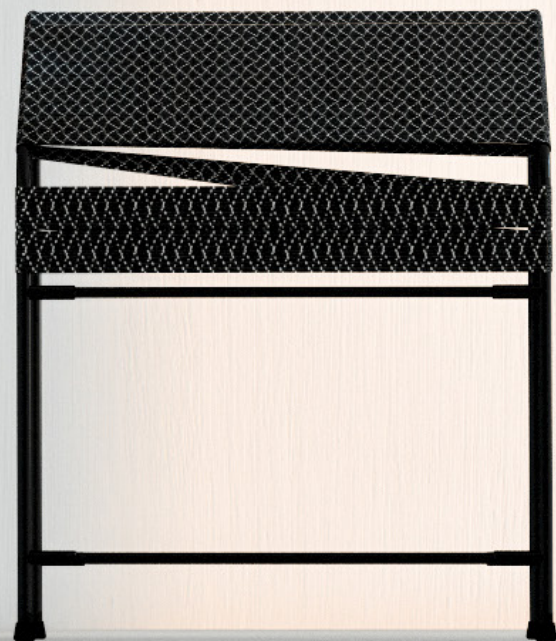
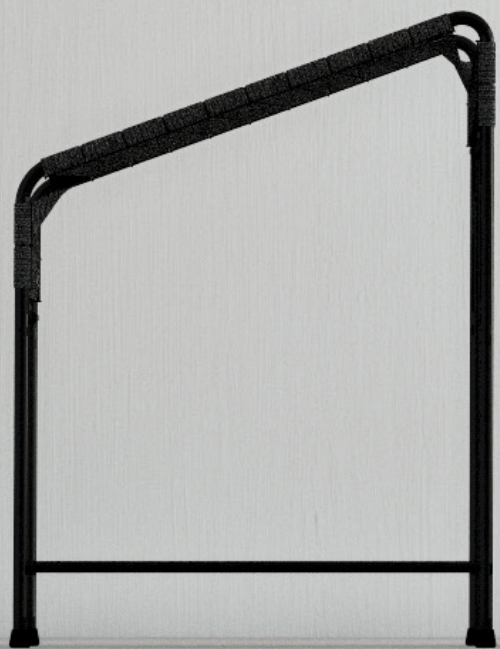
In 2012, smarin started to explore in more depth the continual gestures within our daily routines. These observations determined a number of « bad habits » that can lead to wear and tear to which changing these habits and using good practice will lead us to develop a conscious state of awareness and well-being.

This research is the result of a meeting between smarin and the Observatoire des Médecines Non-Conventionnelles (OMNC) and has allowed Smarin to elaborate its designs based on simple techniques that encourage a good mechanical use of the body and deepen self-awareness.

Consequently, smarin, has designed:

- . the sChaise
- . sifflu : this aims to address full and complete breathing
- . kairos : this exercises cardiac coherence
- . nap bar : this encourages relaxation and restores the bodies energy





# Entraînements quotidiens avec Lyse Gladieux

## Everyday training with Lyse Gladieux



### DES MOUVEMENTS SIMPLES ET FACILES À EXECUTER.

La sChaise a été pensée comme un outil de thérapie mécanique. Lyse Gladieux, ergothérapeute, a conçu trois séries d'exercices d'une durée de 5' chacun. Réalisables à tout âge et quotidiennement, ces mouvements sont simples et faciles à exécuter.

- Série 1 : Réveil du corps et relance de la circulation sanguine
- Série 2 : tonification et renforcement des muscles profonds
- Série 3 : Étirements et auto agrandissement pour chasser les tensions.

### SIMPLE AND EASY MOVEMENTS TO EXECUTE.

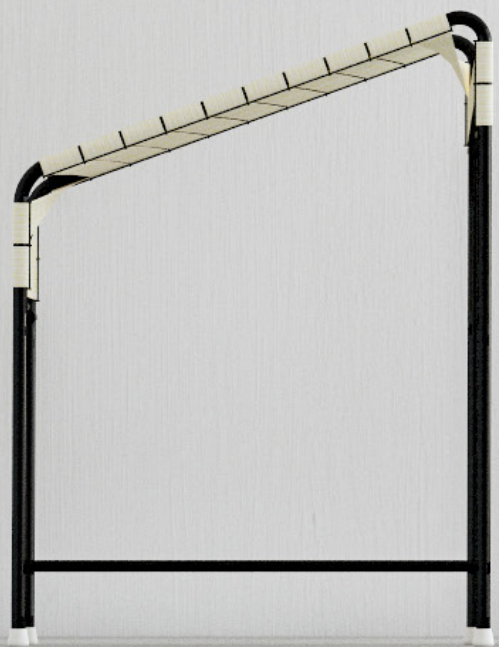
The sChaise has also been thought out as a therapeutic mechanical tool. Lyse Gladieux, an occupational therapist, designed 3 sets of exercises each lasting 5'. These can be achieved at any age and on a daily basis, and are simple and easy to perform.

- Exercise 1: awakening the body and stimulating the blood circulation.
- Exercise 2: Deep toning and strengthening the muscles.
- Exercise 3: Stretching to remove any tension.

### SOURCES

- . INSEE
- . NASA
- . CNRS
- . IRMES, institut de la recherche biomédicale et d'épidémiologie du sport
- . Centre d'études sociologiques et politiques
- . l'Observatoire de la sédentarité
- .OMLS







# La sChaise : une nouvelle manière de bouger assis, de s'asseoir et rebondir

## La Bounce Station

S'inscrivant dans le courant de la microsociologie qui privilégie l'observation des interactions humaines aux données statistiques, smarin propose une « microsociologie » détournant ici le concept de « face » cher au sociologue américain Erving Goffman et ambitionnant le changement de la fesse du monde.

La Bounce Station associe un dispositif de sChaises (nombre variable de chaises en fonction de la configuration du lieu) à la projection d'une vidéo tutorielle.

Cette vidéo présente les éléments d'une chorégraphie sur sChaises. Ces gestes dynamiques associent, sur un rythme entraînant, rebonds et mouvements de parties du corps. Buste, bras, tête, pieds, jambes créent un vocabulaire de réponses corporelles à différentes interactions sociales. Avec la sChaise s'élargit le champ des réponses gestuelles possibles afin que rentrer le cou dans ses épaules ne soit plus l'unique et triste recours en situation de stress. Etre créatif dans sa posture, dans son quotidien, peut débuter par la libération du langage du corps, là où la chaise traditionnelle l'a assigné à une terrible réduction.

Grâce à la fesse rebondissante, smarin vous permet de ne plus perdre la face. Tact, savoir-vivre ou diplomatie trouvent ici leur pendant corporel. Mouvements de la pensée et du corps ne font qu'un. Grâce à la sChaise et à la Bounce Station, l'utilisateur peut facilement répondre à une multitude de situations sociales complexes dans le cadre de ses relations professionnelles ou privées. Il pourra ainsi « prendre de la hauteur » ou « du recul », « brainstormer efficacement » ou « exprimer un désaccord » ou « donner une réponse polie mais ferme ». Le jeu et le mouvement du corps qui rebondit opèrent une fusion du corps et de l'esprit.



La Bounce Station se présente sous deux formes :

- Une expérience collective associée à une performance. Faisant face aux participants assis sur les sChaises et dos à l'écran projetant les consignes, une danseuse effectue l'ensemble des gestes. Les participants sont initiés facilement à des gestes possiblement quotidiens. Après un échauffement des corps, le rythme s'accélère, les rebonds deviennent frénétiques. Le Bounce Station Live réunit les participants de tous âges dans une bounce party joyeuse et libératoire allant au plus près de la synchronisation corps et esprit.

- Une expérience individuelle ou en petit groupe. Vivre la révolution de la Fesse est aussi possible seul ou entre amis grâce à un dispositif plus simple. Dans un espace spécifique, quelques sChaises sont disposées face à un écran, la vidéo de 5' permet de s'exercer librement et de ressentir la révolution du rebond.

# The sChaise : the new way to move whilst seated

## The Bounce Station

By subscribing to Microsociology which is one of the main levels of analysis (or focuses) of sociology, concerning the nature of everyday human social interactions, Smarin offers you a « smicrosociology of 'la fesse' (buttock) a concept of « face » which is an important part to the American sociologist Erving Goffman.

The Bounce Station combines an sChaise (a variable number of chairs depending on the configuration of the location) and the projection of a tutorial video.

This video presents the elements of a choreography on the sChaises. These dynamic gestures combine, with a catchy rhythm, rebounds and movements of different body parts.

Bust, arms, head, feet, legs creating different bodily responses and social interactions.

The sChaise widens the scope of possible gestural responses so that entering the neck deep into our shoulders will only happen during a stressful situation and no longer a continual action when seated.

Being creative with our posture in our everyday lives will help us begin to free our body language whereas a traditional chair reduces any chance of this.

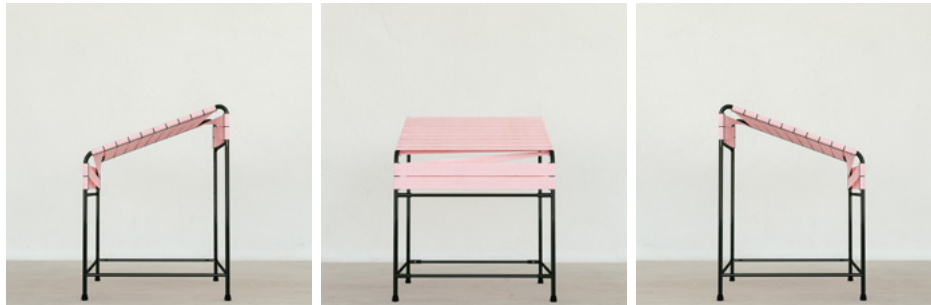
Thanks to the rebounding sensations, Smarin allows you to no longer lose face. Tact, know-how or diplomacy find their way into your body.

Thinking and body movements become one.

Thanks to the sChaise and the Bounce Station, the user can easily respond to a multitude of complex social situations whether it's within professional or private relations.

It can also make us “step up” or “step back”, “brainstorm effectively” or “disagree” or “give a polite but firm answer”.

Combining fun and bouncing body movements create a fusion of body and mind.



The Bounce Station comes in two forms:

- A collective experience associated with a performance: the Bounce Station Live

Facing with participants sitting on the Schaises, a dancer is performing all the gestures with her back to a screen that is projecting the instructions. Participants are introduced to some easy daily gestures. After warming up, the rhythm accelerates and the rebounds become frenetic. The Bounce Station Live brings people of all ages together in a liberating, lively and cheerful atmosphere synchronising both body and mind.

- An individual experience in a small group,

Living the revolution of 'la fesse' is also possible alone or with friends thanks to a simpler system. In a specific space, a few sChaises are placed in front of the screen, the 5' video allows you to exercise freely and feel the bounce revolution.

# au bureau in the Office 在办公室

A woman with curly hair, wearing a white top and black skirt, is sitting on a chair with a colorful patterned seat. She is looking to her right. The background is a plain, light-colored wall. Large red text is overlaid on the image, reading 'au bureau', 'in the Office', and '在办公室'.

[CLICK FOR VIDEO](#)

## PERFORMANCE SMICROSOCIOLOGIE

- Arte Monte Carlo, Monaco 04/2018
- Forum d'Architecture, Nice 05/2018
- Triennale de Design, Liège 10/2018
- Centre Pompidou, Paris 11/2018
- Wanted Design, NYC 05/2019

S'asseoir et rebondir : l'action est ubuesque. La vidéo façon tutoriel nous entraîne dans la cadence infernale d'une séance d'aérobic. Le spectateur se glisse rapidement dans le rythme, entre petits balancements discrets et réelles tentatives d'étirements, suivant des mouvements de plus en plus complexes. Le rire s'installe à mesure que le corps s'épuise, laissant toute la place à une expérience passive découvrant dans l'assise élastique une position des plus confortables.

Avec la sChaise, smarin investit les devenirs des corps immobilisés face aux écrans. Et si l'efficacité de la pensée ne nécessitait pas l'abandon des sensations ? La sChaise mobilise un corps tenu à distance par la vie contemporaine, privilégie l'éveil des émotions physiques dans les expériences mentales. Avec humour, smarin s'empare de fonctionnalité du design comme un moyen de faire vivre au corps des états de conscience éveillés.

— Mathilde Roman.

Sitting and bouncing : the action is ubuesque. The tutorial like video draw us into the infernal rythm of an aerobic session. The spectator rapidly slide into the pace, in between small discrete balancings and real stretchings, following more and more complex moves. Laughters appears as the body tires, allowing a passive experience to occur, while discovering the elastic seat in a very comfortable position.

With la sChaise, smarin invests the becomings of screen facing, still bodies. What if thought efficiency wouldn't require to abandon sensations ? The sChaise mobilise bodies suspended by contemporary life, favoring the awareness of physical emotions through mental experiences. With humour, smarin grabs fonctional design as a mean for the body to reach concious states of awareness.

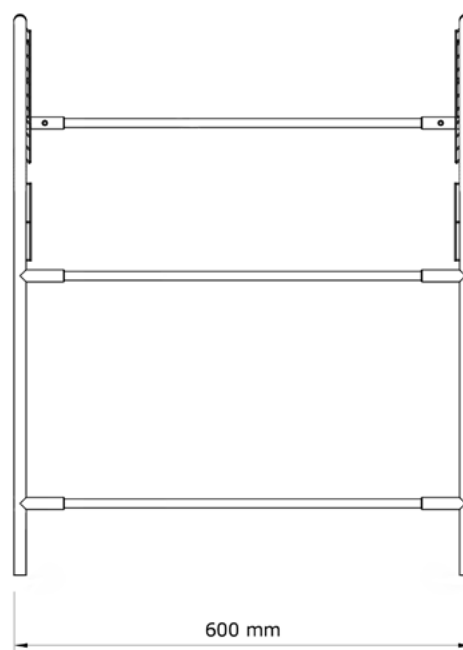
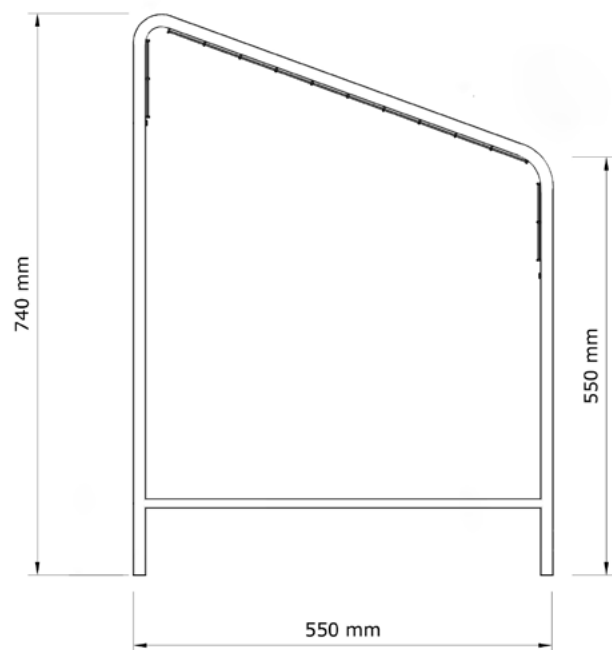
— Mathilde Roman.





# la sChaise

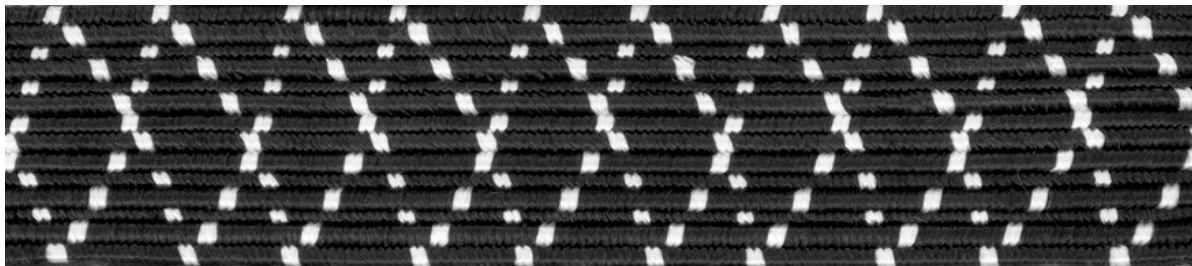
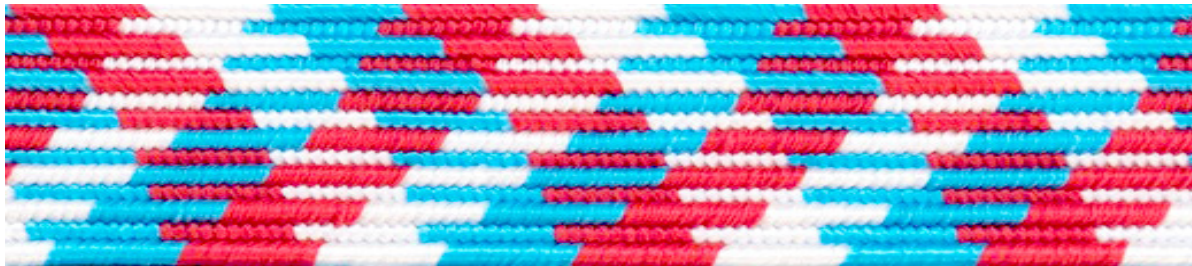
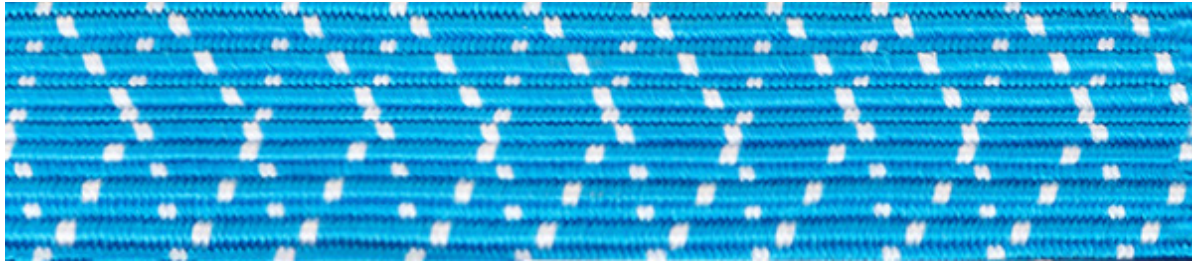
DIMENSIONS



## Structure démontable

acier peinture satiné  
fabriquée en france  
poids total avec sangle textile 7Kg  
made in france





### La sangle élastique

Les sangles formant l'assise sont interchangeables très simplement en moins de 10 minutes.  
Elles sont disponibles dans une grande variété de combinaisons de couleurs vendues séparément.  
Elles sont lavables.

### The elastic strap

The straps composing the seat are easily interchangeable in less than 10 minutes.  
They exist in a wide variety of color combinations  
Sold separately  
They are washable.



# sources et notes

NASA  
CNES <https://cnes.fr>  
CNRS  
IRMES, institut de la recherche biomédicale et de l'épidémiologie du sport (à préciser)  
Centre d'études sociologiques et politiques (à préciser)  
Observatoire de la Sédentarité : <http://observatoiresedentarite.com/>  
OMNC : <http://omnc.unice.fr/>

Alors que plus de 75 % des actifs en France occupent aujourd'hui des postes dans le secteur tertiaire (1), la sédentarisation apparaît comme le mal du siècle.

Plus le temps journalier passé en position assise et immobile est élevé, plus courte est l'espérance de vie. La liste des conséquences néfastes sur le corps est longue et inquiétante : développement des risques cardio-vasculaires comme l'hypertension ou l'obésité, accentuation des risques de chute ou de la maladie d'Alzheimer chez les personnes âgées, troubles musculo-squelettiques multiples responsables de nombreux arrêts de travail et d'une altération sévère du bien-être au travail. « Bouger est notre destin » (2), et il apparaît désormais indispensable de prendre conscience que la santé dépend des comportements de chacun.

(1) INSEE, Tableaux de l'économie française, édition 2016  
[www.insee.fr/fr/statistiques/1906677?sommaire=1906743](http://www.insee.fr/fr/statistiques/1906677?sommaire=1906743)

(2) Professeur François Carré, *Danger sédentarité, vivre en bougeant plus*, édition du Cherche midi, 2013

L'Observatoire des Médecines complémentaires non conventionnelles est une association siégeant au sein de la Faculté de médecine de l'Université Nice Sophia Antipolis, qui s'attache à porter une réflexion profonde autour de la santé et des relations entre esprit, le corps et l'environnement.

## Microsociologie

La microsociologie est l'étude des liaisons sociales élémentaires, concernant notamment les relations internes et des formes d'organisations de petits groupes sociaux (famille, couple, lieu de travail...). Le philosophe et sociologue allemand Georg Simmel (1858 – 1918) est à l'origine de la microsociologie. Sociologue atypique et hétérodoxe, il dépasse les clivages, pratiquant l'interdisciplinarité. Il contribue largement au développement d'une sociologie qui privilégie l'étude des liens et actions réciproques qui existent entre les individus. Simmel a constitué une référence importante pour l'école sociologique de Chicago à laquelle appartient entre autres Howard Becker ou Erving Goffman.

Erving Goffman, sociologue et linguiste américain (1922-1982) de la seconde Ecole de Chicago. Il s'écarte des méthodes quantitatives et statistiques pour privilégier une observation participante. Pour lui, l'interaction sociale est guidée par le souci de ne pas perdre la face. La Face est la condition de possibilité de toute interaction.

# sources and notes

NASA  
CNES <https://cnes.fr>  
CNRS  
IRMES, institut de la recherche biomédicale et de l'épidémiologie du sport  
Centre d'études sociologiques et politiques  
Observatoire de la Sédentarité : <http://observatoiresedentarite.com/>  
OMNC : <http://omnc.unice.fr/>

More than 75% of the active population in France occupies positions in the tertiary sector (1). The higher the daily sitting and motionless time, the shorter the life expectancy.

The list of adverse effects on the body is long and worrying, including developing cardiovascular risks such as hypertension or obesity, increasing the risk of falls or Alzheimer's disease in the elderly, multiple musculoskeletal disorders responsible for many people being signed off work and severe impairment of well-being. "Moving is our destiny" (2), it now seems essential to realise that our health depends on our everyday behaviour.

(1) INSEE, statistics of the French economy, 2016 edition  
[www.insee.fr/fr/statistiques/1906677?sommaire=1906743](http://www.insee.fr/fr/statistiques/1906677?sommaire=1906743)

(2) Professor François Carré, *Danger sédentarité, vivre en bougeant plus*, Cherche midi edition 2013

The Observatoire des médecines complémentaires non conventionnelles is an association that is situated within the 'Faculty of Medicine' of the University of Nice Sophia Antipolis, which strives in reflecting deeply on health and relationships between the mind, the body and the environment.

## Microsociology

Microsociology is the study of elementary social links, particularly concerning internal relations and forms of organisations of small social groups (family, couple, workplace, etc.). The German philosopher and sociologist Georg Simmel (1858-1918) has been part of microsociology since the beginning. An atypical and heterodox sociologist, he contributed greatly to the development of a sociology that favours the study of the reciprocal links and actions that exist between individuals. Simmel was an important reference for the Chicago School of Sociology, which includes Howard Becker and Erving Goffman.

Erving Goffman, American sociologist and linguist (1922-1982) from the second school in Chicago. He differs from quantitative and statistical methods and favours a participant observation. For him, not losing face guides social interaction.



8 - 19 Mai 2018  
**Quinzaine des réalisateurs,**  
Bounce Club  
Festival de Cannes





# les collections



2D stool and table



la sChaise



nap bar



play yet !



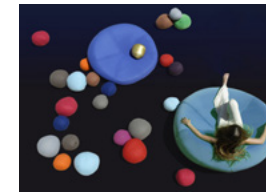
le hasard



les angles



mobileshadows



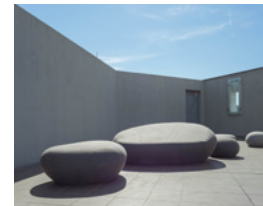
nénuphars



mangier



les marches



néolivingstones



ziggurat



livingstones



AccA



livingisland



dunes



kairos



le sifflu



fantasticks



shinyshadows



**smarin** est un studio de création français créé en 2003 par la designer Stéphanie Marin. smarin conçoit, développe et distribue des projets de design dans les domaines du mobilier, de la scénographie et de l'aménagement d'espaces, dans le monde entier.

Depuis ses ateliers de recherche et de production, le studio smarin développe de nouvelles solutions sous forme d'objets, d'installations ou d'expositions. Intégrant dans son équipe des savoir-faire complémentaires, le studio collabore avec des architectes, des artistes, des artisans, des personnalités qui élargissent sa pratique.

Le choix des matériaux est au cœur des recherches du studio de création qui aime manipuler et proposer des matières naturelles, saines, résistantes.

smarin propose des objets pour reconsidérer les mécanismes de la gestuelle et trouver des automatismes thérapeutiques. Les dispositifs d'installation smarin facilitent l'invention de nouvelles postures et attitudes dans les espaces publics ou domestiques. smarin aime travailler à la conception de systèmes et d'outils de construction de l'habitat afin de le rendre adapté à la situation qui est toujours en mouvement.

**smarin** is a French design studio founded in 2003 by the designer Stéphanie Marin. smarin designs, develops and distributes design projects in the fields of furniture, set design and space planning, in the entire world.

From its research and production workshops, the smarin studio develops new solutions in the form of objects, installations or exhibitions. Integrating into the team complementary skills, the studio collaborates with architects, artists, craftsmen, personalities who expand its practice.

The heart of the concept of the studio is to research and offer products made from natural and durable materials.

smarin proposes objects to reconsider the mechanisms of the gesture and find therapeutic automatisms. smarin installation devices facilitate the invention of new postures and attitudes in public or domestic spaces. smarin likes to work on the design of systems and stools of housing construction in order to make it suitable for the situation that is always moving.

**smarin**

14, ruelle du ruisseau  
06300 NICE  
FRANCE

tél. +33 (0)4 93 52 89 26  
mail. [contact@smarin.net](mailto:contact@smarin.net)  
[www.smarin.net](http://www.smarin.net)

édition : 12.2018

