

Madame, Monsieur,

merci d'avoir choisi le système de lit allnatura.

Notre système de lit « Sanavita-Plus » offre un confort des plus élevés pour toutes les corpulences et peu importe la position dans laquelle vous dormez. Il est pensé pour s'adapter individuellement et précisément à votre corps, à vos préférences personnelles et à vos habitudes en matière de sommeil en vous proposant de vous allonger de façon confortable, décontractée, et sans points de pression.

Ce manuel vous explique comment installer votre module de suspension afin qu'il réponde idéalement à vos besoins. En suivant ces conseils, vous passerez d'innombrables nuits récupératrices et votre nouveau système de lit vous comblera durant de nombreuses années.

Si contre toute attente votre système de lit ne satisfait pas à vos besoins, veuillez nous contacter par e-mail (service@allnatura.fr / service@allnatura.be) afin que nous vous apportions nos conseils.

Faites de beaux rêves avec votre nouveau système de lit !

Votre équipe allnatura



Bonne ou mauvaise position

Mauvaise position :

Le matelas est trop ferme ; la colonne vertébrale est tordue, ce qui engendre des douleurs dorsales.



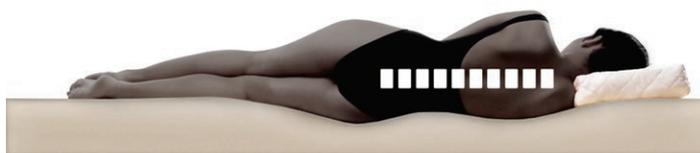
Mauvaise position :

Le matelas est trop mou ; la colonne vertébrale s'affaisse et est tordue. Cela engendre une fois de plus des douleurs dorsales.

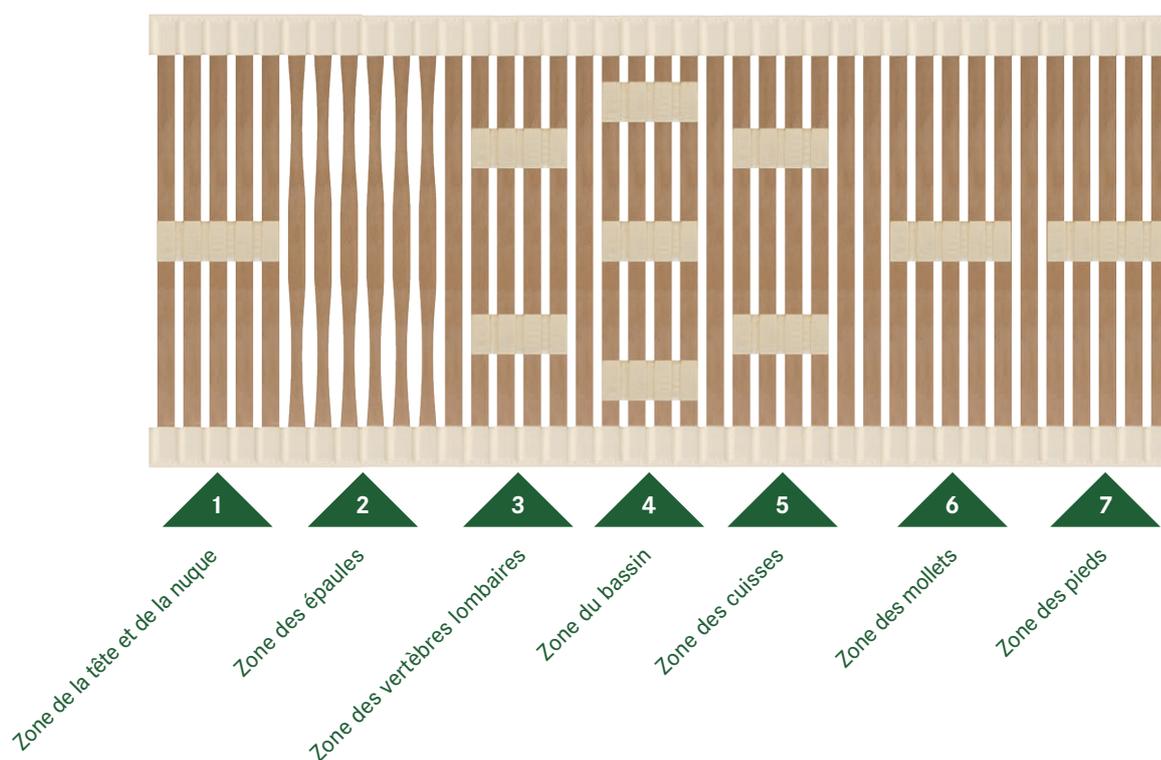


Bonne position :

Le matelas a un niveau de fermeté variable et une élasticité point par point élevée ; la colonne vertébrale est bien droite et détendue, et vous pouvez dormir sans douleur.

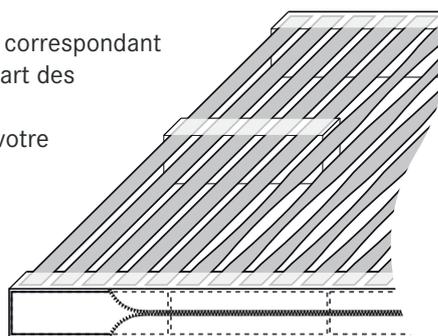


Aperçu des 7 zones du corps



Installation des structures latérales de support en fonction de la position dans laquelle vous dormez et du degré de fermeté souhaité

- » Structures latérales de support avec 7 blocs de latex chacune en 2 niveaux de fermeté différents – 3 blocs de latex de chaque côté de fermeté moyenne, 4 blocs de latex fermes – interchangeables en un tour de main grâce aux fermetures éclair sur toute la longueur
- » Position allongée très facilement adaptable en fonction de vos besoins personnels et de votre position préférée pour dormir
- » Sur les images de la page 4, vous pouvez voir quelques dispositions standard correspondant à différentes positions allongées et considérées comme agréables par la plupart des personnes qui dorment sur le ventre, sur le dos ou sur le côté ; nous vous recommandons dans un premier temps de choisir la disposition standard de votre position allongée préférée
- » Si cette disposition est pour vous trop souple ou trop ferme à certains endroits, vous pouvez alors échanger les blocs de latex en deux temps trois mouvements au besoin. Nous avons également illustré ces alternatives pour des personnes qui dorment sur le côté ou sur le dos. Les blocs de latex dont l'emplacement diffère par rapport à la disposition standard sont indiqués en rouge.



Disposition des blocs de latex



Disposition standard pour les personnes qui dorment sur le côté



Disposition standard pour les personnes qui dorment sur le dos



Disposition standard pour les personnes qui dorment sur le ventre

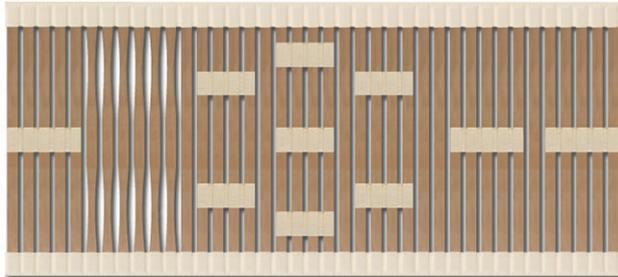


Disposition ferme pour les personnes qui dorment sur le côté ou sur le dos

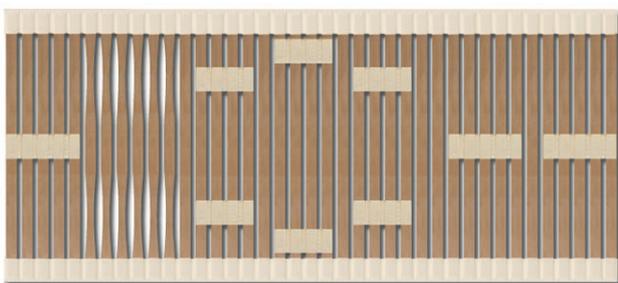


Disposition souple pour les personnes qui dorment sur le côté ou sur le dos

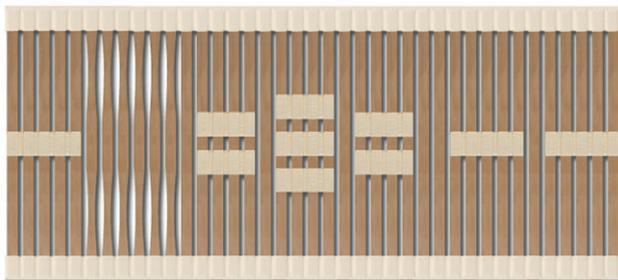
Disposition des blocs rembourrés coulissants



Si ces blocs rembourrés coulissants sont décalés vers l'extérieur, la zone centrale est plus souple. S'ils sont décalés vers l'intérieur, cette zone est plus ferme. Les blocs rembourrés coulissants repoussent la pression du corps humain grâce à leur contact avec la latte du dessous. Il en résulte une zone plus ferme.



Il est recommandé aux personnes qui dorment sur le côté et sur le dos de déplacer les éléments coulissants vers l'extérieur (comme sur l'image) et de retirer l'élément central afin de conserver une zone du bassin plus souple. Cela vaut également pour les personnes avec un bassin large : la pression en retour est ainsi plus faible et la suspension est plus souple.



D'après notre expérience, les personnes qui dorment sur le ventre préfèrent dormir sur une surface plus ferme au niveau des vertèbres lombaires et du bassin. Cela s'applique en particulier aux personnes qui souffrent de lordose.

Nous recommandons aux personnes qui ont des problèmes au niveau des disques intervertébraux d'ajuster la zone des vertèbres lombaires plus fermement pour augmenter la contre-pression par le dessous et ainsi apporter un soutien supplémentaire à la colonne vertébrale.