

Photos © Trilux



Dans ces bureaux où sont installés les luminaires BiCult de Trilux, la température de couleur et l'intensité lumineuse s'adaptent en fonction des besoins réels, de la lumière naturelle. Cet éclairage centré sur l'humain respecte le rythme circadien pour un meilleur confort visuel et bien-être au bureau.

fin, « l'éclairage sur-mesure assure des conditions de travail optimales, favorise la concentration, crée une atmosphère propice à la créativité et au bien-être, tout en permettant de maîtriser les coûts d'exploitation et de maintenance », conclut Lionel Witkowski.

Toutefois, l'éclairage n'est pas l'unique élément permettant d'améliorer les conditions de travail. L'agencement, la décoration et l'intégration d'éléments naturels jouent un rôle tout aussi important. Le choix judicieux du mobilier et de l'aménagement des espaces, tant en termes de fonctionnalité que de forme, contribue de manière essentielle au bien-être et à la performance. Indépendamment de meubles multifonctionnels permettant de transformer le bureau du Directeur en salle de réunion pendant ses déplacements fréquents, le choix des harmonies de couleurs a une influence directe sur la perception

de l'environnement qui pourra être « soft being » ou « urban living » selon l'image de marque, le style et l'activité de la société. Pour se convaincre de la pertinence de ces champs d'action, il suffit de consulter les études réalisées par le World Green Building Council<sup>4</sup> dans le domaine de la santé et du bien-être dans des bâtiments peu énergivores et respectueux de l'environnement. ■

1. Workspace Expo, 10 au 12 mars 2020, Pavillon 1, Paris Porte de Versailles.
2. Sedus Stoll est une entreprise familiale, fondée en 1871, employant 900 personnes et fabriquant exclusivement en Allemagne.
3. Cadre Vert est une agence de décoration végétale d'intérieur, spécialisée dans l'agencement d'ambiances réalisées à partir de plantes stabilisées.
4. Ce réseau international rassemble les acteurs de la construction de 70 pays, engagés dans une démarche de transformation de l'environnement bâti pour le rendre plus sain et plus durable. Infos sur [www.worldgbc.org](http://www.worldgbc.org).

## Une exemplaire salle de marchés

Rue d'Antin, à Paris, où siège BNP Paribas, se situe l'une des plus grandes « Global Market » d'Europe. Dépourvue de lumière naturelle, la rénovation de l'éclairage de cette salle de marchés a porté sur l'installation de plus de 180 dalles LED circadiennes Azur fournies par LITED.

Dans la salle la salle des marchés de BNP Paribas, l'absence de lumière naturelle exposait les opérateurs, durant de nombreuses heures, à uniquement une lumière artificielle diffusée tout autant par leurs écrans que par les luminaires. Aussi, conscient du risque de perturbation des rythmes biologiques humains, l'établissement financier a décidé de faire installer des panneaux LED circadiens, combinant efficacité lumineuse et bien-être au travail, ces derniers reproduisant, tout au long de la journée, le cycle de la lumière naturelle bénéfique à la santé des collaborateurs.

### SANS PIC BLEU

Mais ce n'est pas tout ! Afin d'offrir une lumière encore plus favorable à la santé visuelle des opérateurs, ces panneaux circadiens sont aussi constitués de LED sans pic de bleu. Il s'agit de la solution Daylite proposée par LITED (anciennement connue sous l'appellation « Blue Lite »), qui favorise un confort visuel optimal. Comment ? En éliminant le pic de bleu contenu dans les LED traditionnelles afin de limiter la fatigue oculaire et de ne pas perturber la production de mélatonine, l'hormone du sommeil, nécessaire à notre rythme veille/sommeil. ■

### À PROPOS DE LA LUMIÈRE BLEUE

La lumière bleue, naturellement et partout présente autour de nous, règle nos cycles veille/sommeil en régulant notre sécrétion de mélatonine. Toutefois, celle émise par nos multiples écrans (smartphones, tablettes, ordinateurs portables) trompe notre perception. Elle envoie à notre cerveau un message « lumière du jour » et le maintien en mode éveil. « Elle pourrait même, à terme, endommager définitivement nos yeux en altérant le centre de la rétine », prévient Véronique Morin, en rappelant que ce risque, qui vaut pour le bureau, vaut aussi à l'école ou à la maison d'autant que le phénomène s'ajoute à une journée de « sursollicitation ».