

La prise en compte de la biodiversité a-t-elle un impact sur la qualité de vie au travail et la productivité ?

En bref

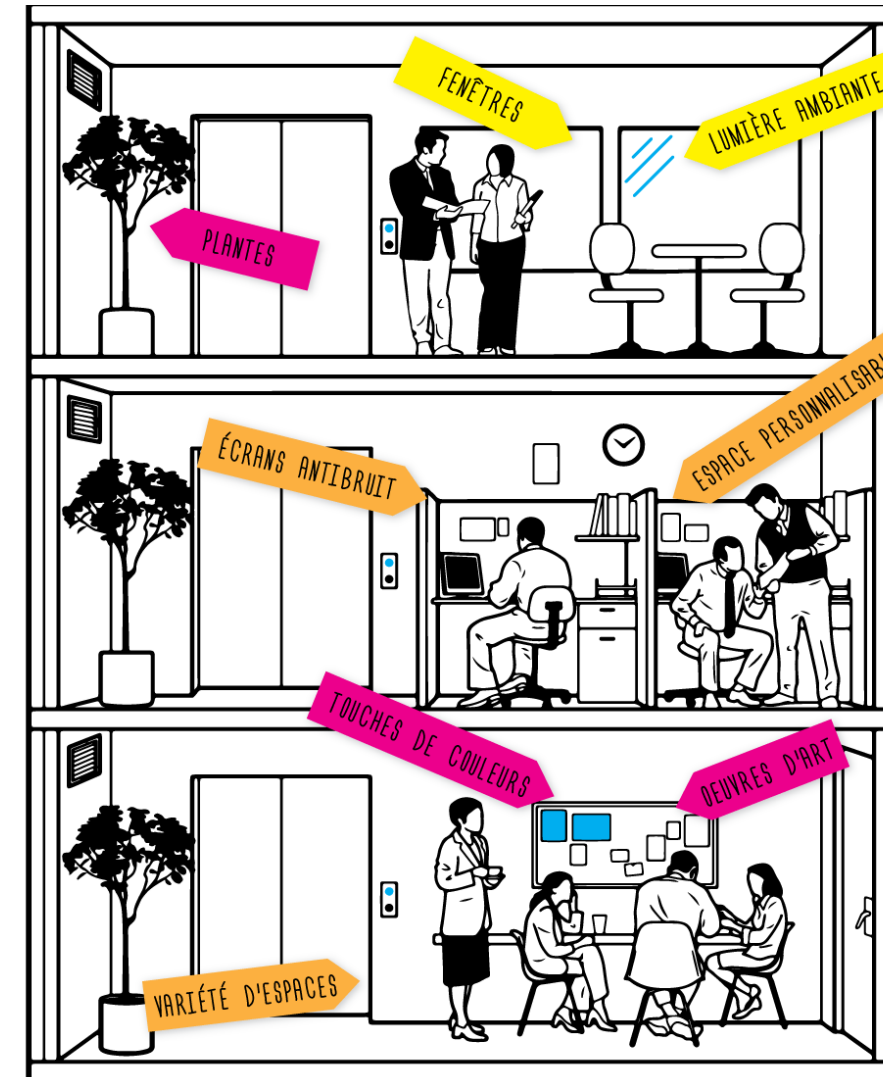
Ce document synthétique est le commencement d'une étude d'un étudiant en 2^e année du Master BIOTERRE – Biodiversité Territoire Environnement.

Il a pour but de sensibiliser les occupants des bureaux sur l'impact des plantes et de la disposition des bureaux sur la qualité de vie au travail, la productivité et la créativité.

En 2018, l'épanouissement des salariés doit être pris en compte afin que chacun ressente un sentiment de satisfaction dans son travail et de reconnaissance de la part de ses responsables.

Dans la continuité de cette étude, un outil d'aide au choix des plantes en fonction des paramètres du bureau en question sera proposé aux collaborateurs Eiffage désirant se lancer dans une démarche d'amélioration des conditions de travail par les plantes.

L'énergie est notre avenir, économisons-la !



En 2000, le Dr Tove Fjeld constate que la présence de plantes réduit la fréquence de symptômes neuropsychologiques.

En 2014 Caroline Grégoire, journaliste écrivain, nous donne les clés pour un environnement de travail plus favorable :

L'environnement de travail et la disposition des bureaux semblent avoir un effet sur le bien être des occupants.

Les employés travaillant dans des espaces dotés de fenêtres et donc exposés à plus de lumière naturelle dorment mieux et plus longtemps que ceux qui ne le sont pas.

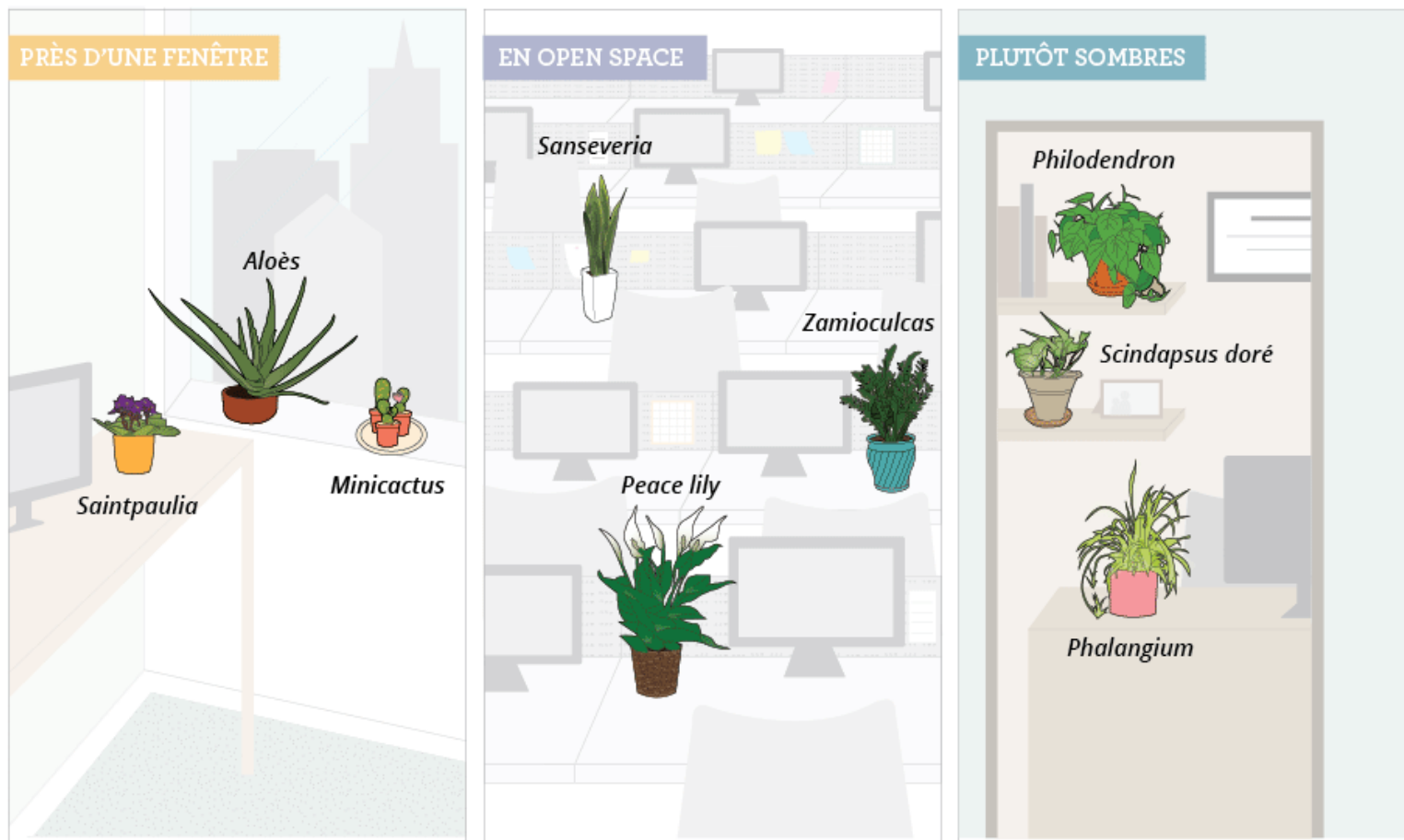
Il a été clairement établie une corrélation entre l'exposition à la lumière naturelle et une meilleure performance au travail.

Selon une étude, les employés qui travaillent dans des environnements ouverts sont plus sensibles au bruit.

La mise en place d'écrans antibruits améliore le confort et la concentration. Permettre de personnaliser son espace de travail avec des photos, des plantes ou des œuvres d'art augmenterait jusqu'à 32% la productivité des utilisateurs.

Le décor des espaces de travail est un facteur d'épanouissement. Quelques plantes vertes peuvent avoir un impact considérable sur le bonheur des employés. Les couleurs de notre environnement immédiat peuvent avoir un impact significatif sur notre état mental. Le bleu est considéré comme stimulant l'intellect, le jaune la créativité, tandis que le vert apporte calme et équilibre.

Choisissez une bonne plante pour les bureaux qui sont...



Comment les plantes dépolluent l'air ?

Elles transforment les molécules toxiques contenus dans l'air en nutriment et les stockent dans leurs tissus. Les polluants de l'air sont absorbés par les feuilles, les tiges et le tronc grâce à des stomates qui régulent la respiration de la plante. Ils sont ensuite transformés en nutriment par des micro-organismes vivants dans les racines. Parallèlement la plante émet de la vapeur d'eau. Celle-ci humidifie l'air et la rend plus saine

Choisir sa plante en fonction de son espace de travail

Les plantes apportent une multitude de bénéfices aux employés de bureau : elles peuvent apporter une touche de couleur pour aiguayer un bureau plutôt terne, rendre plus heureux et plus efficace par leur seule présence et bien sûr assainir l'air ambiant.

Par contre, en fonction de la typologie de bureau, de la fonction que nous voulons donner à la plante et de l'attention que l'on souhaite lui porter, il convient de préférer une espèce en fonction d'une autre.

Les plantes grasses ont besoin de beaucoup de lumière donc peuvent être passées près d'une fenêtre ensoleillée. L'Aloès, par exemple, est une plante qui possède une texture intéressante et mérite un arrosage avec parcimonie. Elle possède des vertus dépolluantes notamment sur les formaldéhydes.

Pour les « open space », si vous souhaitez vous isoler un peu de vos collègues, il est préférable de choisir une plante au feuillage généreux tout en assurant de ses besoins en luminosité. Le Zamioculcas est une plante originaire du Zanzibar qui nécessite peu d'entretien avec un arrosage hebdomadaire et une exposition mi-ombre voir lumineuse qui s'adaptera aux températures les plus diverses. Elle réglera l'hygrométrie de la pièce et apportera l'oxygénation.

Pour les endroits plutôt sombres et afin de rendre l'atmosphère un peu moins lugubre, il convient de choisir une plante pouvant évoluer sans lumière direct. Le Philodendron, par exemple se contente d'une exposition lumineuse moyenne voire faible. Cependant l'arrosage par vaporisation doit être régulier. Coté efficacité dépolluante, il absorbera efficacement les formaldéhydes mais aussi le trichloréthylène, les COV, les résidus de fumées de tabac, l'ammoniac et autres polluants volatiles.

Choisir sa plante en fonction de son bureau

Choisir sa plante en fonction de la pollution

En fonction de la pollution ambiante il est nécessaire de choisir la bonne plante :

Ondes électromagnétiques : Certaines plantes tels que les ficus ou cactus par exemple, sont réputées pour absorber les ondes électromagnétiques, issues des mobiles ou des liaisons sans fils comme le WIFI ou le Bluetooth.

Formaldéhydes : elles sont émises en masse par tous les dérivés du bois. Meubles en contreplaqué, fibres ou panneaux de particules, tous émettent des substances nocives notamment à cause des colles ou liants synthétiques. Les plantes comme le Phoenix, lierre ou encore Philodendron sont de très bonnes efficacités pour absorber ce polluant.

Des plantes au bureau permettent...

De diminuer le stress

D'augmenter la productivité

De mieux se concentrer

De mieux respirer

De se sentir mieux

D'être en meilleure santé

De diminuer les nuisances sonores

Des plantes à large spectre

Certaines plantes sont élues comme « meilleures plantes dépolluantes » :

La famille des Fougères se révèle exceptionnellement efficace en milieu confiné pour dépolluer aussi bien le formaldéhyde, le monoxyde de carbone, le toluène ou le xylène, que les issues des machines informatiques. Elle se veut par contre assez allergisante sur certains sujets sensibles.

La famille des ficus est considérée comme « une famille en or...vert » car ceux-ci sont considérés comme dépollueurs à large spectre. Il est impossible de ne pas trouver un ficus adaptée a son bureau.

Le lierre fait aussi partie de ces « meilleures plantes dépolluantes », robuste et facile à vivre, il dévore grâce à son feuillage de grandes quantités de benzène, formaldéhyde, toluène ... par contre, il se veut assez envahissant donc à éviter de mettre trop proche d'un mur.

Choisissez une plante qui...

