



Confort thermique dans les bureaux : concilier sobriété énergétique et conditions de travail

Pour diminuer leurs dépenses énergétiques en hiver, certaines entreprises peuvent décider d'activer le chauffage lorsque la température des bureaux est inférieure à 19 °C. Pour assurer de bonnes conditions de travail, l'employeur doit assurer une ambiance thermique adaptée à l'activité physique des travailleurs. Et pour un travail de bureau, en période hivernale, la température de confort thermique se situe autour de 21 à 23 °C.

La mise en place d'un **plan de sobriété énergétique** dans une entreprise est généralement constitué d'un ensemble d'actions qui vont permettre de réduire les coûts liés aux énergies. Ces actions peuvent porter par exemple sur **l'éclairage**¹ ou le chauffage des locaux, l'organisation du travail avec du télétravail accru, l'amplitude horaire de travail...

¹ <https://www.inrs.fr/actualites/eclairage-sobriete-energetique-sst.html>

Selon le plan, certaines ou l'ensemble de ces actions peuvent constituer une modification importante des conditions de travail. Il est essentiel de rappeler que tout changement important dans l'organisation, les procédés ou les conditions de travail nécessite une **réévaluation des risques** : il ne faut pas déplacer les risques existants vers d'autres risques, ni en créer de nouveaux. Cette réévaluation entraîne une mise à jour du document unique et du plan d'actions de prévention. A noter que cette réévaluation des risques est une démarche collective : elle associe l'employeur, les salariés et les représentants du personnel.

Assurer un confort thermique suffisant

Concernant le chauffage de locaux du tertiaire, une entreprise peut décider pour réduire ses dépenses énergétiques de n'activer le chauffage que lorsque la température des bureaux est inférieure à 19 °C, sans que cette mesure à elle seule ne soit considérée comme une modification importante des conditions de travail.

A cette date, l'INRS n'a pas connaissance de travaux scientifiques démontrant un lien entre un travail dans un bureau chauffé à une température proche de 19 °C et des effets sur la santé. Pour autant, la réduction des **températures** dans les bureaux peut générer un inconfort thermique.

Il est important pour les entreprises d'assurer une **ambiance thermique** adaptée à l'activité physique des travailleurs. Chaque nouvelle situation de travail doit faire l'objet d'une évaluation des risques professionnels, en prenant toujours en compte le type d'activité effectuée.

Le **confort thermique** est une sensation liée à la température ambiante de l'environnement de travail et à la nature de l'activité. La température de confort thermique permet à une personne de maintenir, dans ces conditions, son équilibre thermique en utilisant un minimum d'énergie pour lutter contre le froid ou le chaud. Toutefois, la température de confort thermique dépend également des perceptions individuelles, de l'habillement, de la vitesse de l'air, de la température humide et sèche et de rayonnement.

En ce qui concerne le **travail de bureau**, lié à une activité physique légère, la température associée au confort thermique se situe généralement autour de 21 à 23 °C en période hivernale.

**Repères de confort thermique pour une activité légère
(type activité de bureau)**

Température de l'air ambiant	23 à 26 °C pour les périodes estivales 21 à 23 °C pour les périodes hivernales
Écart de température entre l'intérieur des locaux et l'extérieur	Préférentiellement 6 à 8 °C maximum, pour éviter les désagréments en entrant ou en sortant
Degré d'humidité relative	40 à 70 %
Vitesse de l'air au niveau des opérateurs	Inférieur ou égal à 0,2 m/s

Des températures ambiantes sensiblement différentes de celles recommandées ci-dessus n'engendreront généralement pas d'effets directs pour la santé des salariés lors d'une activité de bureau. Néanmoins celles-ci peuvent générer un **inconfort thermique** qui peut être vécu comme une dégradation des conditions de travail, et ainsi possiblement favoriser certains facteurs de risques psychosociaux (augmentation des exigences psychologiques, sentiment de manque de reconnaissance, dégradation des rapports sociaux...).

Il est ainsi recommandé à l'employeur d'expliquer les décisions prises et d'associer les instances représentatives à d'éventuelles mesures de réduction du chauffage des bureaux.

Pour en savoir plus :