

3 facteurs clés qui ont une incidence sur la productivité en réunion

En moyenne, les gens d'affaires passent 25 heures par mois en réunion.

Diverses études ont démontré que les conditions du climat intérieur exercent des effets physiologiques sur la concentration, la capacité d'attention, l'état d'éveil, la fonction cognitive, la précision, l'interprétation des informations, la créativité, l'humeur et la motivation.

Il y a trois variables clés qu'il faut prendre en compte lors de créer l'environnement de réunion idéal : la température, la qualité de l'air et l'éclairage.



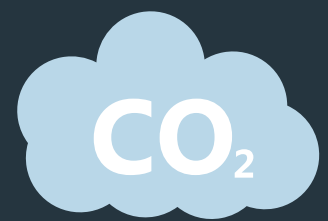
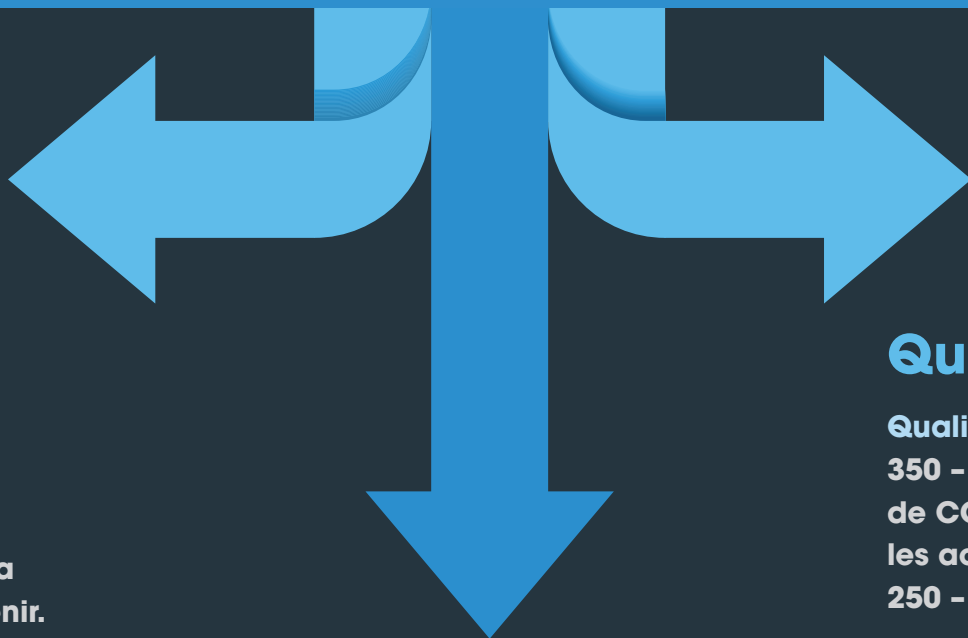
Température

Plage de température idéale :
20°C/68°F - 25°C/77°F

La température a un effet sur la compréhension et sur le souvenir.

Les réunions plutôt longues, où tout le monde est assis, exigent une température ambiante plus élevée que les réunions et activités de groupe plutôt courtes où on se tient debout. Et les réunions plus formelles, où les intervenants portent une tenue professionnelle, exigent une température plus basse que les réunions informelles où une tenue décontractée est de mise.

Référence : Livre blanc de Sharp
« Créer l'environnement de réunion parfait »



Qualité de l'air

Qualité d'air idéale pour une réunion :
350 - 1 000 parties par million (ppm) de CO₂ — Le niveau typique pour les activités de plein air est de 250 - 350 ppm.

Un niveau élevé de CO₂ peut évacuer l'oxygène dans l'air et réduire en conséquence l'oxygénation du sang et du cerveau, provoquant des symptômes tels que l'hyperventilation, un rythme cardiaque rapide, la maladresse, l'instabilité émotionnelle, et la somnolence.

Les études ont montré qu'un niveau élevé de CO₂ a un effet négatif sur le souvenir des informations, l'évaluation subjective de la charge de travail, le degré de fatigue qui est perçue, et la motivation.



Éclairage

Le niveau d'éclairage idéal pour une réunion :

Un éclairage localisé de 500 - 1 000 lux convient dans la plupart des cas, et ce taux baisserait à 300 - 500 lux quand on se sert d'un écran.

Une augmentation de l'éclairage de 550 à 1 100 lux donne lieu à une amélioration de 2,8 pour cent au niveau des performances. Si on augmente l'éclairage à 1 600 lux, les performances s'améliorent de 8,1 pour cent. Les participants aux expériences ont fait un lien direct entre les performances améliorées et un éclairage plus important.

SHARP®

Be Original.

VISITEZ LE WWW.SHARP.CA

© 2020 Sharp Électronique du Canada Ltée.

Tous droits réservés.

Sharp est une marque de commerce enregistrée de Sharp Corporation.