

Mettons de la couleur au programme !

Et si la couleur revenait dans nos intérieurs ? Comme l'indique le designer et écrivain, Jean Gabriel Causse, les couleurs ont des pouvoirs. Pourtant, si vous levez les yeux, que voyez-vous ? Du gris ? Du beige ? Du blanc ? Mettons de la couleur au programme !

On se souvient tous des années 1960 à 1980, avec les intérieurs orangés et les papiers peints à motifs. Depuis les années 2000, ces tons ont évolué pour devenir plus neutres et épurés, au grand dam de notre bien-être. Les couleurs ont un effet sur nos émotions et notre corps. Elles peuvent mêmes être des outils pour nous aider à évoluer dans l'espace. La couleur, c'est tout un programme !

Les bénéfices de la couleur au travail

Une étude en ergonomie du travail et en psychologie de l'environnement a montré que la couleur pouvait avoir un impact sur notre créativité et notre productivité. En effet, les chercheurs Ravi Mehta et Juliet Zhu ont demandé à des volontaires d'écrire durant une heure. Certains ont tapé à la machine dans une pièce rouge, tandis que d'autres ont effectué le même exercice dans une pièce bleue. Les résultats ont montré que les premiers avaient obtenu un meilleur score, la couleur rouge augmentant la concentration et la productivité. Quant à la couleur bleue, elle permet de faire appel à son intuition et sa créativité.

Rouge, bleu, vert : à chaque couleur ses bienfaits

Jean Gabriel Causse indique les mêmes facultés à ces deux couleurs. Si les sièges sont rouges au théâtre, ce n'est pas un hasard. Les comédiens le disent : les spectateurs sont plus attentifs et impliqués. Ce designer va même plus loin en expliquant que l'ambiance intérieure des bibliothèques est à dominante verte, car on y retrouve la rationalisation du rouge et la créativité du bleu. Vous aimez lire dans votre jardin ou dans un parc ? C'est bien normal !

Les couleurs influencent donc notre manière de travailler. C'est pourquoi, les espaces de coworking, initialement gris, blancs commencent peu à peu à se colorer. Intégrer des touches de couleurs dans un espace peu suffire à modifier son ambiance et ainsi peut profiter à notre moral. Selon Jean Gabriel Causse :

> Les espaces neutres dans lesquels nous travaillons diminuent de 10 % notre productivité, et augmentent même de 15 % le risque de burn-out.

Les couleurs influencent aussi nos comportements

Les couleurs ont une influence sur la manière d'être des enfants. C'est également le cas chez les adultes ! Jean Gabriel Causse cite le bienfait du rose sur leur développement. Cette couleur est relaxante et euphorisante. Il note que le rouge les oppresse par sa puissance.

Au-delà, de notre productivité, **les couleurs nous permettent aussi d'évoluer et d'apprendre**, et ce, tout au long de notre vie.

Les couleurs comme outils dans l'espace

L'utilisation de la couleur permet aux enfants de se repérer dans l'espace. Le mémoire d'Emmanuelle Cuge et Thomas Roller, tous deux enseignants, établit que les couleurs ont un rôle important dans l'apprentissage et la motricité des maternels. Les élèves parviennent à mieux distinguer et appréhender les espaces. Utiliser les couleurs pour apprendre à écrire en lettre cursive est d'ailleurs une technique pertinente. La couleur permet de distinguer les lettres, malgré leurs attaches. Au même titre que les lettres, attribuer une couleur à une fonction dans une pièce permet de mieux se repérer dans sa lecture. Ainsi, la couleur **aide les enfants à mieux reconnaitre chaque sous-espace**. Ils distingueront efficacement le coin lecture du coin arts-plastiques, par exemple.

Dans la même idée, les couleurs aident les usagers en EHPAD à mieux se repérer dans l'établissement. Le *Guide des bonnes pratiques de Mise en couleur* rappelle les capacités des couleurs à améliorer le quotidien des patients. L'UPPF, l'UNEA, l'UNTEC et l'association Valentin Haüy expliquent que les couleurs contrastées permettent **de définir une pièce**, de distinguer les ouvertures vers l'extérieur, les obstacles ou les accessoires. Ainsi, établir des contrastes entre murs, sol et plafond permet de distinguer les surfaces et de comprendre l'espace. Repérer les premières et dernières marches d'un escalier par rapport au sol indique clairement le changement de niveau à effectuer. Les accessoires, tels que poignées de porte, interrupteurs, doivent être dissociés de l'ambiance de la pièce pour être facilement discernés. Ainsi, ces contrastes colorés **facilitent la mobilité des patients**. Une réglementation aide les concepteurs à juger de la suffisance de contraste adoptée.

Mettre de la couleur, dès que l'on programme !

Le rôle de Florès est d'accompagner la maîtrise d'ouvrage dans la bonne définition des ambiances colorées afin de garantir la facilité de vie des usagers.

Ainsi, juger des couleurs dès la programmation permet de transmettre les outils nécessaires au développement des usagers. Et pas toujours besoin de vider les pots de peinture, utiliser le bon matériau ou faire apparaitre les couleurs de-ci de-là suffit. Guider la maîtrise d'ouvrage pour un projet haut en couleur, c'est aussi ça le rôle de Florès !

Finalement, la couleur revient et c'est pour notre plus grand bien !

E.D.