



**11 juin 2016 : Journée Mondiale du Bien-Etre  
Le Groupe VELUX pointe les bénéfices d'un habitat sain sur le confort  
et le bien-être des Français**

*Un logement offrant de bonnes conditions de sommeil, un climat intérieur confortable et un éclairage naturel abondant est la clé du bien-être et de la santé.*

**Le 11 juin prochain, à l'occasion de la Journée Mondiale du Bien-Etre, 4 000 établissements dans 87 pays vont organiser des activités gratuites pour donner envie de marcher, courir ou encore danser. Une journée anti-morosité pour être mieux dans sa vie !**

**A cette occasion, le Groupe VELUX, spécialiste de l'amélioration du cadre de vie par l'entrée de lumière naturelle et d'air frais par le toit, attire l'attention sur les facteurs du bien-être dans l'habitat. Aération quotidienne, bonne qualité de sommeil, éclairage naturel abondant sont les clés pour se sentir bien chez soi.**

La seconde édition du Baromètre de l'Habitat Sain dévoilée en avril dernier par le Groupe VELUX révèle que les personnes de santé fragile et fatiguées habitent souvent un logement insuffisamment éclairé et mal aéré. D'après les 14 000 Européens sondés dans le cadre de cette étude, **les critères qui amènent à se sentir bien chez soi se confondent en partie avec ceux qui ont une incidence sur la santé des occupants : conditions de sommeil, éclairage naturel, température intérieure, aération et taux d'humidité.**

*« L'un des principaux enseignements du Baromètre de l'Habitat Sain est que le logement dans lequel nous vivons joue un véritable rôle sur la santé des Français. Un habitat offrant de bonnes conditions de sommeil, un climat intérieur confortable et un éclairage naturel abondant est la clé du bien-être et de la santé », conclut Catherine Juillard, Directrice Bâtiments Durables et Relations Institutionnelles VELUX France.*

L'étude examine également les facteurs qui amènent à se sentir bien chez soi et à être satisfait de son logement. Le Baromètre de l'Habitat Sain montre que plus de la moitié des Français (54%) sont peu satisfaits du logement dans lequel ils vivent. Quand on les interroge sur les critères qui contribuent à leur satisfaction vis-à-vis de leur logement, **ils indiquent en premier lieu un logement bien rénové suivi par la taille du logement et de bonnes conditions pour un sommeil de qualité.**

## Cinq clés d'un habitat sain

Bonne qualité de sommeil, quantité d'air frais, abondance de lumière naturelle et faible taux d'humidité, figurent parmi les cinq clés d'un habitat sain.

**Faire entrer beaucoup de lumière naturelle**



- **Pour les Français, habiter un logement suffisamment baigné de lumière naturelle diminue de près de moitié le risque de manquer de vitalité.**

En France, la lumière naturelle a un impact plus important sur la santé que la moyenne européenne. Pour les Français qui manquent de luminosité dans leur logement, 53 % d'entre eux manquent d'énergie (vs 41 % des Européens). La proportion tombe à 19 % (vs 21 % des Européens) en cas de luminosité suffisante.

**Créer de bonnes conditions de sommeil**



- **Les Français dont le logement est propice à un sommeil réparateur ont 2 fois plus de chance de se sentir en bonne santé et bonne forme (idem au niveau européen).**

Dans la réalité, 65 % des Français (et 71 % des Européens) ne jouissent pas de conditions de sommeil optimales. Un tiers déclarent avoir eu un sommeil de très mauvaise ou d'assez mauvaise qualité au cours des quatre dernières semaines.

**Maintenir des températures agréables**



- **Les Français qui vivent dans un logement froid présentent un risque d'infections rhino-pharyngées 3 fois plus important. Au niveau européen, ce risque est multiplié par 2.**

En parallèle, 60 % des Français (et 78 % des Européens) ont ponctuellement souffert du froid à l'intérieur de leur logement au cours de l'hiver dernier. 16 % (et 15 % des Européens) déclarent en souffrir de manière chronique ou permanente.

**Aérer régulièrement**



- **Les Français qui aèrent leur logement deux à quatre fois par jour sont 2 fois moins exposés au risque de souffrir de fatigue que ceux qui n'aèrent jamais leur logement (idem au niveau européen).**

Les résultats du Baromètre montrent que 68 % des Français (et 59 % des Européens) n'aèrent pas leur logement au moins deux fois par jour.

**Eviter l'humidité**



- **Les Français dont le logement a de la moisissure présentent un risque 2 fois plus élevé de souffrir de sécheresse ou d'irritation de la gorge (idem au niveau européen).**

Parmi les Français qui ont de la moisissure dans leur logement, 49 % déclarent souffrir de sécheresse ou d'irritation de la gorge (bien en dessous de la moyenne européenne qui est de 60 %).

### **À propos du Groupe VELUX**

Depuis 75 ans, le [Groupe VELUX](#) a pour vocation d'améliorer le cadre de vie grâce à l'entrée de lumière naturelle et d'air frais par le toit. Sa gamme de produits comprend une grande variété de fenêtres de toit, solutions pour les toits plats, conduits de lumière naturelle et verrières modulaires. Le Groupe VELUX propose également une gamme d'équipements pour se protéger de la chaleur, créer l'obscurité ou tamiser la lumière comme les volets roulants et les stores extérieurs et intérieurs ainsi que des commandes intelligentes. Les produits VELUX contribuent à garantir un environnement intérieur sain et durable pour vivre, travailler, et se divertir dans les meilleures conditions. Grâce à leur performance énergétique élevée, ils s'inscrivent dans un cercle vertueux pour l'environnement : l'énergie dépensée pour les produire est largement compensée par les économies d'énergie générées pendant leur utilisation.

Le [Groupe VELUX](#) détient des sociétés de vente dans plus de 40 pays et des usines de production dans 11 pays. Il emploie environ 9 500 personnes dans le monde et appartient à la société [VKR Holding A/S](#), intégralement détenue par des fondations et par la famille du fondateur.

### **À propos du Baromètre de l'Habitat Sain**

Le Baromètre de l'Habitat Sain présente les principales conclusions d'une étude pan-européenne sur les expériences, les attitudes et les comportements des citoyens européens en ce qui concerne la perception de la santé, la satisfaction de la maison et la consommation d'énergie. La première édition du Baromètre a été publiée en Avril 2015. En octobre 2015, un questionnaire a été soumis à 14 000 personnes résidant dans les pays suivants : Autriche, Belgique, République Tchèque, Danemark, France, Allemagne, Hongrie, Italie, Pays-Bas, Norvège, Pologne, Espagne, Suisse et Royaume-Uni. Les quatorze pays sondés représentent plus de 430 millions d'Européens, c'est-à-dire plus de 70 % de la population totale du continent (en dehors de la Russie). En outre, les pays choisis ont des situations géographiques différentes et n'ont pas tous les mêmes superficies. Deux sociétés indépendantes, Operate A/S et Wilke, ont été chargées de l'élaboration et de l'analyse du questionnaire. Le Baromètre de l'Habitat Sain fait également l'objet d'un suivi universitaire de la part du professeur Dr. Dr. h. c. Bernd Wegener, de l'université de Humboldt, à Berlin.

### **Contacts presse :**

#### **Communication Corporate : Agence Burson-Marsteller i&e**

Camille Petit – 01 56 03 12 98 - [camille.petit@bm.com](mailto:camille.petit@bm.com)  
Benjamin Gandouin – 01 56 03 13 84 – [benjamin.gandouin@bm.com](mailto:benjamin.gandouin@bm.com)

#### **Communication Produits : Agence Delprat Relations Presse**

Fanny Roullé - 01 71 70 38 38 - [fanny@relationpresse.com](mailto:fanny@relationpresse.com)