

## POUR INFORMATION

Ces bonnes pratiques ont été travaillées par le **Ministère des Solidarités, de l'Autonomie et des Personnes handicapées**, en concertation avec les **Agences régionales de santé (ARS)** et les **acteurs de terrain**, en s'appuyant sur une expertise scientifique.



EN SAVOIR +

[www.solidarites-sante.gouv.fr/article/temperatures-EHPAD](http://www.solidarites-sante.gouv.fr/article/temperatures-EHPAD)



GOUVERNEMENT

Liberté  
Égalité  
Fraternité

ÉTABLISSEMENTS ET SERVICES  
ACCUEILLANT DES PERSONNES ÂGÉES

### PLAN DE SOBRIÉTÉ ÉNERGÉTIQUE

**Bonnes pratiques :  
TEMPÉRATURE EN HIVER  
DANS LES STRUCTURES HÉBERGEANT  
DES PERSONNES ÂGÉES**



Concilier respect du bien-être et de la santé des résidents avec sobriété énergétique : c'est possible !

Novembre 2022

## POURQUOI ?

Les personnes âgées sont plus vulnérables face aux changements de température



L'organisme des personnes âgées **éprouve des difficultés à s'adapter** lors des changements de températures



La sensation de froid, notamment, augmente avec l'âge du fait d'une **détérioration des capacités de la régulation thermique**



Les personnes âgées **se réchauffent donc plus lentement** et les troubles de la vascularisation périphérique avec extrémités froides entraînent **une augmentation importante des pertes caloriques**



Les troubles de la régulation thermique sont **aggravés par la dénutrition, certains traitements, l'inactivité physique**

## BONNES PRATIQUES

**Dans les locaux accueillant habituellement les résidents :**

- Température moyenne de 20° à 22°
- Éviter de dépasser 24°
- La nuit : possibilité de baisser de 2 à 3° sans descendre sous 18°

**Dans les autres locaux / dégagements :**

- Application des recommandations standard

**Ces bonnes pratiques sont à adapter selon :**



**Les situations des résidents** : sensibilité individuelle, habillement, activité...



**Le bâti** : isolation (température des parois, fenêtres de mauvaise qualité, présence de ponts thermiques...), hygrométrie (ventilation, échanges aéraulique...)



**Le système de chauffage de la structure** et les possibilités d'action sur la régulation de la température