

Eco gestes au bureau

Un français passe environ
40 % de son temps
quotidien au travail, trajets
domicile-travail compris

Au travail réduire son impact sur l'environnement,
c'est faire des gestes simples :

- Employés et responsables sont concernés.
- Papier, électricité, chauffage, transport, déchets, eau sont des postes où nous pouvons agir facilement.

JE MAÎTRISE MES
CONSOMMATIONS,
JE CHOISIS DES
ÉQUIPEMENTS
PERFORMANTS.



Consommation moyenne d'un employé de bureau : 75 kg de papier par an = 2 arbres

Alors j'agis

- Je prends 2 minutes pour choisir les options d'impression : recto verso, noir et blanc, 2 pages par feuille.
- J'utilise les fonctionnalités des logiciels : meilleure lisibilité des documents, commentaires et corrections de texte.
- Je conserve les versos vierges pour de nouvelles impressions ou comme feuilles de brouillon.

ET L'ENTREPRISE

Je demande à ne plus recevoir les sollicitations régulières non nécessaires (publicités, invitations, etc.).



Électricité: 1/3 des consommations d'énergie d'une entreprise

Alors j'agis

- Je mets mon ordinateur hors tension quand je pars le soir. Même complètement arrêté un ordinateur consomme de l'électricité. Autant le débrancher !
- Je ne cumule pas les sources de lumière artificielle, mais je choisis la plus adaptée à mon activité (plafonnier, lampe de bureau, etc.).
- Je prends l'escalier plutôt que l'ascenseur.

↘ ET L'ENTREPRISE

J'installe des ampoules basses consommation et des leds, ainsi que des détecteurs de mouvements dans les lieux de passage.

JE PARS, J'ÉTEINS.

Chauffage: plus de la moitié de l'énergie consommée

Alors j'agis

- J'ai trop chaud: je coupe le chauffage avant d'ouvrir la fenêtre.
- Je n'hésite pas à appeler le service technique si je n'arrive pas à chauffer suffisamment, plutôt que d'installer un convecteur d'appoint.
- 1 °C en moins, c'est 7 % d'économies immédiates.

ET L'ENTREPRISE

- Je mets en place un système de régulation performant.
- J'informe le personnel de l'installation de ces outils, et de leur utilité.

**JE COUPE
LE CHAUFFAGE
AVANT D'AÉRER.**

La climatisation, est-ce indispensable ? Non

En été

- Je ferme les stores et volets extérieurs.
- J'aère au maximum lorsqu'il fait frais.
- Je programme une température de consigne du système de climatisation de 26 °C minimum.



6 600 km parcourus
annuellement par un français
pour aller au travail,
80 % en voiture.

Alors j'agis

- Je me déplace à pied ou en vélo et je favorise les transports en commun pour les plus grandes distances.
- Je conduis de manière souple et avec attention afin d'anticiper les différentes étapes de mon trajet, et les actions des autres usagers.
- J'utilise les outils de travail à distance : téléphone, visioconférence, etc.
- Les systèmes de visioconférences permettent de partager instantanément des documents, tout en discutant.

↘ ET L'ENTREPRISE

Je mets en place un tableau de covoiturage pour faciliter la mise en relation de personnes du même secteur.

EN VÉLO, JE POLLUE MOINS, JE CIRCULE MIEUX.

100 kg de déchets produits par employé et par an

Alors j'agis

- Je trie les papiers, et ne jette dans une poubelle spécifique que ceux qui ne peuvent pas être réutilisés.
- Je mets mes déchets dans les poubelles appropriées (cartons, plastique, verre, etc.), mais aussi les cartouches d'encre pour assurer leur réutilisation.
- J'apporte ma tasse personnelle, plutôt que d'utiliser à chaque boisson un gobelet en plastique.

ET L'ENTREPRISE

Je mets à disposition des fournitures de bureau à usages multiples (de plus en plus de stylos sont rechargeables), et peu nocives pour l'environnement (plastiques biodégradables,...).

**TRIER,
C'EST PRÉSERVER.**



5 m³ d'eau consommée par employé et par an

Alors j'agis

- Je me lave les mains à l'eau froide: 1 l d'eau chaude coûte 2 à 3 fois plus chère qu'1 l d'eau froide selon l'énergie utilisée pour la chauffer.
- Je signale les fuites que je détecte.
- Je ferme le robinet pendant le savonnage.

↘ ET L'ENTREPRISE

J'installe des équipements économes :
chasse d'eau double débit, réducteurs
de débits sur les robinets.

JE ME SAVONNE
LES MAINS,
JE FERME
LE ROBINET.



Des outils pour faire le bon choix

L'écolabel européen



- Il est délivré à une gamme de produit très large, il garantit un cycle de vie écologique du produit.

NF environnement



- Certification écologique officielle française qui distingue les produits dont l'impact sur l'environnement est réduit.

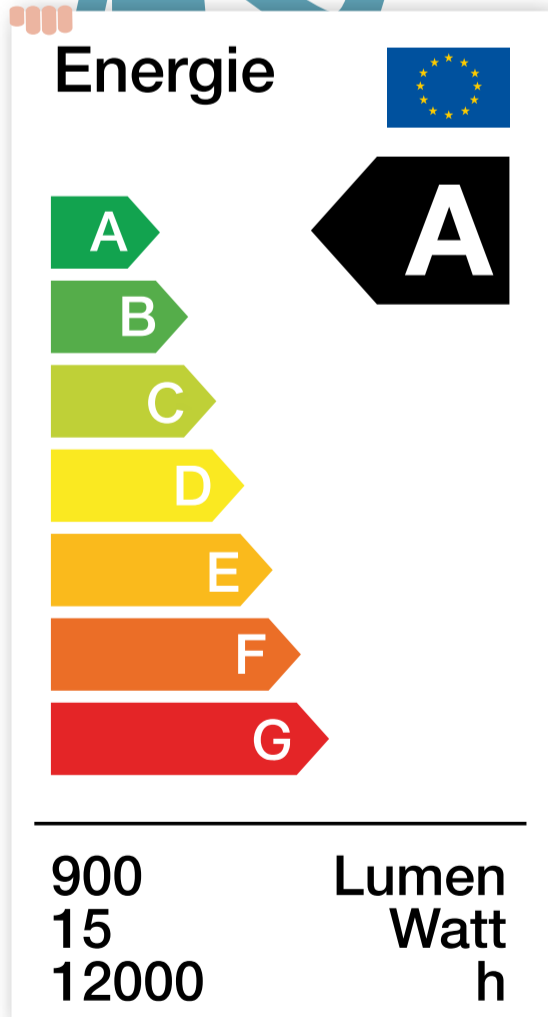
Energy star



- Il est apposé sur des produits tels qu'ordinateurs, écrans, imprimantes, fax, etc. et impose la présence de 2 modes de veilles sur les ordinateurs: la veille classique et la veille prolongée.



L'ÉTIQUETTE ÉNERGIE, LE BON RÉFLEXE AU MOMENT DE L'ACHAT.



Les espaces Info-Energie

Des Espaces Info-Energie pour vous informer



**Un conseiller pour vous accompagner gratuitement
dans votre projet d'économie d'énergie.**

**Permanence téléphonique
de 13 h 30 à 17 h 30**

**En Bretagne, des conseils neutres,
objectifs et gratuits**

N° Indigo 0 820 820 466

0,12 € TTC/min. Plus surcoût éventuel de votre opérateur téléphonique.

www.bretagne-energie.fr

En Bretagne, l'État, l'ADEME et le Conseil régional réunis autour d'un contrat de projets Etat-région ont mis en place le Plan éco-énergie Bretagne. Ils soutiennent notamment ainsi la mise en place d'un service gratuit de proximité, l'Espace Info Energie. Les conseillers sont à la disposition du public pour répondre aux questions sur les équipements de l'habitation, le chauffage, l'eau chaude sanitaire, l'isolation thermique des habitations, les énergies renouvelables, les aides financières, les véhicules propres et les transports.

L'Espace **INFO → ÉNERGIE** (EIE) développe une mission financée par l'ADEME et les collectivités partenaires visant à informer gratuitement et de manière objective sur l'efficacité énergétique, les énergies renouvelables et le changement climatique. Les informations et/ou conseils fournis par un Conseiller **INFO → ÉNERGIE** au public sont indicatifs, non exhaustifs et à partir des seuls éléments présentés/demandés par le public.

Le choix et la mise en œuvre des solutions découlant des informations et/ou des conseils présentés par un Conseiller **INFO → ÉNERGIE** relèvent de la seule responsabilité du public. La responsabilité du Conseiller **INFO → ÉNERGIE** et de la structure accueillant l'Espace **INFO → ÉNERGIE** ne pourra en aucun cas être recherchée.