



iMANIS

ACTEUR SOLIDAIRE

“

Comment limiter son empreinte carbone ?

Comment consommer moins d'énergie ?

Quelles sont les astuces simples ?

”

LES 20 ÉCO-GESTES Au Bureau



01 Apporter son mug ou sa gourde pour boire une boisson chaude plutôt que d'utiliser des gobelets en plastique à usage unique.

4 milliards de gobelets sont utilisés en France (fontaines à eau, distributeurs de café, thé...) par an, soit 126 gobelets par seconde, ou 32 000 tonnes de déchets plastiques par an.

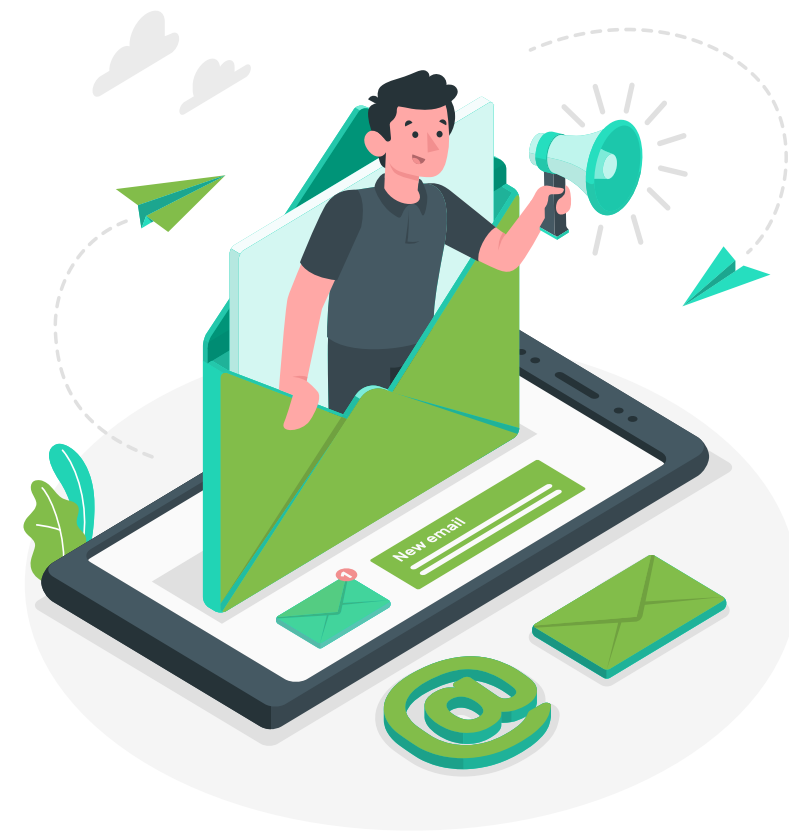


02 Respecter les consignes locales de tri des bureaux.

03 **Éteindre son ordinateur tous les soirs pour ne pas consommer d'électricité lorsqu'on ne travaille pas.**

Un ordinateur, une imprimante, un téléphone fixe ou une machine à café, fonctionnent tant qu'ils sont branchés (même « éteints »). Un appareil branché inactif, produit encore 2/3 de sa consommation habituelle.

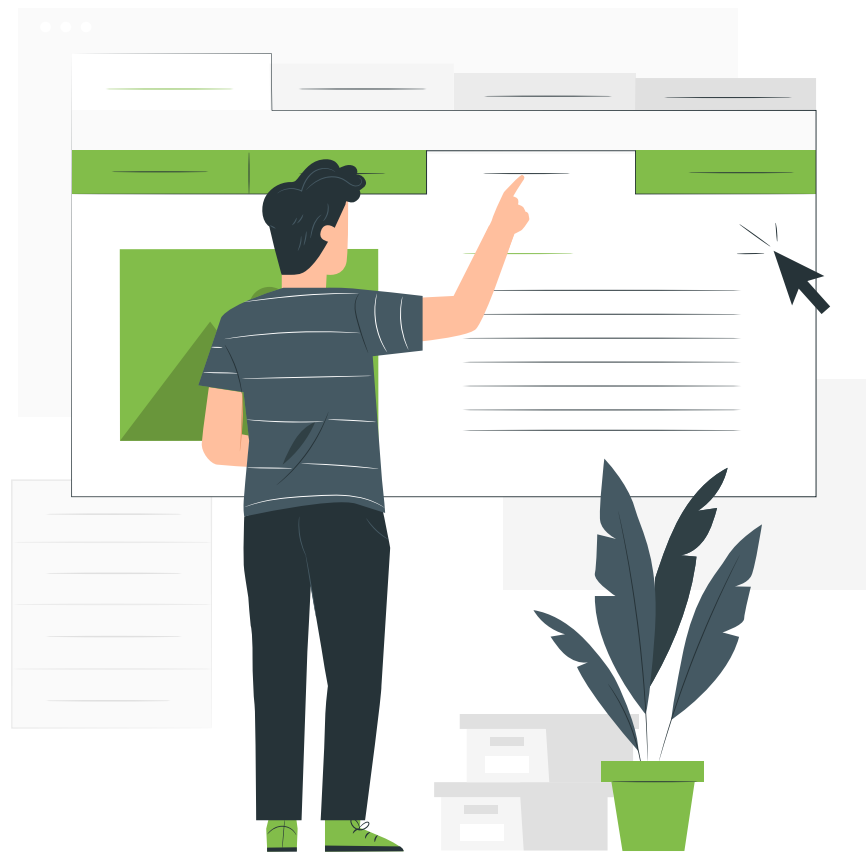
04 **Mettre ses appareils en veille pour une courte absence pour consommer moins d'énergie lorsqu'ils ne sont pas utilisés sur le moment.**



05 **Se désabonner des newsletters non lues pour ne pas surcharger la boîte mail.**

06 **Supprimer régulièrement ses e-mails, limiter le nombre de destinataires, réduire le nombre de pièces jointes.**

L'envoi de 33 courriels par jour d'1 Mo génère annuellement des émissions équivalentes à 180 kg de CO₂, ce qui équivaut à plus de 1000 km parcourus en voiture.



07 **Fermer les onglets non utilisés pour consommer moins d'énergie.**

08

Ne pas stocker toutes les informations sur le cloud. Enregistrer localement n'encombre pas les data centers.



11 rue du chemin rouge, CS 60806
44308 NANTES Cedex 3
www.deca-proprete.fr

**Il est encore temps de faire
le grand nettoyage de printemps !**
Vitrerie, désinfection, nettoyage approfondi des sols,...

[Découvrez nos prestations sur mesure](#)

N'imprimez cet email ou ces pièces-jointes que si cela est réellement nécessaire

09

Inciter les interlocuteurs à ne pas imprimer les e-mails en ajoutant une mention dans la signature e-mail.

10 Utiliser des lettres fines plutôt que épaisses pour les textes dans le but de consommer moins d'encre à l'impression.

Bonjour → Bonjour



11 Utiliser des brouillons plutôt que des post-its ou un carnet pour prendre des notes afin de réduire les déchets.

12 Utiliser du papier 100 % recyclé, si possible non-blanchi ou des feuilles de brouillon.

13 Choisir un mode de déplacement écologique pour venir travailler.
Faire du covoiturage lorsque c'est possible.



**14 Favoriser les réunions de travail à distance.
Regrouper les réunions de travail qui
concernent les mêmes intervenants.**



**15 Prendre l'escalier plutôt que l'ascenseur pour
réduire mon émission de CO₂.**

Prendre les escaliers permet de réduire les émissions de CO₂ d'environ 0.3 à 0.6 kg par jour.

16 Éteindre les chauffages avant d'ouvrir la fenêtre pour aérer.



17 Utiliser des ampoules LED basse consommation.



18 Éteindre la lumière quand la luminosité externe augmente.

19

Ne pas surchauffer les bureaux inutilement.

La norme X35-203 (mars 2006) relative au confort thermique précise les seuils suivants pour les bureaux : 20 à 22 °C.

20

Choisir des prestations de nettoyage qui utilisent des produits écologiques comme le fait DeCA Propreté ;)



Pour aller plus loin :

