



La verne \*

# GUIDE DU DEVELOPPEMENT DURABLE

*Choisie par le Dr Arthur Vernes comme emblème de l'Institut Prophylactique à sa création, \* la verne peut redevenir, à ce titre, le symbole de l'engagement de l'Institut Arthur Vernes dans le développement durable.*

*La verne est un arbre à feuilles caduques de forme ovale, presque ronde, plus ou moins tronquée (voire échancrée en forme de cœur). Au printemps la jeune feuille est poisseuse au toucher d'où le nom de l'espèce : aulne glutineux. En été la verne, par son épais feuillage, empêche le développement d'une végétation aquatique herbacée trop dense. La verne est un arbre qui vit au maximum une centaine d'années et peut atteindre 30 m de hauteur.*



## INTRODUCTION

---

*Parce que l'enjeu fondamental se traduit par la modification de nos modes de production et de consommation, il nécessite l'implication de tous les acteurs de la société.*

*Conçu comme une boîte à outils, illustrée de gestes simples, ce guide du développement durable a pour ambition de nous donner à tous, les moyens pratiques et concrets de réduire notre impact sur l'environnement.*

*Ensemble, dans l'exercice quotidien de nos fonctions ou dans notre vie de tous les jours, participons de manière exemplaire au développement durable.*

*Les générations à venir sont en droit d'attendre que nous soyons respectueux de notre environnement. Cette responsabilité passe par des modifications de nos pratiques et comportements individuels.*

*Ce guide du développement durable vous permettra de répondre à cette attente.*



## NOTRE IMPACT SUR L'ENVIRONNEMENT

### Pourquoi un tel guide ?

Tous les jours, sur notre lieu de travail, nous avons l'opportunité d'agir pour réduire nos impacts sur l'environnement.

Être éco-responsable, c'est s'engager sur des gestes simples. Cette démarche - pleine de bon sens – est avant tout un état d'esprit.

#### Quelques chiffres

- Un habitant de la planète sur trois n'a pas accès à l'eau potable.
- 4 milliards d'habitants vivent avec moins de 2€ par jour.
- 800 millions de personnes sont dans une situation précaire.
- Seulement 20 % des déchets produits dans le monde sont traités.
- 2 à 3 espèces de plantes et d'animaux disparaissent toutes les heures.
- L'automobile consomme quatre fois plus d'énergie par personne que les transports en commun.
- Plus de 2 milliards d'habitants n'ont pas accès à l'électricité.
- D'une manière générale, le déséquilibre entre pays riches et pays pauvres, entre le Nord et le Sud ne cesse de s'aggraver, générant pauvreté, exclusion, inégalité des chances.

Source : Atlas mondial du développement durable, édition Autrement, 2002

Les diverses activités de **l'Institut Arthur Vernes** consomment de l'énergie (essentiellement de l'électricité), des consommables (papier, plastiques, cartouches d'encre...), de l'eau, et bien d'autres choses encore...

**Ces activités ont donc des impacts sur l'environnement**, parmi lesquels :

- **l'utilisation** de ressources naturelles **non renouvelables** (charbon, pétrole, gaz...), responsables des **émissions de gaz à effet de serre**,
- la **pollution de l'air et de l'eau**,
- la **production de déchets**.

**L'éco-responsabilité**, c'est l'engagement que nous prenons – tant collectivement qu'individuellement - **de limiter les impacts environnementaux de nos modes de fonctionnement internes** :

- consommation d'énergie (luminaires, climatisation, bureautique,...),
- consommation de fournitures (papier, eau...),
- tri sélectif des déchets.



## MAÎTRISE DE LA CONSOMMATION D'EAU

### LES 6 GESTES ÉCO-RESPONSABLES POUR LA CONSOMMATION D'EAU

1. Je ferme le robinet le temps de me laver les mains.
2. Je règle la température de l'eau sans utiliser l'eau chaude inutilement.
3. Je m'assure que les robinets sont bien fermés et qu'ils ne gouttent pas.
4. J'utilise le mode économique des chasses d'eau.
5. Je ne déverse pas de produits toxiques dans les canalisations.
6. Je préviens le service technique en cas de constat d'un problème de gaspillage (fuite, haut débit,...).

#### Et si je veux continuer à la maison :

- Je n'utilise le lave-vaisselle et le lave-linge que s'ils sont pleins.
- Je ferme mon robinet en me lavant les dents et/ou en me rasant.
- Je prends une douche plutôt qu'un bain.
- Je récupère les eaux de pluie pour effectuer des tâches comme le nettoyage ou l'arrosage du jardin.
- J'utilise des détergents biodégradables et je respecte les règles de dilution.
- J'arrose la pelouse pendant les heures les plus fraîches de la journée...
- Je lave mon véhicule dans les stations prévues à cet effet car moins consommatrices d'eau.

#### Pourquoi faut-il s'améliorer ?

Une fuite en goutte-à-goutte sur un robinet, ce sont 35 m<sup>3</sup> perdus par an. Une chasse d'eau qui fuit, perd 250 m<sup>3</sup> dans le même temps. Laisser couler l'eau pendant qu'on se lave les mains revient à doubler, voire tripler le volume d'eau consommé.

Certains produits très toxiques (peintures, huiles de vidange, solvants, colles, vernis...) ne doivent pas être jetés à l'égout. Ils doivent être emportés en déchetterie ou chez un autre repreneur. Un litre d'huile déversé dans une rivière forme une pellicule de 10000 m<sup>2</sup>, soit l'équivalent d'un terrain de football, alors que les garagistes, les déchetteries ou les collecteurs agréés sont équipés pour recueillir les huiles usagées.

Être vigilant quant à sa consommation d'eau chaude revient à préserver l'environnement à deux niveaux : non seulement cela engendre une économie d'eau mais aussi d'énergie.



## MAÎTRISE DE LA CONSOMMATION D'ÉNERGIE

### LES 10 GESTES ÉCO-RESPONSABLES POUR LA CONSOMMATION D'ÉNERGIE

1. Je place le bureau **perpendiculairement à la fenêtre** pour bénéficier au mieux de la **lumière naturelle**
2. Je **proscris** les lampes halogènes
3. J'**éteins** les lampes dans les pièces **inoccupées**
4. J'évite les allumages **répétés** des néons
5. Je pense à **couper la climatisation** quand j'aère ou lorsque je **quitte** mon bureau
6. Je mets le **thermostat** de ma climatisation à 21 °C...et pas plus bas !
7. Je **ferme ma porte** lorsque la climatisation de mon bureau fonctionne
8. J'**éteins le matériel informatique** lorsque celui-ci n'est **pas utilisé**
9. J'éteins complètement l'écran et tout mon matériel bureautique, et je ne les laisse pas en veille
10. Je débranche chargeurs et transformateurs lorsqu'ils ne sont plus utilisés

#### Et si je veux continuer à la maison :

- J'éteins la lumière, le téléviseur, la radio et la chaîne stéréo en quittant la pièce.
- J'adapte la température de la pièce à mon activité : ventilation naturelle des pièces en été (se mettre en courant d'air !) Limiter le chauffage en hiver. Fermer les volets ou tirer les rideaux dès le matin, en été...).
- Je referme rapidement la porte de mon réfrigérateur et je le dégivre régulièrement.
- J'utilise de préférence des ampoules basse consommation.
- J'examine la consommation des appareils ménagers lors de leur achat (préférer les appareils étiquetés AA).

#### Pourquoi faut-il s'améliorer ?

##### La consommation d'énergie entraîne:

- une augmentation des gaz à effet de serre,
- la production de déchets (gaz et cendres) pour fournir de l'électricité.

Un Français consomme en moyenne **5 fois plus** d'énergie qu'un Chinois et **7 fois plus** qu'un Africain.

Un important gisement d'économies d'énergie existe grâce à la meilleure efficacité énergétique des équipements et à nos comportements.

De plus en plus d'appareils électriques restent en mode "veille" et consomment de l'électricité sans que l'on s'en aperçoive. Un ordinateur de bureau avec écran consomme de 80 à 200 W. En mode veille, il consomme encore entre 20 et 60 W... Éteint, il ne consomme plus rien. !!!

Sur une journée de 24 heures, un appareil en veille consomme plus d'énergie que lors de 3 heures d'utilisation...



## MAÎTRISE DE LA CONSOMMATION DE FOURNITURES

### LES 8 GESTES ÉCO-RESPONSABLES POUR LA CONSOMMATION DE FOURNITURES

1. Les **faces verso** de mes vieux documents me servent de **brouillon**
2. Je **trie** le papier
3. Je **n'imprime pas systématiquement** mes documents et courriels (mails)
4. J'utilise la fonction « réduction » de photocopieuse permettant de mettre deux pages sur une feuille. J'utilise la fonction « livret » également pour les impressions
5. J'**imprime** (je photocopie) la plupart des documents en **recto verso** (procès verbaux, rapports, copies de lettres...) J'utilise l'impression en noir et blanc ainsi que la qualité « brouillon » (ou « Mode éco ») afin d'économiser les cartouches d'encre
6. Je transmets tout document à présenter à plusieurs collègues, sous format informatique, je limite les exemplaires papier
7. J'utilise les **containers** mis à ma disposition par les économats pour l'élimination des **cartouches d'encre, des piles et ampoules usagées**
8. Je rends les **médicaments périmés à la pharmacie**

Et si je veux continuer à la maison :

- Je **donne plutôt que de jeter** les objets dont je ne désire plus me servir.
- J'**achète différemment** : je préfère les produits à emballage minimal, d'un format familial et les produits réutilisables et/ou recyclables.
- Je **trie mes déchets** selon les consignes données par mon intercommunalité.
- Si j'ai un jardin, je composte mes déchets organiques (épluchures, déchets de tonte...).
- Je dépose mes piles et mes ampoules usagées dans le collecteur de mon supermarché.

#### Pourquoi faut-il s'améliorer ?

Pour produire 1 tonne de papier issu de fibres vierges, il faut en moyenne **2 tonnes de bois** ou de copeaux.

Les papiers recyclés sont quant à eux produits à partir de fibres de papier récupéré. L'industrie papetière compte parmi les 5 activités économiques consommant le **plus d'énergie**, elle consomme aussi de **grandes quantités d'eau** et utilise certains **produits chimiques polluants** afin de répondre à la demande de papier toujours plus blanc.

Aujourd'hui, la plupart des **papiers recyclés** sont de qualité équivalente au papier issu de fibre vierge et il faut **20 fois moins de bois, 100 fois moins d'eau et 3 fois moins d'énergie pour les fabriquer**.

Le papier représente les  $\frac{3}{4}$  du tonnage de déchets produits dans les activités de bureaux...

**Au bureau, chacun d'entre nous consomme entre 30 et 75 kg de papier par an !!!**



# MAÎTRISE DE L'UTILISATION DES VÉHICULES

## LES 5 GESTES ÉCO-RESPONSABLES LORS DE L'UTILISATION DE SON VÉHICULE

1. Éviter d'utiliser la voiture pour les petits trajets permet de réelles économies car une voiture consomme 60 % en plus sur les 2 premiers kilomètres.  
Si j'ai plusieurs kilomètres à parcourir : j'utilise au maximum **les transports en commun existants**.
2. Si votre commune est mal desservie, pensez au **covoiturage** pour réduire votre impact et vos coûts de déplacement.
3. Si je suis contraint d'utiliser la voiture pour aller au bureau : j'adopte une **conduite souple** et je roule à **allure modérée**, j'évite au maximum l'usage de **la climatisation** qui augmente la consommation du véhicule.
4. **J'entretiens** mon véhicule **régulièrement**.
5. Je **coupe** le moteur de mon véhicule quand je suis à l'arrêt pendant plusieurs secondes.

### Pourquoi faut-il s'améliorer ?

Les déplacements mécanisés se font majoritairement avec une voiture particulière.

Une voiture bien réglée produit 20 % d'émissions polluantes en moins et permet d'économiser jusqu'à 10 % de carburant et d'allonger la durée de vie du véhicule.

Les accélérations et décélérations intempestives maltraitent le véhicule et induisent une surconsommation de carburant pouvant aller jusqu'à 50 %.

Une augmentation de vitesse de 10 km/h peut entraîner jusqu'à 10 % de consommation supplémentaire.

Un bus pollue 10 à 20 fois moins par voyageur transporté qu'une voiture.

En outre, utiliser les transports en commun désengorge le trafic urbain.

La climatisation génère un surplus de pollution avec une hausse des émissions de CO<sub>2</sub>, à cause d'une surconsommation de carburant de 7 % en moyenne et d'une dispersion de fluides frigorigènes égale à une surconsommation de 15,5 %...



## L'ENGAGEMENT DE LA DIRECTION

---

*L'Institut Arthur Vernes, à sa création en 1916, était représenté par un arbre, la verne.*

*Des décennies après, ce symbole fort est à redécouvrir, même si l'environnement parisien de l'Institut, son style de bâtiments et la faiblesse de ses moyens financiers sont trois freins à la mise en place d'une politique de développement durable de grande ampleur.*

*Après tout, la vie n'est pas faite que de révolutions, elle est aussi faite de petits pas.*

*Avec votre participation active, nous nous engageons ainsi, dans les trois ans qui viennent, à :*

- **améliorer le tri de nos déchets**, le papier issu des activités administratives étant actuellement éliminé avec les déchets ménagers ;
- **agir sur notre consommation électrique** en installant par exemple des convecteurs électriques moins gloutons, en achetant des ampoules basse consommation, et en supprimant progressivement les halogènes ;
- **agir sur notre consommation d'eau** en installant par exemple uniquement des mitigeurs avec un cran d'arrêt.

*Nous continuerons par ailleurs à faire appel à des prestataires spécialisés afin de développer nos filières de tri (déchets informatiques et électroniques, cartouches d'imprimantes, toners, piles, ampoules, etc.) ce qui représente un coût non négligeable.*

*Nous continuerons également à donner aux organisations humanitaires intéressées notre matériel médical considéré en fin de vie à l'Institut.*



## POUR EN SAVOIR PLUS...

---

*Pour en savoir plus sur le Développement Durable et l'environnement, vous pouvez également consulter les sites internet suivants :*

**Pour tout savoir sur le développement durable :**

[www.developpementdurable.gouv.fr](http://www.developpementdurable.gouv.fr)

**Le développement durable dans le domaine de la santé :**

[www.c2ds.com](http://www.c2ds.com)

**Information sur les déchets, l'énergie, les transports :**

[www.ademe.fr](http://www.ademe.fr)

**Sur l'Empreinte écologique :**

[www.wwf.org](http://www.wwf.org) ainsi que : <http://www.footprintnetwork.org>

si vous voulez calculer votre « Empreinte écologique », il y a aussi <http://www.footprint.ch>