

# GUIDE SANS PLASTIQUE VERS UNE VIE D'ENTREPRISE PLUS RESPONSABLE

Au bureau aussi tu peux adopter les bons réflexes pour protéger l'Océan.



## PARCE QU'IL N'Y A PAS DE PETITE POLLUTION : À LA PAUSE CIGARETTE, J'ADOpte LE BON GESTE

Savais-tu que le premier déchet qu'on retrouve sur les plages n'est d'autre que le mégot de cigarette ? Composé d'arsenic, de goudron, mercure et autres métaux lourds, le mégot de cigarette est extrêmement toxique pour l'Océan. Un mégot pollue ainsi jusqu'à 500 litres d'eau, sans compter qu'il peut également être ingéré par les espèces marines. Pour remédier à cette pollution majeure, il est notamment utile de mettre des cendriers à disposition et de les vider dans la poubelle régulièrement. Les mégots seront mieux à cet endroit que par terre dans les alentours de votre espace extérieur. Et pourquoi ne pas installer une petite affiche explicative sur l'impact du mégot sur l'environnement, pour sensibiliser vos collègues ? En effet, même si le mégot est devenu partie intégrante de notre espace urbain, tout le monde n'est peut-être pas au courant de ses conséquences néfastes, aussi petit soit-il, une fois jeté sur le trottoir ou même dans la nature. food's nutritional benefits. Better for the environment, but also for our health !



## J'ORGANISE DES SÉMINAIRES ZÉRO DÉCHETS (JSE)

En apprendre plus sur notre impact écologique et sur les différents gestes à adopter pour réduire sa consommation de plastique peut se faire de manière divertissante ! Que dirais-tu d'un atelier DIY, d'un défi photo, d'une collecte de déchets ou encore de la création d'une fresque collective ? C'est d'ailleurs l'occasion d'embarquer quelques collègues avec toi et de passer un bon moment ensemble en dehors du cadre formel de votre lieu de travail. Chez Surfrider Foundation Europe, nous organisons ainsi les Journées de Sensibilisation en Entreprise. Ce sont des activités ludiques qui permettent de comprendre les enjeux environnementaux. Cela se fait aussi bien à pied sur la plage, qu'en kayak sur les rivières ou plus simplement au cœur de nos villes. Le tout est d'apprendre comment, chacun à notre échelle, nous pouvons contribuer à la protection de notre environnement.

## J'ÉVITE LES IMPRESSIONS INUTILES ET JE RÉDUIS MA CONSOMMATION DE FOURNITURES

Entre les stylos qui traînent, les vieux post-it qui se décolent et les classeurs d'archives qui s'accumulent, il devient de plus en plus difficile de ranger son plan de travail, n'est-ce pas ? Peut-être alors que la solution se trouve dans la réduction de notre usage de fourniture. En effet, c'est aussi un bon réflexe à adopter pour réduire nos déchets. Au lieu de collectionner les stylos que tu continues de perdre les uns après les autres, essaye de rassembler moins de matériel et d'en prendre soin. Cela t'empêcherait de le chercher à longueur de journée ou d'en utiliser constamment du nouveau. Pour certaines fournitures, tu peux même utiliser la version digitale, comme les post-its virtuels par exemple. Cela te permettra ne plus encombrer l'écran de ton ordinateur de papiers à usage unique. Pense aussi à n'imprimer que le nécessaire en privilégiant les documents en ligne et les emails. Tu éviteras alors de gaspiller du papier. Il vaut aussi la peine de mettre à disposition un bac pour les feuilles de papier usagées qui pourront éventuellement servir de brouillon. Avec ces quelques bonnes habitudes à prendre, ton espace de travail n'en sera que mieux rangé, et respectueux de l'Océan !



## POUR LA PAUSE-CAFÉ/ DÉJEUNER JE PASSE AU RÉUTILISABLE

Avis aux adeptes des pauses café : même autour de la machine, il est possible de faire un bon geste pour l'environnement marin ? En effet, tu peux remplacer facilement tous les gobelets à usage unique par des tasses et des verres réutilisables. Et puis, rien de tel qu'une jolie tasse un peu kitsch ou stylisée à déposer à côté du clavier, n'est-ce pas ? Tu verras que rapidement, la quantité de plastique économisé sera conséquente. Et pour aller plus loin dans le zéro plastique ? Tu peux



## J'OPTIMISE LE SYSTÈME DE TRI DU BUREAU

Le recyclage n'est pas le remède miracle à la pollution plastique, on est d'accord, mais il fait tout de même entièrement partie de la solution. Pour cela, il est important de le faire correctement. Le premier bon réflexe à adopter est de se renseigner sur les règles de recyclage en vigueur dans ta région. En fonction des informations obtenues, il sera ainsi possible de mettre en place les poubelles de tri adaptées au sein de ton lieu de travail. Ensuite, comme les règles de recyclage ne sont pas les mêmes partout ou que tout le monde ne les connaît pas toujours par cœur, il est possible de se perdre un peu. N'hésite pas à faire des petites affiches explicatives au-dessus de chacune des poubelles du bureau, en reprenant les différents déchets qui y sont destinés. Si cette première étape fonctionne bien, pourquoi ne pas passer au niveau suivant en mettant en place un composte ? Environ un tiers de notre poubelle est composé de débris organiques, tels que les fruits et légumes, qui peuvent servir d'engrais de qualité. Les plantes du bureau te remercieront ! En compostant, vous pouvez ainsi réduire vos déchets de 40 kilogrammes par personne et par an.

notamment adopter du réutilisable pour tous les autres ustensiles de tes pauses de la journée, que ce soit les couverts en inox pour ta lunchbox, les cuillères pour remplacer les touillettes en plastique dans ton café, la carafe d'eau et les verres en salle de réunion. Cela permettra d'éviter que de nouveaux déchets se retrouvent dans l'Océan. Chaque année, près de 690 espèces marines sont impactées par la pollution plastique, et plus d'un million d'animaux marins en meurt.



 **SURFRIDER**  
FOUNDATION EUROPE

#BreakThePlasticWave