

OBSERVATOIRE DU BUREAU RESPONSABLE
ÉTUDES « LES ÉCOGESTES DU QUOTIDIEN »

ÉCOGESTES & BIEN-ÊTRE AU BUREAU



Octobre 2019





Cyril HERGOTT
RIPOSTE VERTE



Vincent CARLIER
FIDUCIAL



Ronan TROTTIER
G-ON

Au bureau, comme à la maison, écogestes et bien-être ne sont pas communément associés. Pourtant, utiliser une appli sur son téléphone pour éviter la ligne de métro/bus saturée (comme le font 53 % des répondants à notre enquête) ou les bouchons sur la route (52 %) permet d'être moins stressé(e) pour attaquer une nouvelle journée de travail.

D'un point de vue environnemental, les impacts de nos écogestes peuvent être directs, comme éteindre une pièce vide restée allumée (80 %) ou indirects, comme transmettre des documents à nos collègues via une clé USB (10 %) plutôt qu'un courriel qui fera tourner beaucoup de serveurs.

Pour limiter ces impacts, nos écogestes complètent la politique formalisée de notre organisation. Même si cette dernière n'est pas très engagée (par exemple, seuls 11 % des répondants profitent d'une politique « vélo » pour leurs déplacements professionnels), nous devons tous nous impliquer.

Cette étude nous donne un aperçu des pratiques individuelles en 2019, qu'elles soient perfectibles (9 % éteignent leur ordinateur le midi, 66 % utilisent des gobelets en plastique, etc.) ou déjà bonnes. Enfin, elle nous rassure quand nous apprenons que 97 % sont prêts à modifier leurs pratiques pour faire plus d'écogestes et donc... se sentir mieux !

Bonne riposte !

SOMMAIRE

En intro, le contexte et des enjeux	page 3
Les chiffres-clés en infographie	pages 4-7
Une sélection de commentaires	page 7
L'analyse complète	pages 8-9
Le panel	page 10
Qui sommes-nous ?	page 11



EN INTRO

LE CONTEXTE

Étude distribuée par voie électronique et accessible en ligne durant 6 semaines. Elle comptabilise un total de 1 060 réponses de collaborateurs, majoritairement des femmes, d'organisations de toutes tailles (voir page 10).

LES ENJEUX

100 %

Part de la quantité de gobelets jetables économisée en utilisant un mug/verre/tasse

50 %

Part de la quantité d'eau des WC économisée en utilisant le "petit" bouton d'une double chasse

75 kg

Quantité moyenne de papier consommée par collaborateur de bureau et par an en France

15 kg

Quantité moyenne de papier recyclée par collaborateur de bureau et par an en France

140 g

Quantité de CO₂ non émise grâce au recyclage d'une canette vide

90 g

Quantité de CO₂ émise par l'incinération d'une bouteille plastique vide



ÉCOGESTES & BIEN-ÊTRE AU BUREAU

LES CHIFFRES-CLÉS 2019

97% des collaborateurs sont prêts à modifier leurs pratiques pour faire plus d'écogestes



LA MOBILITÉ

Optimiser le trajet domicile-travail

13%

utilisent une app « Vélo »* : Géovélo, Naviki...

52%

utilisent une app « Voiture »* : Waze, Google maps...

53%

utilisent une app « TC »* (Transports en Commun) : Citymapper, Mobeelity...

Polluer moins lors des déplacements pros

11%

profitent d'une politique « Vélo » formalisée*

13%

suivent une politique « TC » formalisée*

16%

doivent respecter une politique « Avion » formalisée*



TRAVAILLER À DISTANCE

15%

télétravaillent en tiers lieux externes*

53%

télétravaillent à domicile*

83%

télétravaillent en tiers lieux internes*

86%

souhaitent télétravailler à domicile*



LES CONSOMMABLES

Gérer les fournitures

43%

privilégient des fournitures écologiques

78%

utilisent le verso vierge d'une feuille comme brouillon

88%

se constituent une réserve personnelle de fournitures

Limiter les impressions

92%

impriment juste la partie voulue du document

94%

impriment en recto verso par défaut



L'ÉNERGIE

Manager l'informatique

9%

éteignent leur PC avant d'aller en réunion/pause

84%

éteignent leur PC avant de partir le soir

Réguler le chauffage/l'éclairage

49%

s'assurent que le chauffage est baissé le soir*

64%

ajustent l'éclairage à la luminosité naturelle

80%

éteignent une pièce trouvée allumée mais vide



BIEN GÉRER LES COURRIELS

10%

donnent les docs à leurs collègues via une clé USB

32%

n'ont pas de logo/visuel en signature*

54%

limitent le nombre/poids de pièces attachées

86%

s'assurent que les destinataires sont concernés



LES DÉCHETS

Maîtriser les consommations

22 %

ne consomment pas de bouteilles plastique

33 %

n'utilisent pas de gobelets jetables

42 %

ne consomment pas de boissons en canette

Faciliter le geste de tri

27 %

souhaitent trier tous leurs déchets à leur poste

31 %

souhaitent trier tous les déchets en PAV**

42 %

souhaitent trier le papier au poste et le reste en PAV**

54 %

n'ayant pas le tri l'ont demandé à leur direction*

L'ALIMENTATION

8 %

suivent un régime végétarien

14 %

consultent une app dédiée : Yuka, Foodadvisor...

36 %

privilégient des produits biologiques

41 %

favorisent des produits locaux ou de saison

50 %

refusent les bouteilles plastique vendues à emporter

61 %

refusent les couverts jetables d'un plat à emporter



LA SANTÉ/LE BIEN-ÊTRE

Agir au quotidien

9 %

se relaxent, méditent ou font une sieste dans la journée

21 %

font du sport, de l'exercice ou travaillent debout dans la journée

35 %

modifient souvent leur posture de travail dans la journée

42 %

aèrent leur bureau tous les jours*

* Ne sont concernées que les personnes en capacité de mener cette action ** Point d'Apport Volontaire

EN COMMENTAIRE...

« Travailler dans un bâtiment intelligent nous donne le sentiment que tout est autogéré, que nous n'avons plus la main alors qu'il y a souvent des bugs ! Un bâtiment un peu intelligent, disons facilitant, et des occupants vigilants me semblent être plus écoresponsable. »

« Nous sommes locataires alors il est difficile de s'organiser pour la gestion de l'énergie, des déchets... »

« La sieste et la méditation sont des activités que j'aimerais pouvoir faire de temps en temps mais ni l'aménagement des bureaux, ni la charge de travail ne le permettent. »

« Pour impulser des changements rapidement, il faut mettre en place des obligations réglementaires avec de la pédagogie associée et faciliter la mise en place avec des exemples, des expérimentations réussies. »

« En complément de mes réponses, je tiens à préciser que :

- Je vis en milieu rural collinaire donc pas de transports en commun ni vélo.
- Je ne fais pas d'impressions 2 pages en 1 parce que c'est illisible (trop petit).
- J'utilise un réseau interne et non pas une clef USB, mais le résultat est le même.
- J'écris l'intégralité de mes courriels en texte brut.
- J'utilise une signature texte alors que mon organisation préconise une signature image.
- Vous auriez pu suggérer de mettre une date d'expiration aux courriels ou du moins effacer régulièrement les courriels et documents obsolètes. »

« Quand on sait que la 2ème activité la plus polluante dans le monde est le déplacement, il serait judicieux de permettre plus de travail à distance. Par exemple, quand il y a des pics de pollution. La technologie nous le permet, et notre activité est essentiellement au bureau. Il serait possible de faire des réunions téléphoniques ou en visio également. »

« Le recyclage des matières est un procédé coûteux. De plus, beaucoup de matières ne peuvent être recyclées que quelques fois, d'autres encore ne peuvent pas l'être. La consigne, la réutilisation, les produits durables aux durées de vies très longues... C'est mieux. »

« La pédagogie des écogestes est rarement bien faite au bureau. Il y a des poubelle de tri mais aucun message, aucune communication associée. »

« Intéressant de répondre à ces questions car cela permet de pointer nos points de faiblesse et donc envisager des améliorations de nos comportements. »



LA SYNTHÈSE

OPTIMISER LES TRAJETS, POLLUER MOINS ET TÉLÉTRAVAILLER

Parmi les thématiques étudiées, c'est la mobilité liée au travail, avec les trajets domicile-travail et les déplacements professionnels, qui génère le principal impact environnemental d'une activité de bureau en termes d'émissions de gaz à effet de serre. Chaque année, au total, 12 millions de tonnes de CO₂ sont émises. Dans le même temps, en France, le premier facteur de stress d'un travail de bureau provient de ce trajet matinal entre le domicile et le lieu de travail. Quels sont donc les écocgestes qui permettent de minimiser l'impact carbone et le stress ressenti ?

Pour limiter le temps passé à se déplacer, 13 % des répondants* utilisent une application mobile pour vélo (Géovélo ou Naviki...), 52 % une appli pour voiture (Waze, Google maps...) et 53 % une appli pour transport en commun (City mapper, Mobeelity...). L'utilisation de ces outils numériques constitue une réponse possible. Le développement rapide du travail à distance en est une autre : la moitié des répondants télétravaillent parfois à domicile, un sur sept en tiers lieux externes à son organisation et huit sur dix en tiers lieux internes (à leur Groupe, leur administration...). La même logique s'applique aux réunions qui peuvent être tenues à distance grâce à des outils de télé/visioconférence. Malheureusement, 30 % des répondants informent ne pas en être équipés.

Lorsque le déplacement est nécessaire, une politique de mobilité/voyages est indispensable pour encadrer les pratiques. Là aussi, des efforts de formalisation de la démarche sont attendus puisque seuls 11 % des répondants profitent d'une politique vélo propre à leur organisation et 16 % d'une préférence donnée au train sur l'avion intégrée aux instructions reçues. Heureusement 75 % des répondants déclarent privilégier le rail à la carlingue dès que possible.

RÉGULER LE CHAUFFAGE, FAIRE DURER SON PC ET BIEN GÉRER LES COURRIELS

Premier poste de consommation énergétique d'un immeuble de bureaux et facteur décisif du bien-être, le chauffage représente en moyenne la moitié de la facture annuelle d'énergie. Pourtant, seuls 49 % des répondants s'assurent que le chauffage est baissé le soir en partant. Pour la gestion de l'informatique, environ 20 % de la facture annuelle, c'est encore pire puisque moins de 10 % éteignent leur ordinateur avant d'aller en réunion ou en pause-déjeuner alors que 84 % le font spontanément avant de partir le soir.

* À chaque mention « répondants », ne sont concernées que les personnes en capacité de mener cette action.

Plus d'écogestes sont donc attendus pour limiter la consommation d'énergie et diminuer le stress, par exemple la déconnexion informatique forcée au réseau de l'organisation et à la messagerie de courriels. Concernant les consommations « cachées » du numérique, un répondant sur deux minimise sa consommation en limitant le nombre/poids de pièces attachées mais presque neuf sur dix s'assurent que les destinataires des mails sont bien concernés (86 %). Enfin, un tiers a ôté le logo/visuel de la signature de courriel (32 %), ce qui diminue les consommations d'électricité.

CONSOMMER MOINS POUR JETER MOINS

Emblématiques du travail de bureau, les consommables, notamment le papier, sont toujours très présents sur notre bureau ou dans nos tiroirs... Chaque collaborateur consomme en moyenne l'équivalent de 3 ramettes par mois. Heureusement, les écocgestes sont aussi bien connus : 92 % des répondants impriment juste la partie voulue du document, 94 % impriment en recto verso par défaut et, pour les achats, 43 % utilisent des fournitures écologiques.

Cette utilisation de consommables de bureau se matérialise dans notre production de déchets composés encore à 80 % de papiers usagés. Pour limiter cette production, 125 kg par an en moyenne au total, les écocgestes doivent se multiplier car si 78 % des répondants utilisent le verso vierge d'une feuille imprimée comme brouillon, seuls 22 % ne consomment pas de bouteilles plastique, 33 % n'utilisent pas de gobelets jetables et 42 % ne consomment pas de canettes.

En plus d'une communication chiffrée (sur le suivi des quantités produites) régulière, l'équipement est essentiel pour faciliter le geste de tri et les résultats montrent qu'il n'existe pas de solution miracle : 27 % des répondants souhaitent trier tous les déchets à leur poste, 31 % trier tous les déchets en Points d'Apport Volontaire (PAV) et 42 % trier le papier à leur bureau et le reste en PAV.

Encore trop mal connu et donc appliqué, un décret de mars 2016, appelé « décret 5 flux », oblige tous les sites regroupant au moins 20 collaborateurs à trier à la source leurs principaux déchets. Si vous ne pouvez pas trier vos déchets par manque de solution mise en place en interne, n'hésitez pas comme 54 % des répondants à demander la mise en place du tri à votre direction.

PRIVILÉGIER UNE ALIMENTATION Saine ET FAIRE RÉGULIÈREMENT DE L'EXERCICE

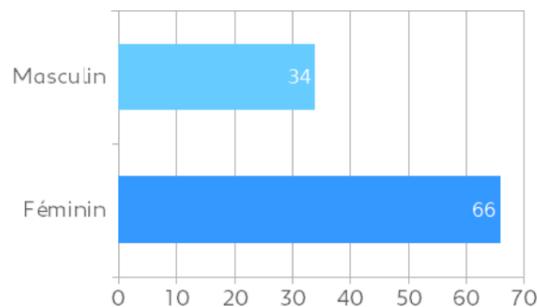
Au pays de la gastronomie, nous savons que bien manger est un élément-clé de notre bien-être mais nous avons beaucoup moins conscience des impacts écologiques majeurs liés à nos choix alimentaires. Ainsi, avec des écocgestes simples, il est possible d'améliorer l'un et de diminuer l'autre. C'est ce que font 8 % des répondants en suivant un régime végétarien, 14 % en consultant une application dédiée (Yuka, Foodvisor...), 36 % en privilégiant des produits biologiques et 41 % en recherchant une alimentation locale/de saison.

Nous le voyons, si nous sommes nombreux à nous engager, 92 % des répondants attendent un renforcement de la démarche environnementale interne que 97 % sont prêts à accompagner en changeant leurs pratiques/habitudes pour faire plus d'écogestes et donc... se sentir mieux.

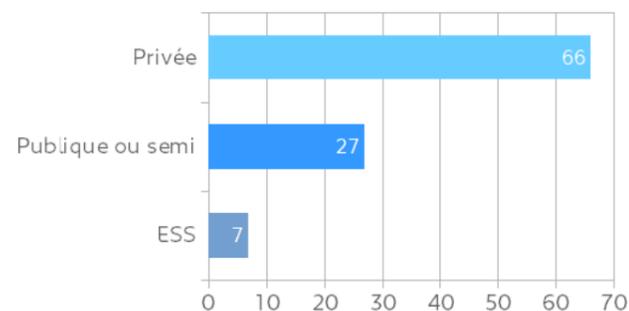


LE PANEL

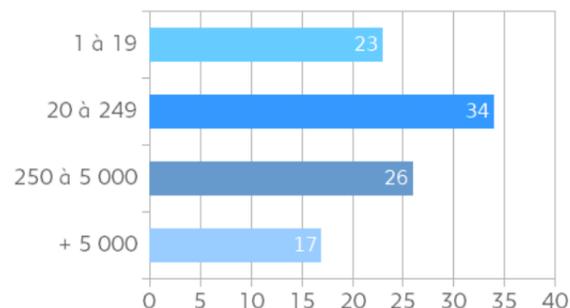
Votre genre ?
(en %)



Votre organisation ?
(en %)



Son effectif ?
(en %)



POUR UN BUREAU RESPONSABLE

Active depuis 2006, Riposte Verte apporte aux organisations professionnelles ses expertises en matière de RSE, Gestion et Utilisation durables des bâtiments et Maîtrise des émissions carbone/GES. Nos accompagnements visent à formaliser la démarche, identifier de nouvelles actions et faciliter leur déploiement opérationnel.



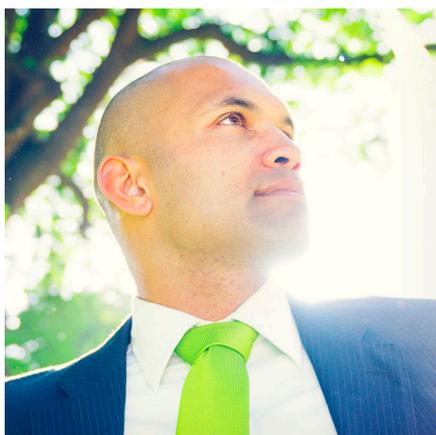
Spécialiste de l'équipement du bureau, Fiducial Office Solutions est présente en France, Belgique et Luxembourg avec plus de 730 collaborateurs et 62 000 clients. Nous proposons une offre globale, des services performants et une activité qui contribue au respect des normes environnementales en privilégiant des produits labellisés ou fabriqués à base d'éléments recyclés et recyclables, et en assurant, par exemple, la reprise et le traitement des cartouches usagées.



Société de conseil et d'ingénierie développement durable nouvelle génération, G-ON maîtrise l'impact environnemental et énergétique et apporte des solutions innovantes qui améliorent le cadre de vie, la santé et le bien-être des occupants d'immeubles : qualité de l'air, thermique, impact humain et environnemental du bâtiment, certifications (HQE, BREEAM, LEED, WELL, OsmoZ, WiredScore, BBCA, E+C-), commissioning, reporting RSE, etc.

La lutte contre le changement climatique nous oblige tous, acteurs de l'immobilier d'entreprise ou simples collaborateurs de bureau, à trouver des solutions durables à nos impacts.

Société coopérative œuvrant pour l'intérêt général,
Riposte Verte anime l'Observatoire du Bureau Responsable depuis 2008 (WWF, Zero Waste Fr...)
et développe des outils gratuits pour les TPE/PME : auto-diagnostics, guides, affiches, jeux...



Tél. 06 09 75 23 24 - contact@riposteverte.com
www.riposteverte.com

