

GUIDE PRATIQUE
DE L'EMPLOYÉ

POUR DES GESTES ÉCORESPONSABLES AU CHU SAINTE-JUSTINE



**CHU
Sainte-Justine**
Le centre hospitalier
universitaire mère-enfant

Université 
de Montréal



**DÉVELOPPEMENT
DURABLE**

**Cette brochure est une réalisation
du Comité de pilotage en développement
durable du CHU Sainte-Justine, sous
la recommandation du comité vert
du Service des soins intensifs.**

Rédaction

Martine Fortier

Coresponsable de la démarche DD

Sabrina Ourabah

Coordonnatrice de la démarche DD

Éric Thibeault

Conseiller en environnement

Marie-Claude Lefèbvre

Coresponsable de la démarche DD

Design graphique

Laurie-Jane Cloutier-Gagnon

Crédit photo page couverture

Stéphan Ballard

Publication : Juin 2022

Toute reproduction d'un extrait quelconque de ce document, par procédé mécanique ou électronique, y compris la microreproduction, est strictement interdite sans l'autorisation écrite du CHU Sainte-Justine.

© CHU Sainte-Justine, 2022, Tous droits réservés

Tous les textes et images de ce document sont la propriété du CHU Sainte-Justine.

UN ENGAGEMENT FORT !

Le CHU Sainte-Justine est engagé dans une approche de développement durable. En 2020, le CHU Sainte-Justine s'est doté d'une politique de développement durable. Depuis deux ans, il poursuit une démarche structurée afin d'intégrer la notion de développement durable dans ses activités et ses pratiques. Au fil des années, plusieurs initiatives visant à mettre en place les meilleures pratiques pour créer un environnement sain pour tous ont vu le jour dans notre établissement.

L'approvisionnement bio et local ainsi que l'instauration du compost aux services alimentaires, la certification de projets de construction LEED, l'aménagement de nouveaux espaces extérieurs, le recyclage des matières résiduelles, d'appareils de climatisation et de réfrigération, la gestion de l'énergie et de la consommation d'eau et l'offre aux employés favorisant le transport actif en sont quelques exemples.

Convaincus de l'importance que chaque geste compte, ce guide vise à optimiser l'engagement individuel envers le développement durable, en aidant chacun et chacune à intégrer des gestes écoresponsables au travail.

VOUS POUVEZ FAIRE UNE DIFFÉRENCE

Adopter une approche écoresponsable, c'est faire preuve de responsabilité sociale. Afin que la démarche en développement durable au CHU Sainte-Justine soit un succès, la participation des employés est essentielle. Que ce soit à titre individuel ou comme membre d'un comité vert, chacun des gestes posés est important.

Pour vous aider, ce guide propose des actions concrètes que chacun peut poser au quotidien. Ces actions permettent de s'orienter vers des changements nécessaires à l'adoption d'habitudes écoresponsables pour ainsi augmenter la qualité de vie au travail et limiter les impacts environnementaux au CHU Sainte-Justine.

Il s'agit d'un effort collectif. Les actions réalisées, à la fois au niveau de l'organisation et au niveau individuel, visent à faire du CHU Sainte-Justine un leader en développement durable et à accroître la performance générale de l'établissement dans ce domaine.

Qu'est-ce que le développement durable ?

La Loi sur le développement durable (RLRQ, chapitre D-8.1.1), adoptée en 2006, définit le développement durable comme « un développement qui répond aux besoins du présent sans compromettre la capacité des générations futures à répondre aux leurs. Le développement durable s'appuie sur une vision à long terme qui prend en compte le caractère indissociable des dimensions environnementales, sociales et économiques des activités de développement ».

COMMENT LE CHU SAINTE-JUSTINE S'INVESTIT EN DÉVELOPPEMENT DURABLE ?

En 2019, le CHU Sainte-Justine a concrétisé son engagement avec la création d'un comité de pilotage et de sous-comités en développement durable. Cette structure permet d'assurer le suivi et la mise en œuvre d'initiatives porteuses dans les différents volets de la démarche de déploiement de la politique en développement durable. En intégrant les considérations environnementales du développement durable dans toute sa structure, le CHU Sainte-Justine garantit ainsi une qualité de soins et de services à long terme à la clientèle et aux employés, en considérant trois aspects importants, soit :

- Une utilisation efficace des ressources et des approvisionnements responsables ;
- Des activités et des pratiques minimisant les impacts environnementaux ;
- Des actions visant à favoriser les habitudes de vie et le bien-être pour limiter les risques sur la santé.

LES 9 CHAMPS D'INTERVENTION AU CHU SAINTE-JUSTINE

Voici les 9 champs d'intervention et les objectifs globaux qui y sont associés, sur lesquels l'établissement déploie ses efforts. Certains de ces champs représentent une occasion où vous pouvez intervenir sur le **plan individuel** et faire une différence.



Aménagement des espaces extérieurs

Contribuer à réduire les îlots de chaleur et à déployer des espaces thérapeutiques à travers les aménagements extérieurs



Approvisionnement durable

Mettre en place des pratiques, des processus et des politiques d'approvisionnement écoresponsable



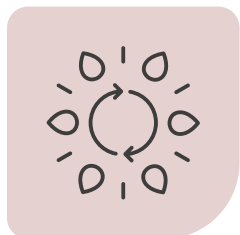
Engagement et communication

Favoriser le partage de vision et l'engagement de l'organisation et des employés en développement durable



Équité et qualité de vie

Instaurer et maintenir un milieu de soin et de travail sain à travers des activités sociales, culturelles et favorisant les saines habitudes de vie



Gestion de l'eau, qualité de l'air et énergie

Maintenir un environnement intérieur sain et améliorer l'efficacité énergétique des bâtiments



Gestion de projet

Assurer le suivi de la démarche en développement durable du CHU et une reddition de compte



Gestion des matières résiduelles

Instaurer une gestion des matières selon le principe des 3RV.



Mobilité durable

Favoriser l'utilisation des moyens de déplacement au travail alternatifs à l'utilisation de la voiture en solo chez les employés



Soins durables

Instaurer des initiatives favorisant la durabilité, l'efficacité et la qualité des soins

COMMENT AGIR AU TRAVAIL DE MANIÈRE ÉCORESPONSABLE ?



LE SAVIEZ-VOUS ?

Un robinet qui perd 10 gouttes/minute aura gaspillé 1 314 litres d'eau durant l'année.

CITATION

« Le plus petit geste est toujours mieux que la plus grande des intentions. »

Auteur anonyme

1. GESTION DE L'EAU, DE LA QUALITÉ DE L'AIR ET DE L'ÉNERGIE

Mon objectif :

Je contribue à réduire la consommation d'énergie.

BONNES PRATIQUES

Pour réduire ma consommation d'électricité :

- J'éteins les lumières lorsque je quitte :
 - › le bureau à la fin de mon quart de travail ;
 - › la salle de repas ;
 - › la salle de réunion ;
 - › les toilettes.
- Je ferme les stores et les rideaux en plein soleil l'été et les ouvre l'hiver.
- Je ferme le climatiseur de fenêtre à la fin de la journée.
- Je pense à éteindre les lumières dès que la luminosité est meilleure.

Pour réduire l'impact des appareils électroniques :

- Je vide régulièrement ma boîte de courriels.
- Je fais le ménage de mes fichiers conservés.
- Je ne conserve pas de photos personnelles sur les espaces infonuagiques
- Je minimise l'envoi de courriels et des destinataires.
- Je privilégie l'audio à la vidéo pour les réunions *Teams*.
- Je prolonge l'autonomie de la batterie de mon ordinateur en activant le mode « Économiseur de batterie ».
- J'éteins mon ordinateur et mon écran lorsque je quitte le travail.
- Je mets mon ordinateur en mode veille durant les périodes d'inactivité (pauses, réunions, etc.).

Pour réduire ma consommation d'eau :

- Je signale les fuites des appareils de plomberie (robinet, toilette).



2.

GESTION DES MATIÈRES RÉSIDUELLES

Mon objectif :

J'augmente la qualité et la quantité de ce que je recycle.

BONNES PRATIQUES

Pour générer moins de déchets :

- J'utilise une poubelle de petit format.
- J'utilise des tasses et des verres réutilisables.
- J'utilise ma bouteille d'eau que je remplis à la fontaine.
- J'apporte mon contenant réutilisable pour y prendre mon repas de la cafétéria.
- J'opte pour la vaisselle réutilisable ou compostable à la cafétéria, lorsque possible.
- Je limite le jetable au profit du réutilisable et des produits peu emballés.
- Je réemploie les chemises à dossier.

LE SAVIEZ-VOUS ?

Il se consomme plus de 1,5 milliard de tasses jetables annuellement au Québec.

Quoi mettre dans le compost ?

MATIÈRES ACCEPTÉES

Aliments :

- Desserts
Gâteaux, biscuits, poudings, jellós, pâtisseries, etc.
- Produits céréaliers
Pains, farines, pâtes alimentaires, etc.
- Condiments
Épices, ketchup, moutarde, mayonnaise, etc.
- Œuf et coquilles
- Produits laitiers
Yogourt, fromage
- Viandes cuites et non cuites (incluant les os)
- Légumes et fruits (incluant les pelures)
- Café moulu (incluant les filtres)
- Restes de repas
Pizza, frites, ailes de poulets, etc.
- Tartinades et confitures

Autres :

- Papier et carton souillés par des aliments
Boîtes de pizza, vaiselles en carton, etc.
- Serviettes de table en papier
- Papier parchemin et moules à muffin
- Essuie-tout
- Papier essuie-main (papier brun)
- Vaiselles et contenants compostables

MATIÈRES REFUSÉES

- Ustensiles en plastique
- Sacs biodégradables et oxobiodégradables
- Contenants de type *Tetra Pak*®
- Sachets de condiments (ketchup, etc.)
- Papier ciré
- Gants de latex
- Graisse de cuisson
- Huile végétale
- Liquides
Jus, boissons, eau, soupe, sauce, lait, etc.
- Coquille d'huître et de moule
- Verre à café et couvercle jetables



LE SAVIEZ-VOUS ?

Si chaque employé réduisait sa consommation de papier de 10 %, on éviterait l'émission de 25 t éq. CO₂.



Pour réduire ma consommation de papier :

- J'évalue la pertinence d'imprimer un document.
- J'évalue la pertinence d'imprimer en couleur.
- J'imprime recto verso et uniquement les copies nécessaires.
- Je numérise les documents.
- Je lis les documents à l'écran.
- Je réutilise les feuilles de papier imprimées d'un seul côté (ex. pour en faire un blocs-notes).
- J'utilise un agenda électronique.
- Je consulte le Réflexe en format numérique.

Pour mieux recycler :

Carton

- J'enlève toutes les sources de contamination (styromousse, gel réfrigérant) des boîtes de carton avant de les recycler.
- Je défais les boîtes et je les dépose près des îlots de récupération ou dans les bacs réservés.

Papier

- Je dépose les documents confidentiels uniquement dans les bacs gris sécurisés ainsi que les documents non confidentiels dans les bacs bleus.

Qu'est-ce qu'un document confidentiel ?

« Sont confidentiels tous les documents comportant des renseignements personnels, des informations relatives aux patients ou à leurs proches, ou encore des renseignements relatifs aux employés du CHU. »

Petits appareils électroniques

- Je dépose mon téléphone cellulaire et tous mes petits appareils électroniques usagés dans l'Électrobac. Consultez l'[Intranet](#) pour connaître l'endroit de collecte.

Piles

- Je dépose seulement mes batteries exemptes de leurs emballages dans les collecteurs de piles et je n'y dépose aucun déchet biomédical.



LE SAVIEZ-VOUS ?

Environ 45 % des Canadiens entreposent un ancien téléphone. Les recycler permettrait de récupérer 5,4 tonnes d'or.

Îlots de récupération

- Je fais un tri adéquat de mes matières résiduelles en respectant les consignes sur les affiches de recyclage.
- Je connais la signification des logos de recyclage des plastiques (voir ci-bas pour en savoir plus) pour faire un bon tri de mes matières résiduelles.
- Je dépose mes contenants de verre, de plastique et de métal dans la bac jaune.
- Je dépose le papier non confidentiel et le carton dans le bac bleu prévu à cet effet.
- Je dispose de mes déchets dans la poubelle noire.
- Je jette le papier à main, mes résidus de nourriture et contenants compostables dans les bacs de compostage lorsque c'est possible.



Vous souhaitez intégrer le compostage au sein de votre service ?

- Identifiez l'emplacement où intégrer le bac de compost de concert avec le chef du service d'H&S
- Désignez une personne responsable au sein de l'équipe dont le rôle est de:
 - › Mobiliser et sensibiliser son équipe au compostage
 - › Expliquer le tri des matières
 - › S'assurer que le tri des matières à composter soit bien fait
 - › Assurer le suivi au besoin avec le chef de service d'hygiène et salubrité
 - › S'assurer que l'équipement est en place (bac, affiche)
 - › Partager des initiatives au chef de service d'hygiène et salubrité
- Inscrivez vos demandes au chef d'HetS ou par courriel à l'adresse developpement.durable.hsj@ssss.gouv.qc.ca



À quoi correspondent les logos de recyclage des plastiques ?

- Les symboles représentés par un triangle avec un chiffre de 1 à 7 sont communs pour les contenants en plastique. Apposé généralement en dessous, le logo signifie que le contenant est fait d'un plastique recyclable.
- Seuls les plastiques identifiés avec le triangle et le chiffre 6 ne se recyclent pas.



Pour mieux gérer les matières dangereuses :

Résidus chimiques

- Je dispose de mes produits chimiques en utilisant le service de collecte interne.
- Je suis la formation [SIMDUT](#).

Déchets biomédicaux

- Je dispose et trie mes déchets biomédicaux, selon les directives.
- Je suis le [programme de formation](#) en ligne sur la gestion des déchets biomédicaux.

CITATION

« La première règle de l'écologie, c'est que les éléments sont tous liés les uns aux autres. »

Barry Commoner



LE SAVIEZ-VOUS ?

Au CHU Sainte-Justine, l'utilisation de la voiture solo pour se rendre au travail représente plus de 50% de nos émissions de GES.

3. MOBILITÉ DURABLE

Mon objectif :

Je réduis l'impact de mes déplacements.

BONNES PRATIQUES

Pour me rendre au travail et limiter mes GES :

- Je marche ou utilise mon vélo :
 - › Pour me rendre au travail si je demeure proche.
 - › Entre mon domicile et le transport collectif.
 - › En m'abonnant à BIXI, mensuellement ou pour toute la saison.
 - › En alternance, certains mois de l'année.
- J'utilise les transports en commun.
- Je choisis le covoiturage :
 - › J'adhère à un service de covoiturage.
 - › Je m'organise avec un collègue, un ami ou un membre de la famille pour faire du covoiturage.
- Je fais du télétravail lorsque c'est possible.
- Je profite des installations qui favorise l'utilisation du vélo :
 - › Abri couvert et sécurisé
 - › Station de réparation
 - › Station BIXI
 - › Vestiaires et douches
- Je me déplace en véhicule électrique.
- J'utilise les bornes de recharge seulement pour recharger mon véhicule électrique et non comme stationnement et je déplace ma voiture électrique une fois la recharge effectuée.



4.

APPROVISIONNEMENT DURABLE

Mon objectif :

Je consomme de façon écoresponsable.

BONNES PRATIQUES

Pour des choix écoresponsables :

- Je m'inscris au service de panier biologique.
- J'utilise au maximum les produits avant de les jeter (par exemple utiliser les feuilles mal imprimées comme papier brouillon).
- Avant d'acheter un nouvel article :
 - › Je me questionne si c'est réellement utile.
 - › J'achète uniquement la quantité dont j'ai besoin.
 - › Je considère les coûts de réparation, d'entreposage ou de disposition lorsqu'il n'est plus utilisable.
 - › Je consulte les petites annonces pour trouver des produits de seconde main au lieu d'acheter des produits neufs.
 - › Je partage des équipements à la place de les acheter.
- Je fais réparer ou prolonger l'utilisation de produits plutôt que d'en acheter de nouveaux.
- J'utilise des sacs réutilisables.



LE SAVIEZ-VOUS ?

Les plantes réduisent de 87 % les polluants de l'air intérieur en 24 heures.

5.

POUR UNE QUALITÉ DE VIE ET ÉQUITÉ AU TRAVAIL

Mon objectif :

Je pose de petits gestes qui peuvent faire la différence pour notre milieu de travail.

BONNES PRATIQUES

Pour des choix écoresponsables :

- Je mets une plante dans mon environnement de travail s'il n'y passe pas de patients.
- Je ferme les portes et fenêtres lorsque je quitte.
- J'utilise les escaliers.
- Je prends conscience des biens essentiels et non essentiels.
- Je partage des livres.
- Je consulte les [rabais d'entreprise](#) que mon organisation.
- Je m'assure de contribuer à faire de mon milieu de travail un environnement sain.
- Lorsque je travaille en espace ouvert, je diminue mon niveau de bruit par respect pour mes collègues.

Nous sommes tous concernés

Chaque geste compte et peut faire une différence : comme ambassadeur des gestes écoresponsables à poser dans le quotidien, en influençant positivement les collègues et en partageant les pratiques de ce guide ou en formant un comité vert dans son service, etc.

Vous voulez partager des bons coups ? Vous avez d'autres idées utiles pour favoriser le développement durable ?

Merci de les partager avec l'équipe de développement durable, c'est aussi ça une attitude écoresponsable !

Developpement.durable.hsj@ssss.gouv.qc.ca

Pour plus d'information référez-vous à la section Intranet : intranet.chusj.org/developpementDurable

AIDE MÉMOIRE

LE PRINCIPE DES 3RV-E

Selon la Politique québécoise de gestion des matières résiduelles, « la gestion des matières résiduelles s'appuie sur un principe d'action qui veut qu'une priorité soit donnée aux modes de gestion qui auront le moins d'impacts sur l'environnement. Connue sous l'acronyme 3RV-E, ce principe est ainsi défini au Québec ».

RÉDUIRE :

C'est remettre en question ses habitudes en repensant ses besoins pour diminuer sa surconsommation et ainsi réduire à la source.

RÉUTILISER OU RÉEMPLOYER :

C'est se servir de ce que nous avons déjà avant d'acheter du nouveau.

RECYCLER :

C'est le mode que nous pratiquons le plus souvent, mais que l'on maîtrise moins bien. C'est aussi celui qui nous donne bonne conscience, car nous avons tendance à penser que recycler, c'est vraiment ce qu'on fait de mieux pour l'environnement. Pourtant, à la base, le mieux à faire est de ne pas générer de déchets.

VALORISER :

C'est donner une nouvelle vocation ou une valeur ajoutée à ce qui serait envoyé à l'enfouissement. Prendre un déchet pour en retirer de l'énergie ou le composter sont des formes de valorisation.

ÉLIMINER :

C'est lorsque toutes les autres actions ne sont plus possibles et que l'élimination reste la dernière façon de se départir d'une matière.

« Le principe des 3RV-E sous-entend que privilégier dans l'ordre, la réduction à la source, le réemploi, le recyclage et la valorisation, permet de tirer le meilleur bénéfice de la gestion des matières résiduelles. »

Extrait : Politique québécoise de gestion des matières résiduelles

COMPRENDRE LES SYMBOLES

Les produits que nous consommons sont associés à une panoplie de pictogrammes liés au recyclage. Comment savoir si on peut recycler un produit ? Voici les principaux pictogrammes utilisés.



Boucle de Möbius

Instauré depuis 1970, il s'agit du symbole universel le plus reconnu et qui sert à identifier un produit comme étant recyclable.



Point vert

Représenté par deux flèches, l'une verte et l'autre blanche, ce logo signifie que le fabricant qui met un article sur le marché participe au financement d'un système de gestion des emballages. Par contre, ce symbole porte à confusion et peut donner l'impression que le produit est recyclable, ce qui n'est pas nécessairement le cas.



Poubelle barrée

Ce pictogramme indique que l'objet en question ne peut être déposé dans une poubelle conventionnelle, mais doit plutôt être apporté dans un point de collecte spécial. C'est le cas par exemple, des fluocompactes, des équipements électroniques et des piles.



Tidyman

Ce logo n'est pas lié au recyclage ; il s'agit plutôt d'un symbole visant à sensibiliser les gens à la propreté et au civisme, en incitant ceux-ci à jeter leurs ordures à la poubelle.



Triman

Le dernier venu dans la liste des symboles liés au recyclage. Il est obligatoire sur tous les produits et emballages recyclables, sauf pour les contenants en verre. Symboliquement, la silhouette sert à démontrer l'action citoyenne, les trois flèches représentent le tri et la flèche circulaire incarne le recyclage.



DÉVELOPPEMENT
DURABLE



CHU
Sainte-Justine
Le centre hospitalier
universitaire mère-enfant

Université 
de Montréal