

# GESTES SIMPLES AU BUREAU

## AGIR REND HEUREUX !

**10:10** est une campagne de mobilisation contre le changement climatique qui invite toute personne, entreprise, collectivité ou organisation à réduire volontairement de 10 % ses émissions de gaz à effet de serre sur une période de 12 mois.

### Comment faire ?

Commencez à réfléchir aux moyens d'atteindre l'objectif de 10 %. Vous trouverez ci-dessous quelques idées. Ces gestes sont aussi à appliquer à la maison. Pour en savoir plus, rendez-vous sur [www.1010.fr](http://www.1010.fr) !

### 1 Eteignez votre ordinateur

Pensez à vos ordinateurs : Eteignez l'écran quand vous vous absentez un moment et n'oubliez pas de tout éteindre en fin de journée. En 2002 en France, les salariés qui n'ont pas eu ce réflexe ont coûté plus de 128 millions d'euros à leurs entreprises.

### 2 Pensez à la lumière

Eteignez les lumières des bureaux et parkings pendant la nuit ! Pensez à éteindre la lumière dans les bureaux inoccupés le jour. Vous pouvez pour cela coller des « mémos » pour que tout le monde éteigne la lumière en sortant, et pourquoi ne pas installer des minuteries dans les couloirs ?

### 3 Prenez les escaliers

Gardez la forme en faisant un peu d'exercice physique au cours de la journée : laissez tomber l'ascenseur et prenez les escaliers !

### 4 Soyez citoyen

Au travail faites comme à la maison, surveillez votre consommation : ce n'est pas parce qu'on ne paye pas que le coût environnemental n'existe pas. Gardez vos pratiques responsables au bureau !

### 5 Améliorez vos déplacements professionnels

Évitez l'avion au maximum ! Prenez plutôt le train même si le trajet est un peu plus long, vous économiserez du CO<sub>2</sub>, du stress et d'interminables formalités. Préférez aussi la visioconférence aux grands déplacements. Vous économiserez de l'argent et du CO<sub>2</sub> et vous épargnerez la fatigue due au décalage horaire.

### 6 Réduisez vos déchets

Une tonne de plastique recyclée c'est entre 600 et 800 kg de pétrole économisés. Lors de la pause café apportez votre tasse au lieu d'utiliser un gobelet en plastique jetable. Privilégiez également l'eau du robinet et triez votre papier dans les bacs appropriés ! Enfin, encouragez votre entreprise à développer le tri sélectif !

### 7 Réduisez votre consommation de papier

Le papier représente une grande partie des déchets dans l'entreprise et jusqu'à 80% des déchets dans l'administration. N'imprimez que lorsque cela est vraiment nécessaire : il n'est peut-être pas utile d'imprimer vos e-mails ou la page d'un site internet. Enfin, utilisez les impressions ratées comme brouillons !

### 8 Mangez local

Limitez la viande et privilégiez les produits locaux et bios. Pourquoi ne pas faire également quelques suggestions à votre restaurant d'entreprise ? C'est meilleur pour la planète et pour votre santé !

### 9 Demandez des produits durables

De la pause café aux fournitures de bureau en passant par les produits ménagers ou les ordinateurs, demandez des produits responsables ! Pourquoi ne pas se fournir en café ou thé bio, en cartouches d'encre ou stylos recyclés ou en ordinateurs labellisés ? Suggérez vos idées pour améliorer les achats de votre entreprise !

### 10 Partagez vos bonnes pratiques

Vous faites de petits gestes quotidiens pour l'environnement ? Vous avez des idées pour améliorer les bonnes pratiques de votre service ? Parlez-en autour de vous, toutes les idées méritent d'être partagées et peuvent faire avancer les choses !

**Vous avez d'autres idées de gestes faciles à réaliser ?  
Faites nous en part sur [www.1010.fr](http://www.1010.fr)**

GoodPlanet.org

La fondation GoodPlanet, présidée par Yann Arthus-Bertrand, est reconnue d'utilité publique.

# 10:10

POUR + D'INFO

[www.1010.fr](http://www.1010.fr)



# 10 QUESTIONS SUR IO:IO

**Merci de rejoindre IO:IO, la campagne volontaire pour réduire nos émissions de gaz à effet de serre de 10 %.**

## Qu'est-ce que IO:IO ?

**IO:IO** découle d'un concept très simple: nous nous engageons tous à réduire nos émissions de gaz à effet de serre de 10 % par an, en commençant en 2010 (d'où le **IO:IO**). **IO:IO** est une campagne positive qui rompt avec le pessimisme ambiant : elle met en avant les efforts de celles et ceux qui s'impliquent dans la protection de notre planète et cherche à encourager d'autres à faire de même. **IO:IO** est fédératrice et apolitique : chacun est invité à y participer. N'attendons ni un accord international, ni une décision politique pour nous retrousser les manches. Agissons ! Ici et maintenant.

## Qui peut s'inscrire à IO:IO ?

Individus et familles, écoles et universités, commerces de proximité et multinationales, citoyens et élus...  
Tout le monde peut réduire ses émissions de 10 %.

## Pourquoi 10 % en un an ?

Les petits pas sont plus faciles que les grandes enjambées. Aussi, 10 % cette année est plus réaliste et réalisable que, disons, 80 % d'ici 2050. 10 % en un an, dès 2010, s'inscrit dans le cadre des objectifs que les scientifiques préconisent afin de nous donner le plus de chances d'assurer un futur sain à nos enfants et petits-enfants. Réduire nos émissions de gaz à effet de serre de 10 % n'est qu'un premier pas mais cela nous met sur la bonne voie.

## Que signifie rejoindre IO:IO ?

Vous vous engagez à réduire vos émissions de 10 % en un an, à partir de 2010. À travers des gestes simples, nous vous aiderons à chaque étape grâce à divers conseils, études de cas et documents.

## Un changement de mode de vie radical est-il requis en s'inscrivant à IO:IO ?

Pour la plupart des personnes, 10 % est facilement atteignable. À moins d'avoir déjà fait d'importants efforts pour réduire vos émissions, isoler votre habitation, prendre moins l'avion ou changer vos ampoules devraient suffire. Nous vous donnerons régulièrement des conseils pour atteindre 10 %.

## Mes efforts ne seront-ils finalement qu'une goutte d'eau dans un océan ?

**IO:IO** rend nos efforts individuels significatifs en assurant qu'un grand nombre d'individus et d'organisations s'associent derrière un même objectif. Cela garantit non seulement des réductions directes des émissions, mais envoie aussi un signal aux dirigeants politiques en leur montrant que nous sommes prêts à répondre à la menace des changements climatiques. Vous pouvez encore augmenter votre impact en encourageant vos amis, vos collègues, associations ou écoles à rejoindre **IO:IO**.

**Si je suis imprimé et que vous n'avez plus besoin de moi, pensez à me recycler.**

## Comment est né IO:IO ?

**IO:IO** est un mouvement mondial. Il a été créé en Grande-Bretagne en septembre 2009, mais il essaime dans de nombreux pays : Allemagne, Pays-Bas, Ghana, Australie, Nouvelle-Zélande, Norvège, Irlande, Portugal, bientôt la Chine et l'Inde. Tout le monde s'y met.

## Quelles sont les prochaines étapes ?

Le lancement officiel de la campagne **IO:IO** en France aura lieu le 5 juin 2010, journée mondiale de l'environnement. Le 10 octobre 2010 (10/10/10), une journée mondiale sera organisée avec tous les **IO:IO** de tous les pays ! De nombreux événements seront organisés pour ces deux journées, donc retenez ces deux dates.

## Allons-y !

**" Il est trop tard pour être pessimiste "**

L'équipe **IO:IO**, pour la Fondation GoodPlanet



## COMMENT S'INSCRIRE ?

Envoyez-nous un e-mail à [CONTACT@IOIO.FR](mailto:CONTACT@IOIO.FR) ou utilisez directement le formulaire que vous trouvez sur :

**[WWW.GOODPLANET.ORG](http://WWW.GOODPLANET.ORG)**

ou sur le site Internet : **[WWW.IOIO.FR](http://WWW.IOIO.FR)**



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

GoodPlanet.org

La fondation GoodPlanet, présidée par Yann Arthus-Bertrand, est reconnue d'utilité publique.