Cette charte écoresponsable Inter-URPS d'Occitanie est le fruit d'une collaboration d'un an entre l'URPS Médecins, l'URPS Masseurs-kinésithérapeutes, l'URPS Infirmiers puis l'URPS Sages-femmes.

Elle ne se veut ni punitive, ni directive. Elle cherche à sensibiliser et à montrer la direction vers laquelle les URPS peuvent aller.

En tant qu'élu.e d'URPS, nous avons estimé dans cette commission que nous devrions montrer l'exemple. Notre objectif est d'acculturer les élus aux notions de santé et d'environnement que sont les cobénéfices, l'écoresponsabilité, le concept one Health, la sobriété énergétique …

La notice d'utilisation est donnée à titre indicatif pour vous conseiller sur la bonne application de cette charte. La commission Inter-URPS reviendra vers les URPS pour vous accompagner dans la réalisation des défis.

Chaque geste compte, même le plus petit. Il y a urgence à agir car nous subissons déjà les effets sur la santé des êtres humains et sur la planète.

Nous espérons à travers cette charte écoresponsable Inter-URPS que vous serez acteurs et ambassadeurs d'actions qui permettront de tendre vers une démarche One Health (Une Seule Santé).

Les membres de la commission Inter-URPS Santé et Environnement

NOTICE D'UTILISATION CHARTE ECORESPONSABLE INTER-URPS D'OCCITANIE

Notre charte s'adresse à tous les élus et aux salariés des 10 URPS d'Occitanie avec leur spécificités respectives en termes de taille et de moyens (structurels et humains). Grâce à l'utilisation de cette charte nous espérons que vous serez à l'initiative de ces valeurs.

Les membres de la commission Inter-URPS Santé et Environnement vous accompagneront pour son lancement. Ils vous recommandent, si vous le souhaitez et le pouvez, de choisir un référent dans votre URPS qui sera chargé de:

-faire un bilan de votre situation actuelle en termes de gestes écoresponsables, en amont de l'application de cette charte
-choisir les défis à réaliser
-décider de leur temporalité de réalisation
-sensibiliser les membres de l'URPS
-partager les expériences grâce à l'Inter-URPS

Nous reviendrons vers vous régulièrement pour vous challenger afin de faire émerger les initiatives favorables à la santé et à l'environnement.

A vous de jouer!
" La santé de la planète est le reflet de notre propre santé"

CHARTE ECORESPONSABLE INTER-URPS D'OCCITANIE

Notre système de santé est responsable d'environ 8% des émissions de gaz à effet de serre et participe dans cette mesure au réchauffement climatique. Les activités de soins sont également génératrices de toutes sortes de pollutions. Ces dernières s'exercent de manière directe (déchets, transports des usagers et professionnels…etc) ou indirecte (industries des médicaments, transports des marchandises…etc). L'air, l'eau et les sols sont impactés.

Les effets des dégradations environnementales d'origine humaine impactent l'ensemble du vivant et des écosystèmes. Ces répercussions sur la santé des individus et des populations sont de mieux en mieux documentées : maladies chroniques, cancers, altération de la santé mentale, exposition aux perturbateurs endocriniens, décès liés aux vagues de chaleur, traumatismes, déplacement de population… etc. Chaque jour, nous prenons tous en charge des malades de l'environnement.

Face à ces constats, les dix URPS d'Occitanie prennent la mesure de l'urgence à agir et vous proposent cette charte d'engagement Inter-URPS écoresponsable.

L'objectif de cette charte est d'accompagner les élus et les salariés de vos URPS vers la mise en place de gestes écoresponsables qui permettront de réduire l'impact environnemental des structures URPS. Elle vise aussi à promouvoir la notion de cobénéfices santé-environnement dans nos pratiques en préconisant des changements de comportements bénéfiques à la fois à la santé et à l'environnement, dans le cadre de l'approche une Seule Santé (One Health).

LES ENGAGEMENTS ÉCORESPONSABLES AU SEIN DE NOS URPS

AXE 01 : MOBILITÉS

Objectif visé : réduction de vos émissions de gaz à effets de serre lors de vos déplacements

Les bénéfices de cet objectif seront : la réduction des coûts de déplacements, l'amélioration de votre santé physique et l'augmentation des moments de convivialité et d'échange

✎ **Les moyens à utiliser pour y parvenir :**

- ➔ Pour vos déplacements réguliers favoriser les mobilités actives telle que la marche, l'utilisation du vélo et des transports en commun
- ➔ Pour vos assemblées générales, prioriser le covoiturage avec vos pairs et les transports en commun
- ➔ Pour vos déplacements de représentations et évènementiels privilégier le train, le covoiturage et les transports en commun

💡 **Les défis concrets à mettre en place dans votre URPS :**

- ☐ Créer un support de communication pour rappeler les cobénéfices des mobilités actives sur la santé et partager les bons plans
- ☐ Rendre l'accès possible à la visioconférence pour l'ensemble des réunions

- ☐ A l'approche d'une AG, favoriser au sein de votre URPS une mise en relation des élus pour leur permettre l'organisation du covoiturage. A défaut, proposer l'utilisation d'un site de covoiturage

AXE 02 : GESTION DES MILIEUX INTÉRIEURS

Objectif visé : réduction des dépenses énergétiques et préservation des ressources

Les bénéfices de cet objectif seront : l'amélioration de la qualité de l'air intérieur, de vos échanges humain et l'optimisation de l'efficacité au travail

✎ **Les moyens à utiliser pour y parvenir :**

- ➔ Si possible vérifier la bonne isolation des locaux de l'URPS
- ➔ Veiller à la bonne gestion de l'eau et à l'amélioration de la qualité de l'air intérieur
- ➔ Favoriser un environnement de travail sain

💡 **Les défis concrets à mettre en place dans votre URPS**

- ☐ Réduire le chauffage l'hiver (19°) et la climatisation l'été (26°)
- ☐ Si possible installer des réducteurs de débits et créer des supports de sensibilisation (éteindre les lumières quand on quitte une pièce …)
- ☐ Aérer votre espace de travail chaque jour pendant 10 min
- ☐ Rendre votre espace de travail convivial en y installant des plantes qui favorisent la dépollution de l'air (exs : chlorophytum, aloe vera, palmier bambou…etc)
- ☐ Privilégier des produits non toxiques pour l'entretien de vos locaux

AXE 03: NUMÉRIQUE, BUREAUTIQUE ET MOBILIERS

Objectif visé : réduction des émissions de CO2

Les bénéfices de cet objectif seront : la sensibilisation des salariés URPS aux gestes écoresponsables et l'amélioration du confort sur le poste de travail et des espaces communs

✎ **Les moyens à utiliser pour y parvenir :**

- ➔ Utiliser du mobilier de seconde main et des outils numériques reconditionnés
- ➔ Pratiquer l'hygiène et la sobriété numérique

💡 **Les défis concrets à mettre en place dans votre URPS**

- ☐ Améliorer la gestion raisonnée de sa boîte mail professionnelle en vidant 1 fois par semaine sa corbeille, en limitant les envois de pièces jointes non nécessaires et en veillant à ne pas faire répondre à tous de manière systématique
- ☐ Lors des visioconférences couper votre caméra lorsque ce n'est pas nécessaire ou à défaut réduire la qualité vidéo
- ☐ Imprimer vos documents que si c'est nécessaire

- ☐ Paramétrer vos 10 sites favoris pour éviter les recherches inutiles et privilégier un moteur de recherche écoresponsable

- ☐ Réparer les mobiliers avant d'acheter et si achat nécessaire privilégier un achat écoresponsable

AXE 04: ALIMENTATION

Objectif visé : tendre vers une alimentation plus saine et savoureuse en limitant son impact écologique par une meilleure gestion des déchets alimentaires

Les bénéfices de cet objectif seront : vous accompagner vers une meilleure forme physique et mentale en alliant plaisir et équilibre planétaire dans le cadre de l'approche "One Health"

✎ **Les moyens à utiliser pour y parvenir :**

- ➔ Choisir des filières d'approvisionnement des repas de préférence locales et écoresponsables

- ➔ Diminuer sa consommation de viande en privilégiant une option végétarienne au moins 1 fois par semaine

- ➔ Informer sur les bienfaits d'une alimentation à prédominance végétale

- ➔ Limiter les quantités d'aliments pour réduire le gaspillage alimentaire

💡 **Les défis concrets à mettre en place dans votre URPS**

- ☐ Lors de l'organisation de vos AG, privilégier un traiteur qui propose une option végétarienne et demander à vos élus leur option alimentaire (vegan/végétarienne)

- ☐ Au moins 1 fois par semaine se préparer un repas végétarien (ex: concept lundi vert)

- ☐ Privilégier l'eau en carafe ou l'utilisation d'une gourde en inox ou en verre pour limiter la consommation de bouteilles en plastique

AXE 05: DÉCHETS

Objectif visé: réduire l'impact environnemental des déchets et sensibiliser sur leur gestion

Les bénéfices de cet objectif seront : l'amélioration des pratiques dans le domaine des déchets (de la production au tri) et l'optimisation d'un environnement plus sain

✎ **Les moyens à utiliser pour y parvenir :**

- ➔ Informer de ce qu'est un déchet

- ➔ Systématiser le tri sélectif dans les locaux de l'URPS et rappeler les consignes du tri par des affiches

- ➔ Réduire l'utilisation de tout outil jetable (paille, emballage, vaisselle, papier, bouteille en plastique)

- ➔ Limiter les goodies au strict nécessaire et les rendre optionnels

💡 **Les défis concrets à mettre en place dans votre URPS**

- ☐ Si possible mettre en place un système de bio-compostage sur votre lieu de travail ou à défaut faire appel à un prestataire spécialisé dans la collecte des biodéchets
- ☐ Former vos salariés au tri des biodéchets (ex : expliquer l'utilisation du bac de compostage…etc) et au tri sélectif en affichant des supports d'information
- ☐ S'assurer d'un nombre de poubelles suffisants pour permettre le tri sélectif systématique des autres déchets (papiers, cartons, plastiques, verres)
- ☐ Lors des réunions, AG, forum, favoriser la vaisselle réutilisable (gobelet écocup, lunch box…etc)

AXE 06: BIEN-ÊTRE AU TRAVAIL ET ÉCOLOGIE PERSONNELLE

Objectifs visés : favoriser un cadre de travail cobénéfique à la santé et à l'environnement visant à réduire les risques psychosociaux
favoriser des relations harmonieuses entre élus et/ou salariés pour améliorer la qualité au travail et permettre l'aboutissement des projets

prendre conscience de notre relation à nous même et de notre lien étroit avec l'environnement (écologie personnelle) afin de favoriser notre ouverture au monde et aux autres

Les bénéfices de cet objectif seront : l'amélioration de la santé individuelle et collective au travail, prévenir l'épuisement professionnel, renforcer la cohésion d'équipe, favoriser le sentiment de satisfaction et d'épanouissement

✎ **Les moyens à utiliser pour y parvenir :**

- ➔ Si possible prévoir une demi-journée de sensibilisation avec ses salariés sur les bonnes conduites à tenir devant son poste de travail (prévention des troubles musculo-squelettiques)
- ➔ Pratiquer un management et une communication bienveillants
- ➔ Apporter les ressources nécessaires aux salariés et aux élus pour mener à bien leurs missions
- ➔ Savoir identifier un salarié en souffrance et l'accompagner pour l'aider à s'en sortir (trouver à ses côtés des solutions, par exemple : cibler ses tâches prioritaires pour alléger sa charge de travail)
- ➔ Rappeler l'existence des associations MOTS et SPS (rappel du n°vert) pour les professionnels de santé
- ➔ Aménager des espaces d'échanges pour favoriser la communication, les projets d'équipes et discuter des points sensibles
- ➔ Aménager des espaces de repos et respecter le temps de pause de chacun

💡 **Les défis concrets à mettre en place dans votre URPS**

- ☐ Favoriser la pratique d'une activité physique ou ludique entre collègues (méditation, marcher 30 min pendant la pause déjeuner…etc)

- ☐ Définir au sein de son URPS un référent santé environnement qui veillera à la bonne application de la charte

- ☐ Proposer des formations sur la communication bienveillante à ses salariés/élus (gestion du stress, méditation, ateliers de relaxation…etc)

- ☐ Organiser une activité conviviale après une AG

- ☐ Je m'approprie les recommandations sur la prévention des troubles musculo squelettiques

AXE 07: GESTION DES MILIEUX EXTÉRIEURS

Objectif visé : aménager les espaces extérieurs favorables à la santé et à la biodiversité en prenant en compte les écosystèmes sociétaux et environnementaux qui nous entourent

Les bénéfices de cet objectif seront : améliorer les conditions d'accueil des élus et des salariés dans les locaux de l'URPS, localiser l'URPS au sein d'un environnement et permettre son ouverture vers l'extérieur

✎ **Les moyens à utiliser pour y parvenir :**

- ➔ Intégrer la structure URPS à la vie du quartier en se renseignant sur les structures aux alentours, à la vie communautaire

- ➔ Choisir une entreprise d'entretien espace vert respectueuse des écosystèmes et de la biodiversité

- ➔ Si possible, prévoir un local à vélo (à défaut des râteliers) et/ou des bornes pour voiture électrique

- ➔ Prévoir une zone de compostage

- ➔ Mettre à la disposition des associations locales de quartier qui soutient la biodiversité l'espace extérieur de la structure URPS, pour leur permettre la création d'un potager collectif, la végétalisation de l'espace, l'implantation de ruches … etc

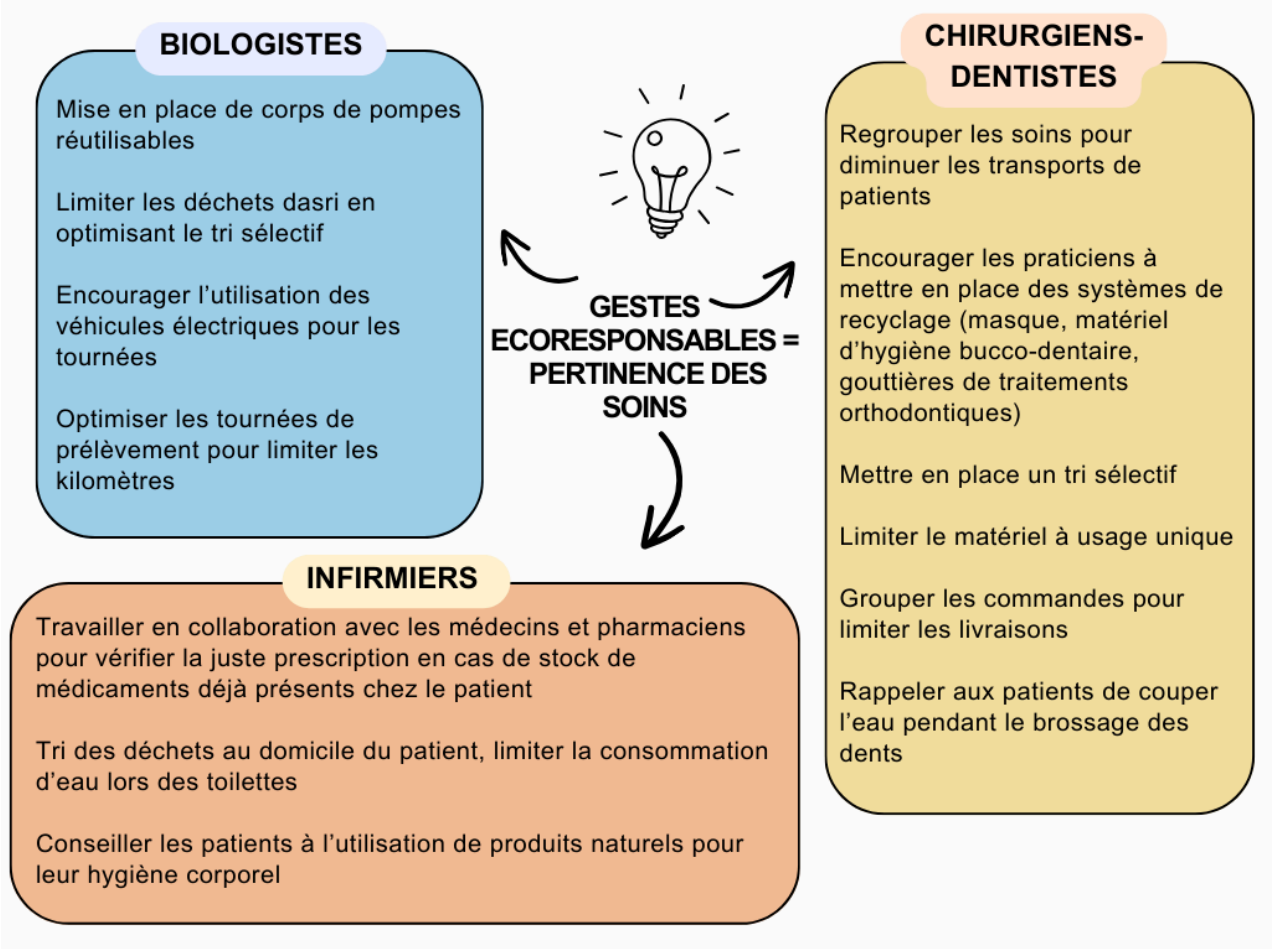
💡 **Les défis concrets à mettre en place dans votre URPS:**

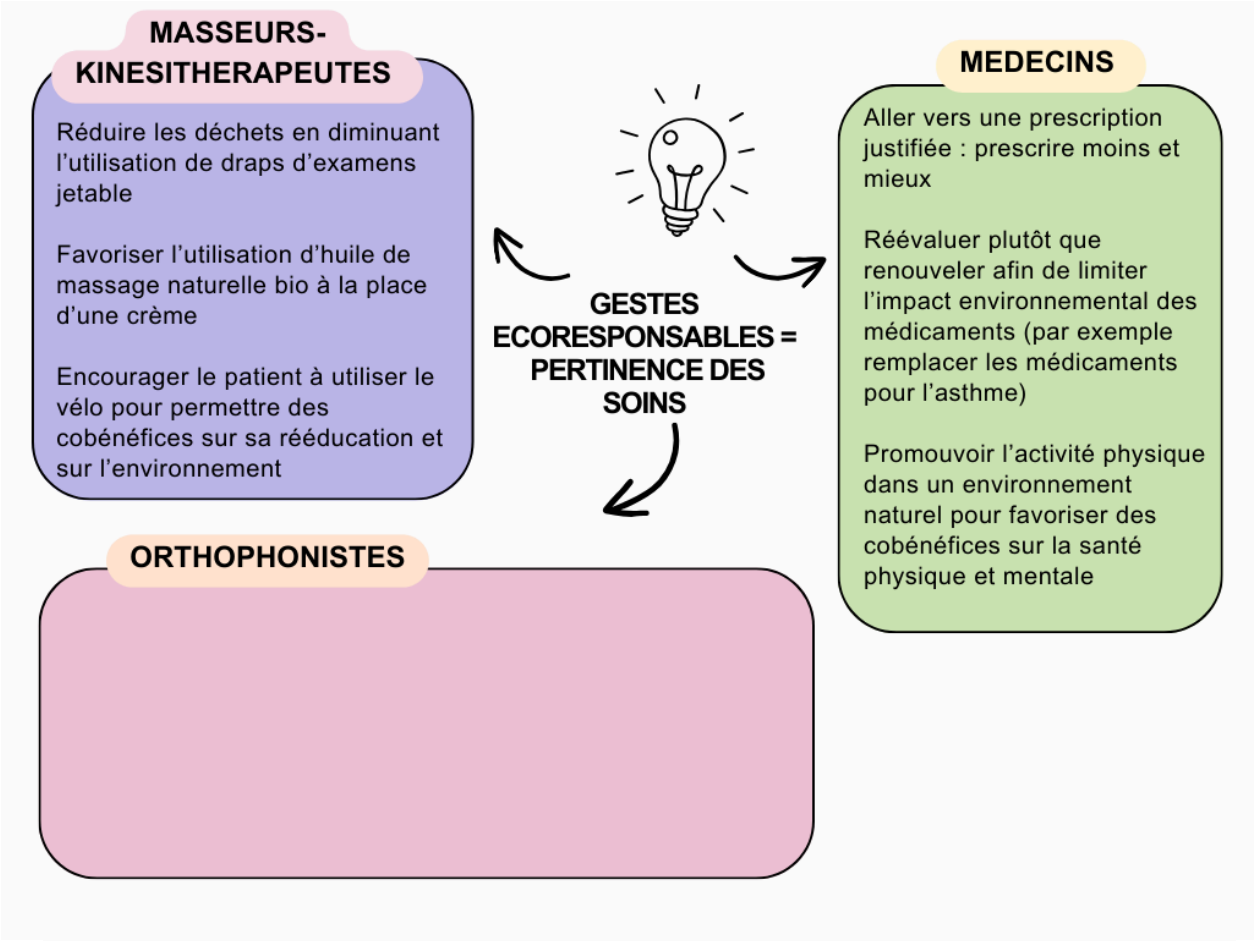
- ☐ Dès que c'est possible favoriser l'économie circulaire et locale (traiteur, imprimeur, entreprise de nettoyage, entretien espace vert, fournisseur d'électricité)

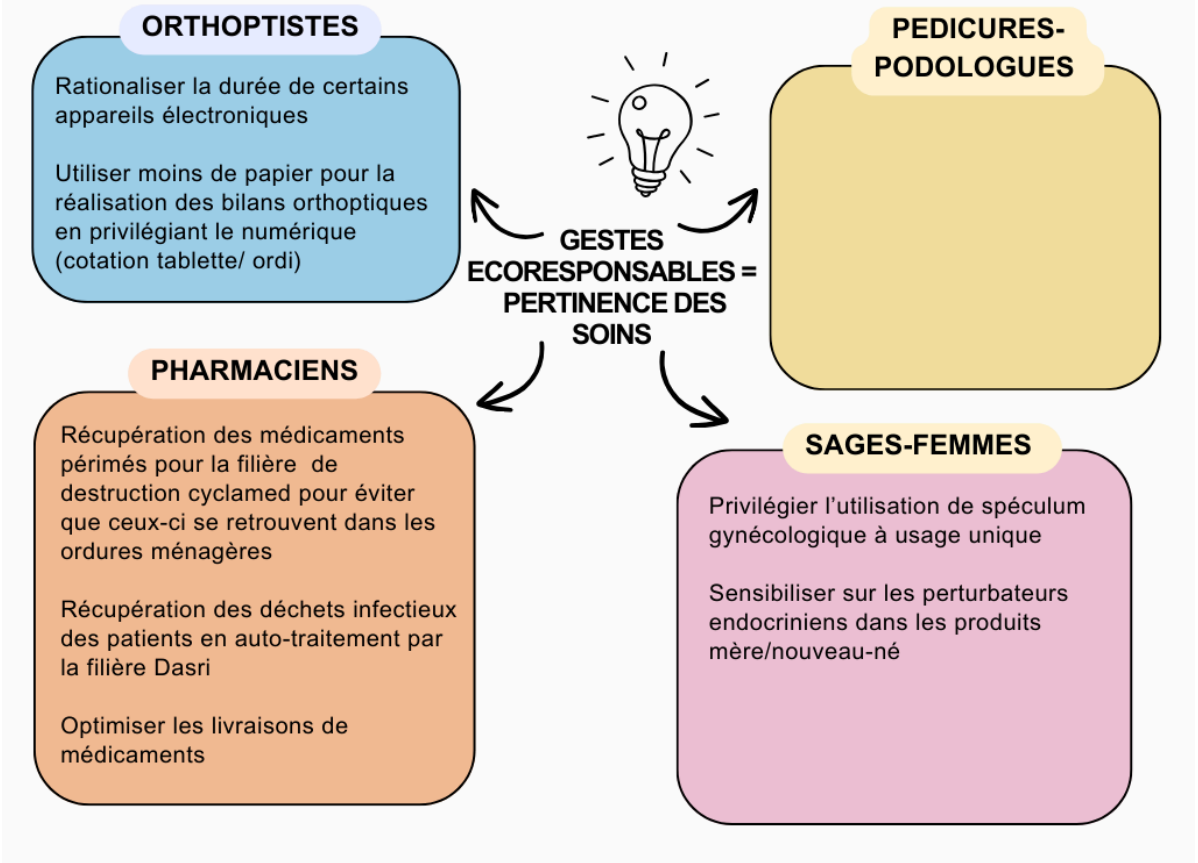
- ☐ Améliorer l'aspect extérieur de votre URPS en le végétalisant

- ☐ Se renseigner sur les associations locales de quartier aux alentours de l'URPS

LES ENGAGEMENTS ÉCORESPONSABLES DANS MA PROFESSION




MASSEURS-KINESITHERAPEUTES
Réduire les déchets en diminuant l'utilisation de draps d'examens jetable
Favoriser l'utilisation d'huile de massage naturelle bio à la place d'une crème
Encourager le patient à utiliser le vélo pour permettre des cobénéfices sur sa rééducation et sur l'environnement
MEDECINS
Aller vers une prescription justifiée : prescrire moins et mieux
Réévaluer plutôt que renouveler afin de limiter l'impact environnemental des médicaments (par exemple remplacer les médicaments pour l'asthme)
Promouvoir l'activité physique dans un environnement naturel pour favoriser des cobénéfices sur la santé physique et mentale
GESTES ECORESPONSABLES = PERTINENCE DES SOINS
ORTHOPHONISTES


ORTHOPTISTES
Rationaliser la durée de certains appareils électroniques
Utiliser moins de papier pour la réalisation des bilans orthoptiques en privilégiant le numérique (cotation tablette/ ordi)
PEDICURES-PODOLOGUES
GESTES ECORESPONSABLES = PERTINENCE DES SOINS
PHARMACIENS
Récupération des médicaments périmés pour la filière de destruction cyclamed pour éviter que ceux-ci se retrouvent dans les ordures ménagères
Récupération des déchets infectieux des patients en auto-traitement par la filière Dasri
Optimiser les livraisons de médicaments
SAGES-FEMMES
Privilégier l'utilisation de spéculum gynécologique à usage unique
Sensibiliser sur les perturbateurs endocriniens dans les produits mère/nouveau-né

RESSOURCES:
Accueil - Agence de la transition écologique (ademe.fr)
Haute Autorité de Santé - La HAS adopte une feuille de route santé-environnement (has-sante.fr)
Décarbonons les Industries de Santé : rapport préparatoire du Shift (theshiftproject.org)
Le PRSE 4 Occitanie - 2023-2028 | Plan Régional Santé Environnement - Occitanie
Pour une alimentation saine et durable - Rapport pour l'Assemblée nationale | France Stratégie (strategie.gouv.fr)
The Shift Project | Le think tank climat-énergie

GLOSSAIRE

↪ **A**

Ademe : Agence de l'environnement et de la maîtrise de l'énergie. Elle est au service de tous les acteurs qui s'engagent et contribuent à la transition écologique.

↪ **B**

Bien-être : État agréable résultant de la satisfaction des besoins du corps et du calme de l'esprit.

Bien-être au travail : sentiment général de satisfaction et d'épanouissement dans et par le travail qui dépasse l'absence d'atteinte à la santé. Il dépend d'une perception personnelle et collective des situations et des contraintes professionnelles. Le sens de ces réalités a pour chacun, des conséquences physiques, psychologiques, émotionnelles et psychosociales, et se traduit par un certain niveau d'efficacité au travail.

Biodiversité: désigne l'ensemble des êtres vivants et des écosystèmes.

↪ **C**

Cobénéfices : Les choix quotidiens et changements clés que les personnes peuvent faire dans leur propre vie conduisent simultanément à un bénéfice pour leur santé et pour celle de l'environnement.

↪ **E**

Eco-conduite : Ensemble de pratiques qui rendent la conduite d'un véhicule à la fois plus économique et plus respectueuse de l'environnement.

Eco-responsabilité : Valeur qui cherche à intégrer des mesures de protection de l'environnement dans ses activités et ses principes. L'éco-responsabilité se définit comme la prise en compte des impacts environnementaux, sociaux et économiques dans les décisions et actions menées par les différents acteurs de la société. Il s'agit donc d'une démarche globale qui invite à repenser nos modes de vie, notre consommation et notre organisation pour préserver les ressources naturelles, réduire notre empreinte écologique et garantir un développement durable et harmonieux pour tous.

Effet de serre: Phénomène naturel qui permet de maintenir des températures propices à la vie sur terre. Cependant, les activités humaines augmentent la concentration de gaz à effet de serre dans l'atmosphère, provoquant un réchauffement climatique.

↪ **G**

Gaz à effet de serre: C'est un gaz qui réémet une partie des rayons solaires, contribuant à la réchauffe climatique. On exprime les émissions de ces gaz en équivalents CO2 et on les classe selon le protocole de Kyoto.

↪ **O**

One Health: Les organismes vivants et les écosystèmes sont interconnectés et la santé des uns dépend de celle des autres. Le concept « One Health » ou « une seule santé » en français, tient compte de ces liens complexes dans une approche globale des enjeux sanitaires. Celle-ci inclut la santé des animaux, des végétaux et des êtres humains, ainsi que les perturbations de l'environnement générées par l'activité humaine. Ce concept, initié au début des années 2000, fait suite à la recrudescence et à l'émergence de maladies infectieuses, en raison notamment de la mondialisation des échanges.

↪ **P**

Perturbateurs endocriniens: Un Perturbateur Endocrinien (PE) est, selon l'OMS, une substance chimique d'origine naturelle ou synthétique, étrangère à l'organisme et susceptible d'interférer avec le fonctionnement du système endocrinien, c'est-à-dire des cellules et de son hôte.

Prescription écoresponsable : approche reposant sur des références scientifiques, respectant la sécurité des soins, dans une vision holistique de prise en charge globale, à l'écoute de l'individu dans son environnement.

Prévention : Ensemble de mesures visant à éviter ou réduire le nombre et la gravité des maladies, des accidents et des handicaps. 3 niveaux de prévention :

- *la prévention primaire,* ensemble des actes visant à diminuer l'incidence d'une maladie dans une population et à réduire les risques d'apparition ; sont ainsi pris en compte la prévention des conduites individuelles à risque comme les risques en terme environnementaux et sociétaux

- *la prévention secondaire,* qui cherche à diminuer la prévalence d'une maladie dans une population et qui recouvre les actions en tout début d'apparition visant à faire disparaître les facteurs de risques

- *la prévention tertiaire* où il importe de diminuer la prévalence des incapacités chroniques ou récidives dans une population et de réduire les complications, invalidités ou rechutes consécutives à la maladie.

↪ **R**

Risques psychosociaux : Eléments qui portent atteinte à l'intégrité physique et à la santé mentale du salarié au sein de son environnement professionnel. Plusieurs types de risques :

- ➔ le stress provenant du sentiment de ne pas atteindre les attentes et exigences demandées
- ➔ les violences internes (conflits majeurs, harcèlement moral ou sexuel)
- ➔ les violences externes
- ➔ le syndrome d'épuisement professionnel

↪ **S**

Santé : Selon l'OMS, c'est un état complet de bien-être physique, mental et social et ne consiste pas seulement en une absence de maladie ou d'infirmité.

Sobriété énergétique : La sobriété énergétique est la diminution des consommations d'énergie par des changements de modes de vie et des transformations sociales. Ce concept politique se traduit notamment par la limitation, à un niveau suffisant, des biens et services, produits et consommés.