

## Sensibilisez vos patients!

Faites part à vos patients de vos efforts pour verdir votre bureau. Donnez-leur l'information et les outils dont ils ont besoin pour faire des changements similaires à la maison ou au travail.

## Sources générales d'information

Collège ontarien des médecins de famille (en anglais)

[www.ocfp.ca](http://www.ocfp.ca)

Collège québécois des médecins de famille

[www.cqmf.qc.ca](http://www.cqmf.qc.ca)

Association canadienne des médecins pour l'environnement (en anglais)

[www.cape.ca](http://www.cape.ca)

Centre canadien pour la prévention de la pollution

[www.c2p2online.com/healthcare](http://www.c2p2online.com/healthcare)

Green Guide for Healthcare

Un guide complet pour réduire l'impact de votre pratique sur l'environnement et sur la santé (en anglais)

[www.gghc.org](http://www.gghc.org)

Hospitals for a Healthy Environment – Comment gérer les déchets biomédicaux qui posent un risque pour la santé, entre autre. (en anglais)

<http://cms.h2e-online.org/ee/hazmat/hazmatconcern/>

Pour brochures et information, svp contactez le Collège ontarien des médecin de famille au [ocfp@cfpc.ca](mailto:ocfp@cfpc.ca). Tél: (416) 867-9646, Téléc: (416) 867-9990

## Une pratique Verte est une pratique saine

Le bureau d'un médecin n'est pas aussi sain que vous pourriez le penser. Un cabinet de médecin renferme plusieurs produits toxiques, comme le mercure et le glutaraldéhyde. Le matériel biomédical en plastique est une source importante de dioxines et de furanes lors de sa fabrication et de son élimination. L'industrie de la santé contribue à la pollution atmosphérique et aux changements climatiques en utilisant des sources d'énergie non renouvelables.



Mais il y a une bonne nouvelle: il existe plusieurs façons pour les médecins d'assainir leur environnement de travail. Prenez quelques instants pour découvrir comment vous pouvez transformer votre cabinet en un lieu plus vert et plus sain pour vous, votre personnel et vos patients. Même si vous ne pouvez pas réaliser toutes ces suggestions, n'oubliez pas que chaque geste compte.

Ce feuillet est publié grâce à la collaboration des partenaires suivants :

- Comité de santé environnementale du Collège ontarien des médecins de famille
- Comité santé et environnement du Collège québécois des médecins de famille
- Association canadienne des médecins pour l'environnement (ACME)

# Des solutions vertes au bureau:

pour une pratique médicale plus saine et plus respectueuse de l'environnement



## 1. Utilisez moins de papier

- Utilisez le verso
- Envisagez de ne faire que des copies électroniques de vos documents
- Faites imprimer vos documents/ photocopies recto verso



## 2. Utilisez du papier écologique

- Fait de plus de 30% de fibres postconsommation et non blanchi au chlore. Du papier contenant jusqu'à 70% de fibres postconsommation est disponible à Montréal : [www.cooplamaisonverte.com](http://www.cooplamaisonverte.com)

## 3. Utilisez de l'équipement réutilisable

- Blouses en tissu
- Spéculum en métal

## 4. Réduisez l'usage du papier et le courrier non sollicité

- Refusez les envois non sollicités des compagnies pharmaceutiques
- Contactez l'Association canadienne du marketing afin d'interrompre les offres de marketing direct non sollicitées par le biais du « Service d'interruption de sollicitation » [www.the-cma.org/](http://www.the-cma.org/) ou 416-391-2362
- Abonnez-vous à la version électronique de vos périodiques



## 5. Utilisez des produits nettoyants et stérilisants non toxiques

- Stérilisant sans glutaraldéhyde

- Autoclavage

## 6. Éliminez progressivement les équipements contenant du mercure

- Remplacez les thermomètres et les sphygmomanomètres au mercure pour des appareils sans mercure
- Visitez le site d'Environnement Canada pour savoir comment se débarrasser du mercure de façon sécuritaire ([www.ec.gc.ca/mercury/fr/md.cfm](http://www.ec.gc.ca/mercury/fr/md.cfm))



## 7. Recherchez les logos d'organismes de certification écologique indépendants sur les produits que vous achetez

Green Seal



Forest Stewardship Council



Le logo du *Forest Stewardship Council* identifie les produits forestiers respectant les normes de bonne gestion forestière.

## 8. Utilisez des matériaux de construction non toxiques

- Peintures à faible contenu en composés organiques volatiles (COV)
- Évitez les tapis; utilisez plutôt le bois, le liège, le bambou ou le linoléum

## 9. Recyclez le papier, le verre, le plastique et l'aluminium



- Installez les bacs de recyclage près de l'endroit où les déchets recyclables sont générés

## 10. Réduisez votre consommation d'énergie

- Recherchez le symbole de haute efficacité *Energy Star* quand vous achetez un appareil électroménager
- À la fermeture de la clinique, éteignez les lumières, les appareils électriques, baissez le chauffage de 4-5 degrés, fermez les ordinateurs et leurs écrans
- Installez des thermostats électroniques, ainsi que des ampoules à faible consommation d'énergie



## 11. Établissez une politique d'économie d'eau

- Réparez les fuites
- Installez des aérateurs sur les robinets

## 12. Transport vert

- Allez travailler en vélo, en autobus, en marchant ou en covoiturant au moins une fois par semaine (et encouragez vos patients à faire de même)
- Choisissez un emplacement pour votre clinique qui soit accessible en transport en commun

## 13. Aménagement paysager écologique

- Éliminez l'usage des pesticides
- Plantez des plantes résistantes à la sécheresse, des plantes indigènes et des arbres pour leur ombre

