

Aspirations environnementales

Penser son installation & faire évoluer son activité

www.med-in-occ.org – Tous droits réservés

Par aspirations environnementales, nous entendons faire émerger vos aspirations, vos priorités, vos valeurs et points de vigilance matière d'environnement, pour les intégrer à votre projet professionnel.

Ce document propose un cadre de lecture, une approche pour éclairer les choix de territoire, d'implantation, de locaux, d'organisation afin de préparer une installation et/ou améliorer son cabinet existant. Il ne donne pas de recommandations sur la pratique médicale.

Pour vous repérer, il se lit comme un chemin en trois temps : **comprendre** pourquoi le sujet vous concerne, **repérer** ce qui compte domaine par domaine, puis **décider** de votre prochaine étape.

I Comprendre : pourquoi mon cabinet est concerné ?

1. Les enjeux environnementaux peuvent éclairer vos choix

Prendre en compte ces enjeux environnementaux lors de la réflexion de votre projet professionnel, permet d'éclairer les choix du projet, d'anticiper leurs conséquences et d'identifier les solutions. Afin que ce soit cohérent avec vos aspirations environnementales, vos priorités projet, les caractéristiques de votre territoire et les possibilités d'évolution de votre projet.

LES ENJEUX	VOS CHOIX
L'utilisation du bâtiment, du cabinet	Votre cabinet et son organisation peuvent avoir des impacts environnementaux fonction : - Des consommations d'énergie et d'eau - Des achats de consommables - Des équipements achetés ou les contrats souscrits - Des déplacements - Des livraisons - Des services numériques - Des déchets
La performance environnementale du bâtiment	Les choix réalisés peuvent engager le projet pour plusieurs années. Les examiner en amont permet de limiter les choix difficiles ou coûteux à modifier par la suite : - Le type de bâtiment : isolation, revêtement, ... - La surface des locaux



- Leur performance énergétique
- L'exposition du bâtiment, du cabinet
- L'environnement du local



Les caractéristiques du territoire peuvent influencer les **conditions de fonctionnement** du cabinet et de son environnement (accès au cabinet, continuité de l'activité) :

- Expositions aux risques naturels
- Les tensions sur l'eau
- Les difficultés de mobilité
- L'isolement ou à la fragilité de certains services



Le projet professionnel est aussi un projet de vie. Intégrer cette dimension permet de rechercher une cohérence entre les aspirations personnelles, professionnelles et environnementales.

- Le logement
- Les temps de trajet
- L'accès à la nature
- Les services autour du cabinet
- La vie collective

Ce que la démarche m'apporte



Prendre en compte ces enjeux c'est un levier que vous choisissez. Selon les choix cela peut se traduire par :

- **Des économies** : charges d'énergie et d'eau maîtrisées, achats et équipements mieux dimensionnés, durée de vie allongée.
- **Un meilleur confort de travail** : locaux plus agréables, organisation moins subie, déplacements mieux pensés.
- **Du sens** : une activité alignée avec vos valeurs et vos priorités.
- **De l'attractivité** : un cabinet plus lisible et plus accueillant, un atout pour recruter et fidéliser une équipe.

2. Trois regards complémentaires

Les aspirations environnementales s'éclairent par **trois regards** complémentaires : le développement durable, la santé planétaire et la transition écologique

Développement durable	Le concept de développement durable cherche un équilibre entre les dimensions environnementales, sociales et économiques. Il ne désigne pas une solution unique ou parfaite : il conduit plutôt à examiner les effets d'un choix dans le temps, les ressources qu'il mobilise, les coûts qu'il génère et les besoins auxquels il répond. Pour un projet professionnel : rechercher une solution utile aujourd'hui, viable dans le temps et cohérente avec les ressources disponibles. Cela peut conduire à regarder autrement la localisation, les locaux, les équipements, les déplacements, les charges, les possibilités de mutualisation ou encore la capacité du projet à évoluer.
Santé planétaire	La santé planétaire rappelle que la santé humaine dépend aussi de la qualité des milieux de vie : climat, air, eau, biodiversité, habitat, mobilités, environnement social et capacité des territoires à rester habitables et fonctionnels Pour un projet professionnel : Dans un projet professionnel, cette approche invite à regarder comment un territoire, un local ou une organisation peuvent soutenir durablement les conditions de travail, l'accessibilité, le confort et l'équilibre de vie. Cela permet de mettre en regard vos aspirations personnelles, professionnelles et environnementales.
Transition écologique	L'écologie étudie les relations entre les êtres vivants et leur environnement. La transition écologique désigne les évolutions concrètes qui permettent de mieux préserver les ressources et de s'adapter aux changements en cours. Pour un projet professionnel : faire évoluer progressivement les choix de locaux, de mobilité, d'équipement et d'organisation, selon ses possibilités et avec les bons partenaires.

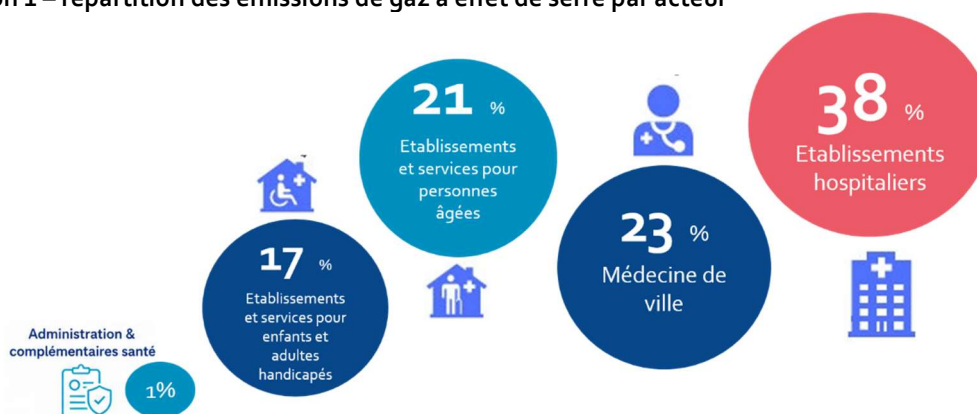
3. Où se situe vraiment l'impact ?

Les activités de santé mobilisent des bâtiments, des équipements, des produits, de l'énergie, de l'eau, des transports et de nombreux services. Une partie de cette empreinte reste peu visible dans le fonctionnement quotidien, car elle se situe en amont ou en aval de l'activité : fabrication des produits, acheminement, maintenance, traitement des déchets ou déplacements des différents acteurs.

Les données présentées donnent des ordres de grandeur permettant de mieux comprendre où se situent les principaux impacts. Ces données ne servent pas à mesurer la responsabilité d'un cabinet. Elles servent à élargir le regard : l'impact environnemental ne se limite pas aux déchets visibles ou à l'électricité consommée sur place.

La médecine de ville représente ici environ 23 % des émissions étudiées. Ce chiffre ne signifie pas qu'un cabinet médical particulier génère à lui seul cette proportion. Il rappelle plutôt que les activités reposent sur un ensemble de bâtiments, de déplacements, d'équipements, de consommations et de services dont les impacts cumulés sont significatifs.

Illustration 1 – répartition des émissions de gaz à effet de serre par acteur



NB : cette répartition ne prend pas en compte les émissions associées aux achats de médicaments et de dispositifs médicaux.

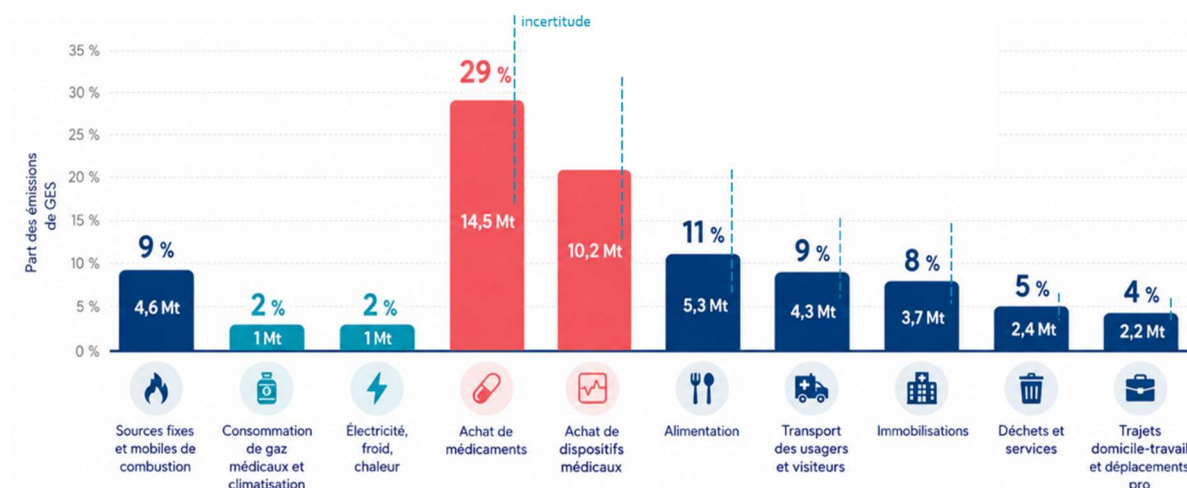
Les émissions de gaz à effet de serre liées à ce qui est acheté et utilisé

La répartition par secteur montre que les principaux postes d'émissions sont notamment :

- Les médicaments
- Les dispositifs médicaux
- Les déplacements des usagers et des professionnels
- Les bâtiments et les immobilisations
- L'alimentation
- Les sources d'énergie
- Les déchets et les services

Une partie importante de l'empreinte est donc **indirecte** : elle ne se produit pas nécessairement dans le cabinet, mais au cours de la fabrication, du transport, de l'utilisation ou de la fin de vie des produits et des équipements.

Illustration 2 – Répartition des émissions de gaz à effet de serre par secteur



4. Les 3 principes pour réduire votre empreinte environnementale

Réduire l'empreinte environnementale d'un cabinet ne signifie pas tout transformer immédiatement. Il s'agit plutôt d'examiner les choix existants et futurs à partir de trois principes simples : **moins, mieux et autrement**.



MOINS

L'objectif n'est pas de se priver, mais de **questionner le besoin** réel d'organisation du cabinet, avant d'acheter, d'aménager ou de consommer. Il peut s'agir de :

- Limiter les surfaces inutilisées
- Éviter le suréquipement
- Réduire les achats ou les stocks surdimensionnés
- Diminuer les déplacements évitables
- Limiter les consommations d'énergie, d'eau et de papier
- Éviter de produire des déchets qui pourraient ne pas l'être



MIEUX

Le choix le moins coûteux au départ n'est pas toujours le plus **pertinent sur plusieurs années**. La durée de vie, les charges, la maintenance et le confort doivent aussi être pris en compte. Cela peut conduire à choisir :

- Un local confortable et moins énergivore
- Des équipements robustes, réparables et correctement dimensionnés
- Des fournisseurs ou prestataires fiables
- Des achats disposant d'une durée de vie plus longue
- Des solutions de tri et de collecte simples
- Des modes de déplacement plus accessibles et mieux organisés



AUTREMENT

Le principe consiste à rechercher une **autre manière** de répondre au besoin et permet d'identifier les acteurs qui disposent du **levier d'action**. Il peut s'agir :

- Mutualiser une salle, un équipement ou un service
- Louer ou réemployer plutôt qu'acheter neuf
- Regrouper certaines commandes ou livraisons
- Partager un secrétariat ou des prestations
- Organiser différemment les déplacements
- Associer le propriétaire, l'équipe, la collectivité ou les partenaires à la recherche de solutions

II Repérer : ce qui compte, domaine par domaine

Les six repères suivants permettent d'identifier des critères à examiner pour intégrer vos aspirations environnementales dans votre activité quotidienne ou vos futurs projets.



1. TERRITOIRE ET VULNERABILITES

Comprendre les caractéristiques du territoire, ses évolutions et les fragilités qui peuvent influencer la vie locale et le fonctionnement d'un projet. Observer les vulnérabilités d'un territoire ne consiste pas à rechercher un territoire « sans risque ». Il s'agit de comprendre les contraintes existantes, d'anticiper leurs conséquences et de vérifier que le projet pourra fonctionner dans des conditions compatibles avec les priorités du médecin.

À REGARDER :

- La croissance, le vieillissement, la variation saisonnière de la population, la pression sur les services, fréquentation du territoire
- Les risques climatiques et environnementaux : chaleur, pollution, risques naturels ou isolement, pollution atmosphérique, sonore ou industrielle
- La fiabilité des réseaux et des services essentiels : électricité, numérique, services de maintenance, filière de collecte de déchets
- La capacité d'adaptation du territoire : aux fortes chaleurs, gestion de l'eau, prévention, aménagement des espaces publics

QUELLES CONSÉQUENCES ?

Vie professionnelle : niveau de dépendance à certains services, continuité du fonctionnement, difficultés d'accès, besoin d'anticipation et de partenariats, travaux ou assurances supplémentaires, besoin de solutions de secours

Vie personnelle : qualité du cadre de vie, exposition aux contraintes climatiques, sentiment de sécurité et capacité à se projeter durablement



2. CADRE DE VIE ET EQUILIBRE PERSONNEL

Vérifier que le territoire et le projet sont compatibles avec vos besoins personnels, familiaux et sociaux. Le logement, les déplacements, la situation familiale et les possibilités de loisirs peuvent influencer directement la stabilité du projet professionnel. Le cadre de vie peut devenir une condition de réussite ou de fragilité de l'installation.

À REGARDER :

- La possibilité réelle de se loger : disponibilité des logements, le coût complet du logement et des déplacements, l'état et les performances énergétiques d'un logement
- Emploi ou projet du conjoint / de la conjointe : télétravail, qualité de connexion, proximité avec la famille ou un réseau de soutien, possibilité d'emploi
- Écoles, modes de garde, commerces, culture, sport et nature
- Les déplacements réguliers : temps de trajet du quotidien, liens sociaux et possibilité de rester plusieurs années

QUELLES CONSÉQUENCES ?

Vie professionnelle : stabilité du projet, disponibilité, fatigue liée aux déplacements et capacité à maintenir une organisation soutenable, difficultés de recrutement ou risque de remise en question du projet

Vie personnelle : équilibre familial, sociabilité, sentiment d'isolement, coût des déplacements, loisirs, sociabilité et envie réelle d'habiter le territoire



3. IMPLANTATION, LOCAUX ET RESILIENCE

Évaluer si la localisation et les locaux sont adaptés aux usages réels, confortables, accessibles et capables d'évoluer dans le temps. Le choix du local est l'une des décisions les plus structurantes du projet. Un local attractif par son prix ou sa disponibilité peut devenir contraignant s'il est surdimensionné, difficile à chauffer, inconfortable en été ou impossible à transformer.

À REGARDER :

- Les déplacements du médecin et de l'équipe, proximité des partenaires, visibilité du cabinet, dépendance à la voiture, accès des habitants
- Surface utile, les besoins immédiats, les évolutions possibles à moyen terme, modularité et possibilités de mutualisation
- Confort thermique, isolation, éclairage, ventilation, qualité acoustique, consommation d'énergie, système de chauffage
- Charges, entretien, travaux nécessaires et d'adaptation, assurances, renouvellement des équipements

QUELLES CONSEQUENCES ?

Vie professionnelle : conditions de travail, charges fixes, continuité d'activité, besoins de travaux et possibilité d'évolution

Vie personnelle : temps passé sur place, temps passé en transport, confort quotidien, proximité du domicile et sérénité face aux aléas.



4. MOBILITES ET ACCESSIBILITE

Le choix d'implantation d'un cabinet génère des déplacements quotidiens : ceux du médecin, de l'équipe, des patients, des partenaires, des fournisseurs et des prestataires. Leur fréquence, leur durée et les moyens de transport disponibles influencent à la fois l'accessibilité du cabinet, son attractivité, son organisation et son empreinte environnementale.

À REGARDER :

- Fréquence et amplitude des transports collectifs, sécurité des acheminements piétons et cyclables, possibilité de stationnement, accessibilité pour les personnes en situation de handicap, âgées
- Dépendance à la voiture et temps de trajet, temps et coût cumulés sur une semaine
- Proximité des partenaires, fournisseurs, prestataires de maintenance, services administratifs
- Possibilités d'optimiser ou de regrouper certains déplacements, livraisons, collectes des déchets

QUELLES CONSEQUENCES ?

Vie professionnelle : ponctualité, organisation, coûts de déplacement, attractivité du lieu et dépendance aux infrastructures.

Vie personnelle : temps de transport, fatigue, autonomie des proches et cohérence avec les habitudes de vie.



5. RESSOURCES, EQUIPEMENTS, NUMERIQUE ET DECHETS

Un cabinet mobilise des locaux, du mobilier, du matériel, des consommables, de l'énergie, de l'eau, des outils numériques et différents prestataires. Une partie de leur empreinte environnementale se situe avant leur arrivée au cabinet (fabrication, transport, conditionnement) ou après leur utilisation, lors de leur collecte et de leur traitement.

À REGARDER :

- Le besoin réel avant l'achat, les livraisons, les stocks
- Etudier les possibilités de mutualisation, de réemploi et le reconditionnement
- Énergie, eau et consommations des locaux
- Matériel, mobilier, maintenance et réparabilité, coût d'entretien ou de remplacement
- Numérique, impressions, stockage, outils adaptés aux besoins réels
- Gestion des déchets courants, emballages, consommables d'impression et gestion des DASRI (déchets d'activité de soins à risques infectieux) : filière dédiée, contrat d'enlèvement, tri à la source et volumes réels, déchet emblématique du cabinet.

QUELLES CONSEQUENCES ?

Vie professionnelle : coûts d'achats et de fonctionnement, temps consacré à la gestion, encombrement, fiabilité du matériel, dépendance à des consommables ou prestataires.

Vie personnelle : cohérence avec ses valeurs et priorités, charge mentale, confort d'usage et sentiment de maîtriser le fonctionnement plutôt que subir l'organisation matérielle.



6. ÉCOSYSTEME LOCAL ET FONCTIONNEMENT COLLECTIF

Repérer les personnes, structures et services qui peuvent accueillir, soutenir, sécuriser ou faire évoluer le projet. L'objectif est donc de repérer qui peut accueillir, soutenir, sécuriser ou faire évoluer le projet, mais aussi de vérifier la réalité des coopérations annoncées. Un collectif n'est pas nécessairement favorable parce qu'il est très structuré. Il peut également générer des réunions, des contraintes ou des attentes qui ne correspondent pas au projet du médecin.

À REGARDER :

- L'accueil réservé au projet : aide, mise en relation, interlocuteur identifié
- Les dynamismes professionnels existantes, les attentes du collectif
- Secrétariat et services partagés, relais pendant les absences, partage de certaines ressources
- Soutien concret de la commune ou de l'intercommunalité : aménagement des accès et du stationnement, accompagnement administratif du projet
- Interlocuteurs identifiés, qualité de l'accueil et possibilités de coopération

QUELLES CONSEQUENCES ?

Vie professionnelle : réduction ou aggravation de l'isolement, partage de la charge d'organisation, accès à des ressources partagées et capacité à résoudre les difficultés.

Vie personnelle : sentiment d'intégration, confiance dans le projet, qualité des relations, sécurité du projet et possibilité de construire une vie locale et durable sur le territoire.

III Décider : ma prochaine étape

Pour lire un projet d'installation ou d'amélioration, sans chercher la perfection mais en gardant les bons repères, ces cinq questions permettent de passer d'une intention générale à des critères concrets, puis à des informations à rechercher, à la répartition des leviers et enfin à une prochaine étape réaliste.



1. Qu'est ce qui compte réellement pour moi, pour mon cabinet ?

Cette question aide à distinguer une préférence, une priorité, et une condition importante du projet. Les priorités varient selon les personnes, les territoires et le moment. Par exemple :

- Limiter les temps de trajet
- Trouver un local déjà existant et facile à faire évoluer
- Réduire les charges énergétiques
- Travailler dans un collectif
- Avoir accès à un cadre de vie compatible avec la vie familiale
- Limiter les achats inutiles ou la dépendance à certains prestataires

2. Quelles conséquences ce choix peut-il avoir sur ma vie professionnelle et personnelle?

Regarder au-delà de l'avantage immédiat afin de repérer les conséquences visibles et moins visibles d'un choix avant qu'il ne devienne difficile à corriger.

Un choix ne produit pas d'effet que sur l'environnement. Il retentit sur votre travail, sur votre vie personnelle, et sur votre projet dans le territoire. Voici ces effets regroupés selon ces trois sphères.

 VIE PROFESSIONNELLE	 VIE PERSONNELLE	 PROJET ET TERRITOIRE
▪ Conditions de travail et confort dans les locaux ▪ Charges, maintenance et durée de vie des équipements ▪ Facilité d'accès et organisation des déplacements ▪ Dépendance à certains fournisseurs ou services ▪ Capacité du cabinet à fonctionner lors de fortes chaleurs ou de tensions locales	▪ Temps de trajet et dépendance à la voiture ▪ Logement, emploi du conjoint ou de la conjointe, écoles et services ▪ Qualité du cadre de vie et accès à la nature ▪ Équilibre entre activité, famille et vie sociale ▪ Capacité à se projeter durablement sur le territoire	▪ Attractivité et cohérence globale du projet ▪ Accessibilité du cabinet pour les habitants ▪ Possibilités de mutualisation et de coopération locale ▪ Adaptation aux vulnérabilités du territoire ▪ Mobilisation des acteurs qui disposent réellement des leviers d'action

3. Quelles informations me manquent pour décider ?

Éviter de décider trop vite ou sur des impressions incomplètes. Certaines informations sont souvent absentes au départ : consommations d'énergie du local, confort réel en période chaude, coûts de travaux, accessibilité concrète, qualité des transports, disponibilité d'un logement, fréquence des livraisons ou des collectes, engagement réel du propriétaire ou de la collectivité.

Cette question transforme un doute en besoin d'information : **où la trouver, qui peut la fournir**, si elle existe déjà, si elle doit être mesurée ou vérifiée sur place.

4. Qui dispose du levier d'action : moi, mon équipe, le propriétaire, un partenaire ou la collectivité... ?



5. Quelle est la prochaine étape la plus utile et la plus réaliste ?

La dernière question permet d'éviter deux écueils :

- Vouloir tout traiter en même temps
- Rester au niveau de l'intention sans passer à une action concrète

La bonne prochaine étape n'est pas forcément une transformation majeure. Cela peut être simplement :

- Demander un document manquant
- Vérifier une donnée
- Poser une question au propriétaire
- Visiter le local à un autre moment de la journée
- Comparer deux options
- Tester une solution de mutualisation
- Commencer par une amélioration simple avant d'envisager une action plus lourde

Cette question permet de faire émerger une logique d'avancement progressive :

- Je clarifie
- Je vérifie
- Je priorise
- J'agis là où c'est possible
- Je programme le reste

Elle aide aussi à rester cohérent avec les moyens disponibles, le calendrier et le niveau de maîtrise réel.

Essentiel



Cette **boussole environnementale de projet** peut vous aider à :

- Mettre de l'ordre dans les sujets
- Repérer les informations indispensables
- Distinguer les priorités des envies
- Ne pas porter seul les sujets collectifs
- Passer d'une réflexion générale à un plan d'action progressif

Le bon projet n'est pas un projet parfait. C'est un projet éclairé, cohérent avec vos priorités, adapté à votre territoire et capable d'évoluer progressivement.

Mots clés : #EmpreinteCarbone, #DéveloppementDurable, #EfficacitéÉnergétique, #moncabinetecoresponsable