



**Guide
pour pauses-café
et événements
ÉCORESPONSABLES
au 490**

(version H2020)

Pour toute question, commentaire, veuillez nous contacter : comite-vert@ete.inrs.ca



Vers une pause-café zéro déchet !

Pour réduire le plus possible l'utilisation de formats individuels et de plastiques à usage unique, nous vous recommandons d'utiliser lors de vos prochaines pauses-café :



Created by Graphic Tigers
from Noun Project

- ➔ Café préparé dans une cafetière* ou acheté d'un fournisseur dans un contenant réutilisable**
- ➔ Tasses*
- ➔ Sucrier* rempli avec du sucre en sac ou en vrac**
- ➔ Lait/crème grand format en carton ou dans une bouteille réutilisable** (penser à avoir un *icepack* ou de la glace si hors du frigo pour une longue période).
- ➔ Bâtonnets en bois, pâtes alimentaires ou cuillères de métal*
- ➔ Carafes* et verres*

* Voir **Ressources au 490 en Annexe 1**

** Voir **Fournisseurs près du 490 en Annexe 2**



Organisation d'un événement écoresponsable

Pour organiser un événement (atelier, colloque, etc.) écoresponsable, plusieurs aspects doivent être pris en compte :



Created by GreenLab from Noun Project

Documents et correspondance



Created by Pika from Noun Project

Eau, boissons et cocktails



Created by Pika from Noun Project

Transport



Created by Arfan Khan Kamol from Noun Project

Repas



Created by GreenLab from Noun Project

Objets promotionnels



Created by GreenLab from Noun Project

Documents et correspondance

Tentez de réduire le plus possible l'impression de documents en :

- fournissant à l'avance tous les documents requis (programme, etc.) aux participants via courriel ou diverses plateformes électroniques de partage.
- limitant le nombre d'impressions couleurs et en imprimant recto-verso.
- concevant des outils réutilisables pour plusieurs de vos événements (ex.: affiches de bienvenue et panneaux de signalisation sans date).
- empruntant des pochettes de cocardes à la bibliothèque et en les récupérant par la suite pour réutilisation future.



Transport

- ➔ Encouragez vos participants à venir à votre événement en transport en commun ou en covoiturant. Il y a également des supports à vélo disponibles.
- ➔ Faites aussi valoir que le 490 est situé près de la gare de train et d'autobus de Québec.
- ➔ Si vous organisez un colloque d'au moins deux jours pour plus de 75 participants, vous pouvez acheter des [laissez-passer Événement du RTC](#).



Objets promotionnels

- ➔ Nous vous recommandons fortement de ne pas donner d'objets promotionnels à vos participants (ex. : crayons, blocs notes, sacs, etc.). Que vous le vouliez ou non, la majorité finiront rapidement à la poubelle ou seront oubliés sur place par les participants.

Si vous choisissez tout de même de le faire, choisissez des objets **utiles, durables et de très bonne qualité** (ex. : tasses ou bouteilles d'eau).



Eau, boissons et cocktails

Le 490 est maintenant un espace sans bouteille d'eau à usage unique

- ➔ Invitez d'avance vos participants à apporter leurs bouteilles réutilisables.
- ➔ Fournissez carafes* et verres* aux conférenciers.
- ➔ Pour les gros événements, vous pouvez utiliser un distributeur d'eau* (contenant de 5 gallons avec pompe manuelle) et des verres*
- ➔ Pour les repas et les cocktails, prévoyez des verres* et des coupes* réutilisables ou demandez les à votre traiteur

* Voir **Ressources au 490 en Annexe 1**

** Voir **Fournisseurs près du 490 en Annexe 2**





Repas

Créé par Michel Rueland
Vers Beau-Pré

Tentez de réduire le plus possible l'utilisation de formats individuels et de plastiques à usage unique :

- ➔ en optant pour un buffet (demandez alors à votre traiteur de ne pas avoir de vaisselle ni d'emballages jetables) ou pour des boîtes à lunch zéro déchet**
- ➔ en utilisant de la vaisselle réutilisable (assiettes, verres, ustensiles)*
- ➔ en achetant des canettes et des breuvages en grands formats
- ➔ en disposant d'une station de recyclage/triage bien identifiée contenant :
 - une poubelle
 - un grand bac de recyclage
 - un bac pour les canettes
 - un seau pour les liquides

Nous suggérons fortement d'avoir un ou deux bénévoles assignés à cette station de recyclage/triage pour en favoriser l'utilisation optimale.

Il est important de bien planifier cet aspect, car les locaux sont rarement munis de bacs bleus de taille suffisante.

Pensez à calculer consciencieusement les quantités de nourriture requises pour éviter tout gaspillage et à donner les restants à un organisme de charité, par vous-même (sugg. [Maison Lauberivière](#) ou [Entraide Agapé](#)) ou via votre traiteur.

Si vous choisissez de laisser les restants dans les frigos du 3^e étage, il est important de bien les emballer et d'envoyer un courriel à tous pour aviser que de la nourriture est disponible et indiquer dans quel frigo. Enfin, pensez à retourner ramasser ce qui restera après une certaine période afin de ne pas le laisser pourrir au frigo.

* Voir **Ressources au 490 en Annexe 1**

** Voir **Fournisseurs près du 490 en Annexe 2**



Annexe 1

Ressources au 490

Voici ce que vous pouvez emprunter gratuitement au 490, pensez à réserver d'avance!



Created by Graphic Lines from Hour Project

Nécessaire pour pauses-café

Disponible auprès de la bibliothèque :

- Cafetières filtre 12 tasses (2)
- Cafetière de type percolateur 50 tasses (1)
- Tasses réutilisables (~40)
- Sucrier (1)
- Bouilloires (2)

Près d'une centaine de tasses en libre service sont également disponibles près des cafetières payantes dans l'ensemble du bâtiment.

Il est possible de les utiliser pour un événement en contactant d'avance le comité (comite-vert@ete.inrs.ca).



Created by Linx from Hour Project

Vaisselle et autres contenants

Disponible auprès de la bibliothèque :

- Verres à vin réutilisables en plastique (~60)
- Plateaux, bols et ustensiles de service
- Carafes (4)
- Distributeur d'eau grand format (1)

Disponible auprès de l'association étudiante (AECETE), les contacter pour emprunt : aecete@ete.inrs.ca

- Assiettes (~50), bols (~10)
- Grands plateaux (15), plateaux à fromage (20), en osier (10)
- Coupes à vin en verre (~80)
- Carafes (3)
- Distributeur à jus grand format

Annexe 1

Ressources au 490

(suite)



Created by Popular
from Noun Project

Salon des professeurs (salle 5413)*

Capacité de la salle : 28 chaises, 14 tables

Pour réserver : contacter Suzanne Dussault
(poste 2592, suzanne.dussault@ete.inrs.ca)

- **Café** : 3 cafetières filtre 12 tasses, 3 distributeurs de café d'environ 20 tasses, 2 autres distributeurs de café plus petits
- **Vaisselle** : assiettes (petites et grandes), bols (petits et grands) et ustensiles pour une trentaine de personnes; tasses, verres et coupes pour une vingtaine de personnes; bols et ustensiles de service
- **Autres** : 2 carafes pour eau et 2 bouilloires
- **Cuisinette tout équipée** : frigo, four, micro-ondes, lave-vaisselle

* Le matériel disponible dans le salon des professeurs ne peut pas sortir de la salle. Il doit être utilisé **sur place seulement** à l'exception des cafetières et distributeurs de café qui peuvent être empruntés auprès de Suzanne Dussault.

Annexe 2

Fournisseurs près du 490



Created by Action Place
from ReAct Project

Épicerie en vrac

Haricot magique (506, rue Saint-François Est, près de l'église Saint-Roch)

- Sucre en vrac, lait dans une bouteille en consigne
- Galettes (réserver une semaine à l'avance)



Created by Action Place
from ReAct Project

Pauses-café

Café l'Ascenseur (situé en bas de l'ascenseur qui monte en haute ville)

- Café et viennoiseries sur commande (- 20 pers. : quelques jours d'avance; 20-50 pers : une semaine)
- Aller chercher ou demander une livraison
- Contact : Marion Gatinois, 581-777-8233, ascenseur.cafe@gmail.com

Boîte à pain (289, rue Saint-Joseph Est)

- Viennoiseries sur commande (apporter vos contenants réutilisables)

Café Van Houtte

- Commande par courriel 2 jours à l'avance (au plus tard la veille)
- Quantité : 10 à 200 tasses
- Ils livrent et reviennent chercher le contenant
- Contact : Sébastien Girard, 418 930-4947, seb.girard@hotmail.com



Created by Action Place
from ReAct Project

Boîtes à lunch zéro déchet

Fastoche

- Tous les plats sont réutilisables et ils reviennent les chercher
- Choix : (sandwich, soupe/salade, dessert) ou (salade repas, dessert)
- Livraison à vélo ou en voiture électrique
- Appelez et recevez votre commande le jour même

N.B. Ils offrent également un service de traiteur, mais pas nécessairement zéro déchet, voir avec eux s'il est possible de réduire les emballages jetables.

Café l'Ascenseur (voir autres infos ci-dessus)

- Repas de type boîte à lunch (entrée, salade, dessert) dans des contenants réutilisables et paninis dans un emballage réduit
- Commande quelques jours d'avance (- 20 pers) ou une sem. (20-50 pers)