



2022  
2023

Service d'éducation  
environnementale



Environnement  
Jeunesse



## Sommaire

Cette brochure présente les activités du Service d'éducation environnementale d'ENvironnement JEUnesse.

Pour la rentrée 2022-2023, plusieurs partenaires ont également accepté d'offrir des activités à rabais\* aux milieux de l'éducation (CPE, écoles, cégeps, etc.) et aux organismes à but non lucratif membres d'ENvironnement JEUnesse pour 3 ans.

[enjeu.qc.ca/education](https://enjeu.qc.ca/education)  
Information 514-252-3016



*\*Notez que les frais de transport sont en sus.*

Préscolaire et  
primaire  
pp. 30, 32, 34 et 36

Secondaire  
pp. 6, 8, 16, 18, 20,  
24, 26, 30, 34, 36,  
38, 40, et 42

Niveau collégial  
pp. 6, 8, 10, 12, 14,  
16, 17, 20, 22, 24,  
26, 28, 30, 34, 36,  
38, 40 et 42

Mode et mode de  
vie  
pp. 24 et 38

Engagement  
écocitoyen p. 6

Alimentation et  
agriculture  
pp. 20, 22, 32 et 36

Je cherche... par niveau ou  
par thématique !

Événement  
écoresponsable  
p. 28

Zéro déchet  
pp. 8, 10, 12, 14, 30,  
34, 36 et 40

Ateliers de  
discussion  
pp. 38, 40 et 42

Grand public  
pp. 8, 10, 12, 14, 16,  
18, 20, 22, 24, 28,  
30, 34, 36, 38, 40 et  
42

Jeunes engagées et  
engagés  
pp. 6

  
Offre  
numérique

Recyclage et  
compostage  
pp. 16, 32 et 42

Efficacité  
énergétique,  
obsolescence et  
sobriété numérique  
pp. 18 et 26





CONFÉRENCE



## Le pouvoir écocitoyen : comment passer à l'action ?

Par où commencer pour s'impliquer en environnement ? Et comment mener un projet ?

La conférence permet aux jeunes de visualiser les étapes, les obstacles et les victoires qui surviennent lorsqu'on s'implique dans des projets écocitoyens. Elle outille les jeunes vers une action climatique forte et une transformation profonde de nos modes de vie. La conférence comprend une marche à suivre et des conseils pour démarrer un projet concret dans sa collectivité, en plus d'exemples inspirants d'actions menées par des jeunes.

Par *Élise Guerrero* et *Marianne Renauld Robitaille*,  
ENvironnement JEUnesse

Public cible  
Jeunes de  
15 à 29 ans,  
secondaire et  
collégial

Capacité  
15 à 30  
personnes

Durée  
60 à 90  
minutes

Tarif\*  
**Gratuit pour  
les membres**

\*Le nombre de  
conférences et  
d'ateliers gratuits  
pour l'année 2022-  
2023 est limité.





Crédit photo : Mélissa de La Fontaine

**incita**  
coop-conseil  
zéro déchet

CONFÉRENCE



## Tendre vers le zéro déchet

La conférence vise à présenter des trucs et astuces sur la consommation et le mouvement zéro déchet.

En 2013, Mélissa adoptait pour la première fois une résolution du Jour de l'an, celle de tendre vers un mode de vie zéro déchet. Lors de sa conférence, elle racontera les hauts et les bas de cette belle aventure des dernières années : ses succès et ses échecs, ses bons et ses mauvais coups. Sans prétendre détenir la recette ultime du zéro déchet, elle partagera ses trucs et astuces ainsi que ses réflexions sur notre façon de (sur)consommer.

*Par Mélissa de La Fontaine, Incita*

Public cible  
Secondaire,  
niveau  
collégial et  
grand public

Capacité  
Variable

Durée  
45 à 90  
minutes

Tarif  
À partir de  
375 \$ + tx  
membre



CONFÉRENCE



## Au-delà du zéro déchet

La conférence vise à présenter une réflexion allant au-delà des actions individuelles pour proposer des solutions collectives.

Suite au succès de sa première conférence Tendre vers le zéro déchet, Mélissa propose la suite logique : Au-delà du zéro déchet. Depuis ses débuts au sein du mouvement, Mélissa ne cesse de pousser sa réflexion plus loin et de remettre en question les structures dans lesquelles nous vivons. Lors de cette conférence, elle proposera des réflexions et des discussions qui mèneront vers des solutions individuelles et collectives. L'objectif ? Nous diriger collectivement vers un meilleur équilibre et, qui sait, un plus haut niveau de bonheur !

*Par Mélissa de La Fontaine, Incita*

Public cible  
Niveau  
collégial et  
grand public

Capacité  
Variable

Durée  
45 à 90  
minutes

Tarif  
À partir de  
375 \$ + tx  
membre

  
coop-conseil  
zéro déchet





CONFÉRENCE



## Le zéro déchet déculpabilisant

La conférence vise à simplifier le mode de vie zéro déchet avec des exemples et des astuces concrètes, y compris pour les familles.

Beaucoup de personnes associent le mode de vie zéro déchet à la complexité. Cette conférence a pour but de démystifier ce mode de vie. Au travers d'exemples puisés dans son parcours, Laure Caillot vous montre que le zéro déchet est loin d'être une quête de la perfection. Une de ses règles préférées dans ce mode de vie est « Déculpabilisez ! ».

Et si vous franchissiez le pas pour changer vos habitudes en adoptant un geste à la fois ?

*Par Laure Caillot, Incita*

Public cible  
Niveau  
collégial et  
grand public

Capacité  
Variable

Durée  
45 à 60  
minutes

Tarif  
À partir de  
375 \$ + tx  
membre

  
coop-conseil  
zéro déchet



Crédit photo : Eco photo par freepik

**incita**  
coop-conseil  
zéro déchet

## CONFÉRENCE



# Démystifier le zéro déchet

La conférence vise à déconstruire les mythes tenaces entourant le mode de vie zéro déchet.

« Moi, je n'ai pas le temps. Oui, mais ça coûte trop cher. Moi, je n'ai pas envie de me priver... »

Les mythes entourant le zéro déchet sont tenaces. Souvent, on pense qu'adopter ce mode de vie signifie un changement radical de nos habitudes et une privation. Dans cette conférence, Laure Caillot vous montre que le zéro déchet ne nécessite pas de devenir une personne experte du *do it yourself* ou DIY et que l'on peut intégrer de nouvelles habitudes beaucoup plus facilement qu'on ne le pense.

Par Laure Caillot, Incita

Public cible  
Niveau  
collégial et  
grand public

Capacité  
Variable

Durée  
45 à 60  
minutes

Tarif  
À partir de  
375 \$ + tx  
membre





Crédit photo : Mélissa de La Fontaine



## CONFÉRENCE



# Démystifier le recyclage

Cette conférence vise à répondre à vos questions sur le recyclage et à développer votre esprit critique pour prendre des décisions éclairées.

Le recyclage ! Un sujet sans fond à propos duquel on peut discuter longtemps. Certaines personnes diront que ça ne sert à rien de recycler alors que d'autres en font leur geste écologique par excellence ! Qu'en est-il vraiment de notre système de recyclage ?

Cette conférence vous aide à mieux comprendre les mythes et les enjeux en lien avec cet aspect important de notre quotidien et ainsi, vous permettre de faire de meilleurs choix pour l'environnement.

*Par Mélissa de La Fontaine, Incita*

Public cible  
2<sup>e</sup> cycle du  
secondaire,  
niveau  
collégial et  
grand public

Capacité  
Variable

Durée  
45 à 90  
minutes

Tarif  
À partir de  
375 \$ + tx  
membre



Crédit photo : Mélissa de La Fontaine

**incita**  
coop-conseil  
zéro déchet

## CONFÉRENCE



# Déjouer l'obsolescence

Cette conférence vise à mieux comprendre l'obsolescence et à découvrir des moyens d'action à votre portée.

Qui n'a jamais fait face à un cas d'obsolescence ? Un appareil qui semble étrangement rendre l'âme le lendemain de la fin de la garantie. Un cellulaire en parfait état qui ne semble plus répondre à l'appel. Et ce nouveau chandail dernier cri qu'on s'achète malgré notre garde-robe remplie !

Dans cette conférence, vous avez l'occasion de mieux comprendre les multiples facettes de l'obsolescence et de découvrir les moyens qui sont à notre portée pour faire partie de la solution.

*Par Mélissa de La Fontaine, Incita*

Public cible  
2<sup>e</sup> cycle du  
secondaire,  
niveau  
collégial et  
grand public

Capacité  
Variable

Durée  
45 à 90  
minutes

Tarif  
À partir de  
375 \$ + tx  
membre



Crédit photo : Mélissa de La Fontaine

CONFÉRENCE



## Déjouer le gaspillage alimentaire

Cette conférence présente des astuces pour réduire le gaspillage alimentaire à la maison.

Chaque année, près du tiers des aliments produits mondialement est gaspillé ! Quels sont les impacts sur la planète ? Comment éviter le gaspillage alimentaire ?

Cette conférence propose des trucs et astuces, des recettes anti-gaspillage et des méthodes de conservation des aliments pour réduire le gaspillage de la nourriture à la maison.

*Par Geneviève Albert ou Mélissa de La Fontaine, Incita*

Public cible  
2<sup>e</sup> cycle du  
secondaire,  
niveau  
collégial et  
grand public

Capacité  
Variable

Durée  
45 à 90  
minutes

Tarif  
À partir de  
375 \$ + tx  
membre

  
coop-conseil  
zéro déchet





Crédit photo : Mélissa de La Fontaine

## CONFÉRENCE



# Alimentation durable

Cette conférence présente de grands principes pour une alimentation plus durable.

Si manger est un besoin vital individuel, c'est aussi un enjeu environnemental collectif et maintenant, mondial... En suivant quatre grands principes, il est possible de se nourrir à plus faible impact.

Cette conférence a comme objectif de proposer de meilleurs choix d'aliments en fonction de notre lieu de résidence, de notre budget et des saisons. Le bonus ? C'est délicieux !

*Par Geneviève Albert, Incita*

Public cible  
Niveau  
collégial et  
grand public

Capacité  
Variable

Durée  
45 à 90  
minutes

Tarif  
À partir de  
375 \$ + tx  
membre

  
coop-conseil  
zéro déchet



## FORMATION



# En Mode Agir

Quels sont les impacts de l'industrie de la mode ? Et ses solutions ?

La formation vise à fournir un cadre d'analyse critique permettant de faire des choix responsables en matière de consommation de vêtements en approfondissant les impacts environnementaux et sociaux liés aux différentes étapes du cycle de vie des vêtements et en mettant de l'avant des solutions applicables au quotidien.

Compétences : Compréhension des impacts environnementaux et sociaux de l'industrie de la mode, capacité à différencier les impacts selon le type de fibre textile et capacité à faire des choix plus responsables en matière de vêtements.

*Par le Réseau des femmes en environnement*

Public cible  
2e cycle du  
secondaire  
et niveau  
collégial

Capacité  
Variable

Durée  
1 à 2 heures

Tarif  
275 \$ + tx  
membre



réseau femmes  
environnement



## FORMATION



# Sobriété numérique

La sobriété numérique, c'est quoi ? Comment ça s'applique ?

La formation permet de se sensibiliser aux enjeux du numérique et de comprendre le concept de sobriété numérique. Elle aborde les enjeux environnementaux du numérique, le fonctionnement d'Internet, l'impacts des activités virtuelles et les actions plus écoresponsables dans diverses activités numériques.

Compétences : Capacité à questionner ses habitudes liées au numérique et à appliquer des gestes au quotidien pour diminuer son empreinte numérique.

*Par le Réseau des femmes en environnement*

Public cible  
2e cycle du  
secondaire  
et niveau  
collégial

Capacité  
Variable

Durée  
1 à 2 heures

Tarif  
275 \$ + tx  
membre



réseau femmes  
environnement





## FORMATION



# Organiser un événement écoresponsable

Comment organiser un événement écoresponsable ?  
Quels sont les différents volets à considérer ?

Cette formation permet de sensibiliser et d'outiller les personnes ayant à organiser des événements, petits ou grands, afin qu'elles puissent y appliquer les principes d'écoresponsabilité à différents volets comme l'alimentation, le transport des participants, la gestion des matières résiduelles, la communication, l'utilisation de l'énergie et de l'eau, l'accessibilité et bien d'autres.

*Par le Conseil québécois des événements écoresponsables*

Public cible  
Niveau  
collégial et  
grand public

Capacité  
Variable

Durée  
1 à 3 heures

Tarif  
Entre 375 \$  
et 600 \$ + tx  
membre





Crédit photo : Food photo par freepik

## CONFÉRENCE



# La boîte à lunch zéro déchet

Cette conférence présente des astuces pour un lunch zéro déchet à l'année.

Le recyclage n'est pas la seule façon d'agir en faveur de l'environnement. Afin de diminuer le nombre de sacs à ordures, il faut s'attaquer à la source du problème : réduire la quantité de déchets produits !

Pensez aux 4R pour l'heure du dîner : refuser, réduire, réutiliser et revaloriser. Que vous soyez une personne curieuse ou initiée, cette conférence permet de découvrir et échanger des trucs et des bonnes pratiques afin de préparer des lunches zéro déchet toute l'année.

*Par Geneviève Albert, Incita*

Public cible  
Enfants,  
secondaire,  
niveau  
collégial et  
grand public

Capacité  
Variable

Durée  
45 à 90  
minutes

Tarif  
À partir de  
375 \$ + tx  
membre

  
coop-conseil  
zéro déchet



## ACTIVITÉS POUR LES ENFANTS



### **Les 4R : Refuser, réduire, réutiliser, revaloriser**

« Est-ce que ça va à la poubelle, au recyclage ou au compostage ? » Une question souvent posée devant une matière à disposer. Venez démystifier la gestion des matières résiduelles à travers le jeu du tri, les 4R et le long parcours d'une fourchette en plastique.

### **Les semis de légumes**

« Comment faire pousser une semence ? Comment grandit-elle ? » Cette activité permet de connaître les parties comestibles des plantes et des légumes que l'on mange. Poussent-ils sous la terre ou à la surface du sol ? Ensemble, nous apprendrons à planter une semence et faire grandir le plant dans un pot personnalisé et décoré !

Public cible  
Enfants,  
préscolaire et  
primaire

Capacité  
Variable

Durée  
45 à 90  
minutes

Tarif  
À partir de  
325 \$ + tx  
membre

  
coop-conseil  
zéro déchet





## ATELIERS PRATIQUES AVEC INCITA



### Baumes corporels

L'atelier sur les baumes corporels est tout indiqué pour s'initier aux rudiments de la fabrication. À partir du baume de base, il est possible de décliner plusieurs produits utiles au quotidien. Venez découvrir les ingrédients naturels utilisés et les étapes à suivre pour facilement le refaire à la maison.

### Produits ménagers

L'atelier de fabrication de produits ménagers aborde la présence de substances toxiques dans les produits nettoyants et permet de fabriquer des produits ménagers. L'activité permet de fabriquer jusqu'à trois produits ménagers : produit tout usage, pour fenêtre et miroirs et désodorisant maison.

Public cible  
Primaire,  
secondaire,  
collégial et  
grand public

Capacité  
Variable

Durée  
45 à 90  
minutes

Tarif  
À partir de  
325 \$ + 5-15 \$  
par pers. + tx  
membre

  
coop-conseil  
zéro déchet



## ATELIERS PRATIQUES AVEC INCITA



### Déodorants

L'idée de fabriquer son déodorant naturel peut susciter certaines appréhensions. L'atelier vise donc à démystifier les étapes de la fabrication et à comprendre les propriétés des ingrédients. Trois types de déodorants seront élaborés afin de répondre aux besoins spécifiques de chaque personne au fil des saisons.

### Pousses et germinations

Comment faire ses pousses et germinations à la maison ? Rien de plus simple ! Apprendre les rudiments de la production de petites verdure à travers deux techniques faciles et productives. Dans cet atelier, découvrez la simplicité de la production de pousses et de germinations à la maison, pour une verdure fraîche à l'année.

Public cible  
Primaire,  
secondaire,  
collégial et  
grand public

Capacité  
Variable

Durée  
45 à 90  
minutes

Tarif  
À partir de  
325 \$ + 5-15 \$  
par pers. + tx  
membre

  
coop-conseil  
zéro déchet



## ATELIER DE DISCUSSION



### **La consommation responsable : Enjeux, bienfaits, défis et solutions**

Comment réduire l'impact environnemental de notre alimentation ? Pourquoi tendre vers un mode de vie plus minimaliste ? Pourquoi et comment délaissier l'utilisation de la voiture solo ?

Dans cet atelier participatif, nous vous proposons d'échanger et de discuter en groupe de certains enjeux entourant la consommation responsable et nos modes de vie.

L'animatrice sera présente pour alimenter les discussions, accompagner les conversations et enrichir les réflexions qui émergeront des groupes de participantes et de participants.

*Par Mélissa de La Fontaine, Incita*

Public cible  
2<sup>e</sup> cycle du  
secondaire,  
collégial et  
grand public

Capacité  
Variable

Durée  
60 à 90  
minutes

Tarif  
À partir de  
375 \$ + tx  
membre

  
coop-conseil  
zéro déchet





## ATELIER DE DISCUSSION



### **Au-delà du zéro déchet : Économie et structure sociale**

Quels sont les impacts de l'économie sur nos vies ? Pourquoi avons-nous tendance à suivre des chemins similaires tout au long de nos vies ? Est-ce nécessaire de s'offrir des cadeaux à nos fêtes ?

Dans cet atelier participatif, nous vous proposons d'échanger et de discuter en groupe sur certains enjeux structureaux de nos vies afin de les remettre en question.

L'animatrice sera présente pour alimenter les discussions, accompagner les conversations et enrichir les réflexions qui émergeront des groupes de participantes et de participants.

*Par Mélissa de La Fontaine, Incita*

Public cible  
2<sup>e</sup> cycle du  
secondaire,  
collégial et  
grand public

Capacité  
Variable

Durée  
60 à 90  
minutes

Tarif  
À partir de  
375 \$ + tx  
membre



## ATELIER DE DISCUSSION



### **Compostage domestique et lombricompostage**

Votre municipalité n'offre pas la collecte de résidus alimentaires ? Vous voulez produire vous-même un amendement riche sans émission de gaz à effet de serre ?

Il est possible de composter soi-même les matières organiques grâce au compostage domestique et au lombricompostage.

Cet atelier vise à démystifier les techniques de bases du compostage à la maison ou à l'école.

*Par Geneviève Albert, Incita*

Public cible  
2<sup>e</sup> cycle du  
secondaire,  
collégial et  
grand public

Capacité  
Variable

Durée  
45 à 75  
minutes

Tarif  
À partir de  
375 \$ + tx  
membre

  
coop-conseil  
zéro déchet



# À propos d'ENvironnement JEUnesse

Créé en 1979, ENvironnement JEUnesse (ENJEU) est un organisme d'éducation relative à l'environnement qui vise à conscientiser les jeunes du Québec aux enjeux environnementaux, les outiller à travers ses projets éducatifs et les inciter à agir dans leur milieu. ENvironnement JEUnesse est un réseau qui valorise le développement de l'esprit critique et qui donne la parole à la jeunesse engagée afin qu'elle fasse connaître ses préoccupations, ses positions et ses solutions concernant les enjeux environnementaux actuels.

[enjeu.qc.ca/education](http://enjeu.qc.ca/education)  
Information 514-252-3016

## Incita • coop-conseil zéro déchet


Incita est une coopérative proposant des services-conseil stratégiques zéro déchet, ainsi que des conférences et des animations autour du zéro déchet.

[incita.ca](http://incita.ca)

## Réseau des femmes en environnement

Sa mission est de créer et de promouvoir des actions novatrices et de fournir un espace de dialogue aux femmes afin d'améliorer la qualité de l'environnement, la santé et le bien-être.

[rqfe.org](http://rqfe.org)



**ENvironnement JEUnesse**

3000, rue Omer Lavallée  
Bureau 122  
Montréal (Québec) H1Y 3R8

[enjeu.qc.ca/education](http://enjeu.qc.ca/education)

Information **514-252-3016**  
[infoenjeu@enjeu.qc.ca](mailto:infoenjeu@enjeu.qc.ca)

