



2024  
2025

Service d'éducation  
environnementale



Environnement  
Jeunesse



## Sommaire

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

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 l'année 2024-2025.

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



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

Préscolaire et  
primaire  
pp. 25, 27, 29

Secondaire  
pp. 7, 11, 13, 15, 23,  
27, 29, 35, 39, 41

Niveau collégial  
pp. 7, 9, 11, 13, 15,  
17, 23, 27, 29, 31,  
33, 35, 37, 39, 41

Mode et mode de  
vie  
pp. 33, 35, 37

Biodiversité et climat  
39

Alimentation et  
agriculture  
pp. 15, 17, 25, 29

Je cherche... par niveau ou  
par thématique !

Zéro déchet  
pp. 7, 9, 23, 27, 29,  
31

Ateliers de  
discussion  
pp. 31, 33, 35, 37

Grand public  
pp. 7, 9, 11, 13, 15,  
17, 25, 29, 31, 33, 35,  
37, 39

  
Offre  
numérique

Recyclage et  
compostage  
pp. 11, 25, 31

Efficacité  
énergétique,  
obsolescence et  
sobriété numérique  
pp. 13

Écoresponsabilité  
pp. 19, 21



Crédit photo : Mélissa de La Fontaine

**incita**

coop-conseil  
**zéro déchet**

CONFÉRENCE



## Tendre vers le zéro déchet

En 2013, pour la première fois de sa vie, Mélissa adoptait une résolution du jour de l'an, celle de tendre vers un mode de vie zéro déchet.

Lors de sa conférence, elle raconte les hauts et les bas des dernières années de cette belle aventure : ses succès et ses échecs, ses bons et ses mauvais coups. Sans prétendre détenir la recette ultime du zéro déchet, elle partage 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  
450 \$ + 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  
450 \$ + tx  
membre

  
coop-conseil  
zéro déchet



Crédit photo : Mélissa de La Fontaine

CONFÉRENCE



## Démystifier le recyclage

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 permet de faire de meilleurs choix pour l'environnement.

*Par Aurore Courtieux-Boinot, 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  
450 \$ + tx  
membre

  
**incita**  
coop-conseil  
zéro déchet



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  
450 \$ + tx  
membre



Crédit photo : Mélissa de La Fontaine

CONFÉRENCE



## Déjouer le gaspillage alimentaire

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 outils, des plans de recettes anti-gaspillage et des méthodes de conservation des aliments pour réduire le gaspillage alimentaire 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  
450 \$ + 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  
450 \$ + tx  
membre

  
**incita**

coop-conseil  
**zéro déchet**



## FORMATION



# L'écoresponsabilité au travail

Cette formation participative vise à outiller les membres de votre personnel en approfondissant leurs connaissances sur les pratiques écoresponsables au travail. La formation est articulée en différents points, en abordant pour chaque thématique les enjeux et les solutions : les déplacements, la gestion des matières résiduelles, l'empreinte du numérique et l'effort collectif. Sous l'angle du renforcement des capacités, les personnes participantes auront accès à des pistes de solution pour amorcer des changements dans leurs habitudes et pratiques.

Objectifs de la formation : mieux comprendre notre impact sur l'environnement, identifier des actions et des solutions pour amorcer une transition écologique, démystifier les enjeux environnementaux et les bonnes pratiques.

Thématiques abordées : gaz à effet de serre, mobilité, gestion des matières résiduelles, réduction à la source, sobriété numérique, consommation, mobilisation citoyenne.

*Par Geneviève Albert, Incita*

Public cible  
Membres du  
personnel

Capacité  
Variable

Durée  
1 h 30

Tarif  
À partir de  
450 \$ + tx  
membre

  
incita

coop-conseil  
zéro déchet



Crédit photo : Eco photo par freepik

**incita**  
coop-conseil  
zéro déchet

## FORMATION



# L'écoresponsabilité au cœur des CPE

Cette formation vise à outiller les équipes des centres de la petite enfance afin d'intégrer des gestes écoresponsables dans leur quotidien.

Objectifs de la formation :

- Sensibiliser aux enjeux environnementaux ;
- Outiller les équipes afin de développer leur autonomie à bien comprendre et appliquer les meilleures pratiques écoresponsables;
- Offrir une formation déculpabilisante et mobilisatrice pour un impact positif, concret et pérenne.

Cette formation aura donc un impact à la fois sur les pratiques internes du CPE, en plus d'influencer les pratiques à la maison des grandes et des petites personnes !

Par Geneviève Albert, Incita

Public cible  
Équipe du  
CPE

Capacité  
Variable

Durée  
1 heure

Tarif  
À partir de  
450 \$ + 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  
450 \$ + tx  
membre

  
**incita**  
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  
450 \$ + tx  
membre

The logo for 'incita' features the word in a lowercase, sans-serif font. Above the letter 'i' is a horizontal orange line with a small circle at its right end.

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

Connaissez-vous les ingrédients qui se retrouvent dans votre produit nettoyant préféré ? Les substances toxiques sont souvent plus présentes que vous ne le croyez. La fabrication de produits maison, naturels et non-toxiques est une alternative sans danger, facile, ludique et économique ! Apprenez à fabriquer jusqu'à trois produits ménagers : un produit tout usage, un nettoyant pour fenêtres et miroirs et un désodorisant maison.

Public cible  
Primaire,  
secondaire,  
collégial et  
grand public

Capacité  
Variable

Durée  
45 à 90  
minutes

Tarif  
À partir de  
450 \$ + 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  
450 \$ + tx  
membre

incita

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  
450 \$ + tx  
membre

  
**incita**

coop-conseil  
**zéro déchet**



**incita**  
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  
Niveau  
collégial et  
grand public

Capacité  
Variable

Durée  
60 à 90  
minutes

Tarif  
À partir de  
450 \$ + 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  
450 \$ + tx  
membre

  
**incita**

coop-conseil  
**zéro déchet**



## ATELIER DE DISCUSSION



### Mieux gérer nos matières résiduelles

« 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 la maison, au bureau ou à l'école, à travers le tri des matières et les 4R : refuser, réduire, réutiliser et revaloriser.

*Par Geneviève Albert, Incita*

Public cible  
Niveau  
collégial et  
grand public

Capacité  
Variable

Durée  
45 à 75  
minutes

Tarif  
À partir de  
450 \$ + tx  
membre

  
**incita**  
coop-conseil  
zéro déchet



**ATELIERS**  
POUR LA  
**BIODIVERSITÉ**

## ATELIER



### Fresque de la biodiversité

La Fresque de la biodiversité est un atelier ludique, scientifique et collaboratif qui permet de découvrir l'aspect systémique de l'érosion de la biodiversité : ce qu'elle est, ce qu'elle permet et ce qui la dégrade.

L'atelier se divise en trois parties:

- Comprendre ce qu'est un écosystème et comment nous pouvons le perturber ;
- Comprendre les grands concepts liés à la biodiversité, tels que présentés dans les rapports de l'IPBES ;
- Échanger et réfléchir collectivement à des pistes de solutions.

Bien que l'atelier soit généralement animé par l'une de nos personnes facilitatrices, il est possible de suivre une formation afin de le devenir.

*Cet atelier est offert par Ateliers pour la biodiversité et a été créé par Géraldine Vuillier, Geoffrey Vuillier, Charles Sirot et Deloitte*

Public cible  
Niveau  
secondaire,  
collégial,  
membres du  
personnel et  
grand public

Capacité  
Variable

Durée  
2 ou 3 heures

Tarif  
À partir de  
650 \$ + tx  
membre



## ATELIER



### **Mobilisation jeunesse** Historique et étapes de mobilisation

Dans un monde en pleine crise environnementale et sociale, les élèves et personnes étudiantes du Québec sont parfois désemparées et sans outil face à l'énormité des enjeux. Cet atelier-discussion a pour but de donner du pouvoir aux jeunes en se réappropriant leur capacité de mobilisation et en s'outillant afin d'organiser des actions collectives.

L'atelier se divise en trois parties :

- échange sur la connaissance des mots « militantes » / « militants » ou « mobilisation » afin d'offrir une définition simple de l'action collective ;
- Revue historique de plusieurs mobilisations jeunesse ayant changé le cours des choses au Québec comme ailleurs ;
- Mise en situation d'une mobilisation à partir du vécu des jeunes dans la classe et des enjeux qui les concernent.

Public cible  
Niveau  
secondaire et  
collégial

Capacité  
Variable

Durée  
1 heure

Tarif  
À discuter  
selon les  
capacités  
financières

*Cet atelier est offert par Quentin Lehmann et Dalie  
Lauzon-Vallières*

# 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 des projets éducatifs et les inciter à agir dans leurs milieux respectifs. 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)  
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 en lien avec la transition écologique.

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

## Ateliers pour la biodiversité

Ateliers pour la biodiversité est un organisme sans but lucratif qui conçoit et organise des ateliers pour sensibiliser à la valeur et aux enjeux de la biodiversité et pour aider les organisations à mieux intégrer la biodiversité dans leurs décisions.

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

## Quentin Lehmann et Dalie Lauzon-Vallières

Ces deux personnes militantes pour la justice climatique et professionnelles de la transition socio-écologique, souhaitent donner aux jeunes du Québec, les pouvoirs qui leur reviennent afin de les outiller face aux crises de notre époque.



**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)



**Environnement  
Jeunesse**