

pour ma santé JE VERDIS! pour mon milieu de vie



EN ÉTÉ LA VILLE SUFFOQUE !

La minéralisation des villes (asphalte, briques, goudron) fait que les températures ont tendance à être plus élevées de 2 à 8 °C qu'à la campagne. La température peut varier de plusieurs degrés qu'un quartier à l'autre et même à l'intérieur d'un quartier. C'est ce que l'on appelle les **ÎLOTS DE CHALEUR URBAINS**.

LA CIRCULATION AUTOMOBILE ET LES ACTIVITÉS INDUSTRIELLES PARTICIPIENT AUSSI AU PHÉNOMÈNE DES ÎLOTS DE CHALEUR.



LES ÉPISODES DE CANTICULE AUGMENTENT EN TEMPÉRATURE ET EN FRÉQUENCE DANS LES VILLES.

L'ASPHALTE DOMINE À MONTRÉAL !

LA VILLE LA PLUS DENSE AU QUÉBEC.

EN 2005, 80% DE LA SURFACE DU TERRITOIRE ÉTAIT CONSTRUITE OU ASPHALTÉE.

UNE PÉRTE D'ESPACES NATURELS D'ENVIRON 3000 HECTARES DEPUIS 1986, C'EST 14 FOIS LE PARC DU MONT-ROYAL !

L'ASPHALTE, UN DES PLUS PUISSANTS ACCUMULATEURS DE CHALEUR

Les matériaux de construction utilisés pour les routes, les trottoirs, les toits, les stationnements et les murs des bâtiments absorbent beaucoup la chaleur qui est ensuite renvoyée dans l'air, surtout durant la nuit.

QUAND L'ENVIRONNEMENT ÉTOUFFE, LA SANTÉ EN PREND UN COUP !

PLUS IL FAIT CHAUD, PLUS IL Y A :

- ✓ d'épisodes de smog et de journées de mauvaise qualité de l'air ;
- ✓ de composés organiques volatils dans l'air (ex. vapeurs de tuyaux d'échappement et de peintures à base de solvants) ;
- ✓ de pollens dans l'air, responsables des allergies.

La chaleur accablante¹ a des impacts sur la santé physique et psychologique ainsi que sur la qualité de vie de la population :

- ✓ source de stress ;
- ✓ augmentation du taux d'hospitalisation ;
- ✓ augmentation de la mortalité chez les personnes âgées souffrant de maladies chroniques.

¹ Environnement Canada émet un avis de chaleur accablante lorsqu'il prévoit des températures égales ou supérieures à 30 °C et un indice humidex égal ou excédant 40.

LA CHALEUR EN VILLE EST PLUS DANGEREUSE POUR :

- ✓ les jeunes enfants de moins de 4 ans ;
- ✓ les personnes âgées ;
- ✓ les personnes souffrant de maladies chroniques ;
- ✓ les personnes pratiquant des activités physiques à l'extérieur (travailleurs manuels, sportifs).

MONTRÉAL C'EST AUSSI

Des toits verts accessibles sur le Regroupement de Lachine et le Palais des congrès.

Un projet d'agriculture urbaine sur le toit de la Téluc (Télé-université) par Alternatives et le Santropol roulant.

Un toit réfléchissant au pavillon Lassonde de l'École Polytechnique de Montréal.

POUR EN SAVOIR PLUS

- ✓ Politique de l'arbre (2005) et Plan d'action canopée (2012-2021) de l'agglomération de Montréal
- ✓ INSPQ. Mesures de lutte aux îlots de chaleur urbains(2009). http://www.inspq.qc.ca/pdf/publications/988_MesuresIlotsChaleur.pdf
- ✓ Qualité de l'air à Montréal. rsqa.qc.ca
- ✓ Fondation canadienne de l'arbre. tcf-fca.ca
- ✓ Le guide de plantation d'arbres d'Arbres Canada. treecanada.ca/fr/ressources/publications/un-guide-de-plantation-darbres/
- ✓ Plantes grimpantes : une solution rafraîchissante. ecologieurbaine.net/plantes-grimpantes
- ✓ Agriculture urbaine : Alternatives et le Santropol Roulant. (514) 286-5115. rooftopgardens.ca
- ✓ Toits réfléchissants : Association des maîtres couvreurs du Québec. (450) 973-2322. amcq.qc.ca
- ✓ Bénéfices des toits verts : ecologieurbaine.net/benefices-toits-verts
- ✓ Projets de verdissement : Votre éco-quartier (coordonnées disponibles au 311)
- ✓ Jardins communautaires et collectifs : Votre arrondissement (coordonnées disponibles à www.ville.montreal.qc.ca ou au 311)



G R A M E
Groupe de recherche appliquée en macroécologie

Membre fondateur de l'éco-bâtiment du
Regroupement de Lachine

735, rue Notre-Dame
Lachine, Montréal (QC) H8S 2B5
(514) 634-7205
info@grame.org
www.grame.org



CONSEIL RÉGIONAL
ENVIRONNEMENT
MONTRÉAL
Membre fondateur de la
Maison du Développement Durable

50, rue Sainte-Catherine Ouest
Montréal (QC) H2X 3V4
(514) 842-2890
info@cremtl.qc.ca
www.cremtl.qc.ca

Ce dépliant a été réalisé en s'inspirant du dépliant produit par le Conseil régional de l'environnement de Montréal (CRE-Montréal) en 2005 dans le cadre de son projet de lutte aux îlots de chaleur urbains. Il a été révisé, adapté et traduit en anglais en 2013 par le Groupe de recherche appliquée en macroécologie (GRAME).

Ce projet a été réalisé avec l'appui financier du gouvernement du Canada agissant par l'entremise du ministère fédéral de l'Environnement.

Une solution : VERDIR SON MILIEU DE VIE !

VERDIR C'EST ...

- ✓ Rafraîchir son environnement ;
- ✓ Créer de l'ombre qui protège du soleil ;
- ✓ Améliorer la qualité de l'air et fixer les polluants (métaux lourds, poussières, CO₂) grâce aux feuilles et aux racines ;
- ✓ Accroître l'absorption des eaux de pluie afin d'éviter les débordements des égouts qui polluent les rives par temps de grosses averses ;
- ✓ Embellir son milieu ;
- ✓ Diminuer le stress ;
- ✓ Réduire les coûts de consommation d'énergie (climatisation et chauffage) ;
- ✓ Accroître la valeur foncière de la propriété.

EN MOYENNE, UN ARBRE ADULTE

- ✓ Abaisse la température de l'air (effet de plusieurs climatiseurs durant l'été) ;
- ✓ Fournit les besoins quotidiens en oxygène pour 4 personnes ;
- ✓ Purifie l'air en captant les poussières et les polluants atmosphériques (dont une grande quantité de CO₂) ;
- ✓ Prélève dans le sol et incorpore dans son bois une quantité de métaux lourds néfastes pour la santé (ex. : plomb, cadmium, etc.) ;
- ✓ Atténue le bruit ambiant ;
- ✓ Masque les odeurs désagréables ;
- ✓ Diminue la vitesse des vents ;
- ✓ Cache l'éclairage des réverbères et des voitures.

L'AIR D'UNE RUE BORDÉE D'ARBRES CONTIENDRAIT DE 3 À 7 FOIS MOINS DE POUSSIÈRES QUE L'AIR D'UNE RUE SANS ARBRE.
LE COUVERT ARBORESCENT PEUT INTERCEPTER DE 7 À 22% DES EAUX DE PLUIE.

LES TRUCS POUR AGIR !



UTILISER DES MATÉRIAUX RÉFLÉCHISSANTS DE COULEUR PÂLE !

Les surfaces foncées (comme les toits noirs) absorbent beaucoup plus de chaleur que les surfaces blanches, qui reflètent les rayons du soleil. Les surfaces noires ou foncées peuvent être plus chaudes de 21 °C que les surfaces de couleur pâle.

Remplacer les surfaces foncées (cours privées, stationnements et devantures des maisons) par des surfaces claires qui n'emmagasinent pas de chaleur. Par exemple, le béton réfléchit plus les rayons solaires que l'asphalte.

LE TOIT DEVIENT RÉFLÉCHISSANT

Sur un toit traditionnel, on peut aménager une membrane élastomère recouverte d'un enduit réfléchissant ou encore recouvrir le toit de petits cailloux blancs.

Les avantages

- ✓ Ces toits sont 50 à 60% plus frais que les toits conventionnels.
- ✓ Les rayons solaires dégradent l'asphalte. L'aménagement d'un toit réfléchissant prolonge la durée de vie des toits de 30 à 50%.

ET POURQUOI PAS UN TOIT VERT ?

Un toit vert est un espace muni de plusieurs membranes imperméables et isolantes qui permettent d'installer une couche de terre où pousseront des végétaux (plantes, arbres).

Un toit vert:

- ✓ climatise naturellement en été ;
- ✓ accroît l'efficacité énergétique du bâtiment en été et isole en hiver ;
- ✓ absorbe en moyenne 75% des eaux de pluie reçues ;
- ✓ offre des espaces de verdure supplémentaires ;
- ✓ atténue le bruit ;
- ✓ retarde la propagation du feu lors des incendies ;
- ✓ prolonge la durée de vie des toits.

UNE JOURNÉE OÙ LA TEMPÉRATURE EXTÉRIEURE ATTEINT 35 °C, UN TOIT TRADITIONNEL PEUT ATTEINDRE 70 °C ALORS QUE LE TOIT VERT NE DÉPASSE PAS 25 OU 30 °C.

PLANTER DES ARBRES, DES ARBUSTES ET DES VÉGÉTAUX

LE BON ARBRE AU BON ENDROIT

- ✓ Prévoir la hauteur de l'arbre à maturité et son déploiement.
- ✓ Vérifier la présence de fils électriques et autres installations publiques. Téléphoner à Info-excavation, service gratuit au 1 800 663-9228.
- ✓ Planter des arbres adaptés au milieu urbain. Il existe des espèces dites indigènes qui se retrouvent naturellement dans la région montréalaise : Sorbier, Tilleul d'Amérique, Épinette, Chêne, Thuya occidental, Noyer cendré, Amélanancier, Micocoulier occidental, Cerisier, Orme d'Amérique, Saule et Pin.
- ✓ Planter des conifères au nord de son terrain (ou de la maison) pour se protéger des vents en hiver et des feuillus au sud pour faire un écran solaire en été, tout en permettant l'ensoleillement en hiver.

LA VIGNE ET LES PLANTES GRIMPANTES SUR LES MURS, LES CLÔTURES OU LES BALCONS

La vigne grimpante croît assez rapidement (de 2 à 3 mètres par année) et demande peu d'entretien. La vigne absorbe la pollution de la circulation automobile, offre de la fraîcheur à l'intérieur de la maison en été et embellit le milieu de vie.

Ce n'est qu'un mythe!

Contrairement à la croyance populaire, les racines des arbres :

- ✓ Ne percent pas les tuyaux d'égouts ;
- ✓ Ne soulèvent pas les trottoirs ;
- ✓ N'abîment pas les fondations ;
- ✓ Ne causent pas de fissures aux résidences.

Les vignes ne causent aucun dommage aux murs des bâtiments, s'ils sont en bon état.

PARTICIPER AUX PROJETS DE VERDISSEMENT DE VOTRE QUARTIER

- ✓ des projets de plantation d'arbres et d'aménagement dans les ruelles, les cours d'écoles et les milieux de travail ;
- ✓ des résidants qui se regroupent pour verdir et entretenir leur milieu de vie.

Alors sensibilisez vos voisins, vos collègues et amis!