

# GR

# AM

# E

*Des collectivités  
résilientes dans un  
environnement sain  
et durable*

Groupe de  
recommandations  
et d'actions  
pour un meilleur  
environnement



## GRAME

## ACTIVITÉS OFFERTES PAR LE GRAME

## 2023 - 2024

Groupe de recommandations et d'actions pour un meilleur environnement (GRAME)  
735, rue Notre-Dame Lachine, Montréal (QC) H8S 2B5 · 514 634-7205 · [info@grame.org](mailto:info@grame.org)  
Le GRAME est un organisme de bienfaisance enregistré à l'ARC: 135129237 RR 0001

# À PROPOS DU GRAME

Alors que les changements climatiques deviennent le principal enjeu de l'humanité, et que 75 % des humains vivent en zones urbaines, le GRAME est convaincu qu'il est possible de **bâtir des collectivités résilientes qui vivent dans des environnements sains et durables**. C'est sa raison d'être, qu'elle porte avec un optimisme assumé.

Le GRAME prend acte du fait que les changements climatiques amplifient les inégalités sociales, et que les populations les plus vulnérables sont les plus affectées, et souvent les premières, par les changements climatiques ; il en tient compte dans ses décisions et contribue à **une plus grande justice environnementale**.

Le GRAME - Groupe de recommandations et d'actions pour un meilleur environnement- agit **en collaboration** avec les citoyens, les communautés et organismes de même qu'avec les gouvernements, **en intervenant sur le terrain, en déployant des programmes d'éducation et de sensibilisation et en émettant des recommandations** ancrées dans la **rigueur scientifique** qui le caractérise depuis sa création.

## COMMENT FONCTIONNE NOTRE SERVICE?

Conçu pour vous accompagner dans la planification d'initiatives à caractère environnemental, notre catalogue d'activités répertorie nos diverses activités de sensibilisation, **dont certaines spécialisées en éducation**. Nous offrons également un éventail de services destinés à **améliorer la responsabilité sociale de votre entreprise**. Nous pouvons également réaliser **des activités sur mesure**, pour les besoins spécifiques de votre entreprise.

 **Faites-nous part de vos besoins.**

**Nous vous enverrons une soumission avec nos propositions.** 

**Nous nous chargeons de l'organisation et l'animation de l'activité.** 

 **Envoi de la facture avant ou après l'activité.**



# TABLE DES MATIÈRES

ACTIVITÉS DE SENSIBILISATION **04**

ACTIVITÉS SUR LE TERRAIN **08**

ACTIVITÉS SPÉCIALISÉES EN ÉDUCATION **09**

RESPONSABILITÉ SOCIALE DE VOTRE ENTREPRISE **11**

AUTRES SERVICES **12**

# ACTIVITÉS DE SENSIBILISATION

Le GRAME est convaincu qu'il faut continuer de sensibiliser les jeunes, les familles et la population en général à poser des gestes écoresponsables et à développer leur conscience en matière d'environnement. C'est pourquoi nous vous proposons une série de formations et d'activités qui s'adaptent à des clientèles variées.

## CONSOMMATION RESPONSABLE ET PRATIQUES ÉCOLOGIQUES

### LA CONSOMMATION RESPONSABLE



Type : **Conférence**    Durée : **1 h**

Cette conférence vous présentera un éventail d'astuces pour réduire votre empreinte écologique: de la chasse aux emballages superflus aux trucs pour diminuer le gaspillage de l'eau potable, on vous encourage à adopter des nouvelles habitudes de vie centrées sur l'essentiel, tout cela dans la bonne humeur!

### NETTOYAGE ÉCOLOGIQUE



Type : **Atelier**    Durée : **1 h 15**

Cet atelier sensibilise les personnes participant.e.s aux impacts des produits de nettoyage chimiques sur l'environnement et la santé. On vous apprend quelques recettes simples de produits d'entretien écologiques à réaliser à la maison! Le matériel et les recettes sont fournis.

### NOËL ÉCOLOGIQUE



Type : **Atelier**    Durée : **1 h 30**

Après une présentation d'idées pour rendre vos décorations et vos cadeaux plus écologiques, nous vous invitons à faire vous-mêmes quelques décorations, emballages et petits cadeaux à partir de matériaux recyclés. Tout le matériel est fourni.

## ALIMENTATION DURABLE



Type : **Conférence** Durée : **1 h**

Lors de cette conférence, apprenez-en plus sur l'agriculture urbaine, les impacts de vos choix alimentaires sur la santé, l'environnement et la société. Vous repartirez avec des astuces pour réduire le gaspillage alimentaire.

## GESTION DES MATIÈRES RÉSIDUELLES

### LE TRI DES MATIÈRES RÉSIDUELLES



Type : **Atelier** Durée : **1 h**

Initiez-vous au concept du 3RV-E, à l'aide d'un atelier pratique sur le tri des déchets. Obtenez des réponses à la question « ça va où?! » et des astuces sur comment bien utiliser les bacs à la maison ou au travail!

### LA GMR AU QUÉBEC



Type : **Conférence** Durée : **1 h**

Faites un rapide survol historique de la politique en gestion des matières résiduelles (GMR) au Québec. Qu'est-ce qui se passe avec vos déchets après que votre bac est ramassé? Quels sont les objectifs du Québec pour les prochaines années?

## EAU

### LES RUISSEAUX DE L'ÎLE-DE-MONTRÉAL

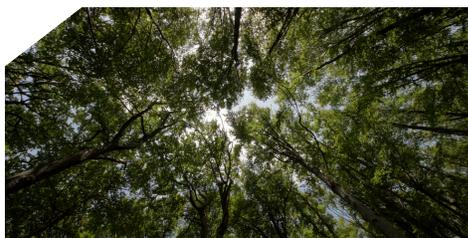


Type : **Conférence** Durée : **1 h**

Apprenez-en plus sur les cours d'eau de l'Île-de-Montréal et leur importance écologique et sociale. Explorez l'histoire de nos ruisseaux à travers le processus d'urbanisation et découvrez où se cachent ceux qui existent encore : peut-être qu'il y en a un derrière votre cour!

## ENVIRONNEMENT

### L'ABC DE L'ENVIRONNEMENT EN 10 QUESTIONS



Découvrez d'une façon ludique 10 notions environnementales très présentes dans notre actualité. Tout ce que vous avez toujours voulu savoir sur l'environnement, mais que vous n'avez jamais osé demander!

Type : **Quiz-Conférence** Durée : 1 h

## JARDINAGE ET VERDISSEMENT

### PLANTATION DE SEMIS



Initiez-vous à la mise en terre des semences. Dans cet atelier guidé, découvrez des conseils et des astuces pour la plantation de vos semis. L'atelier parfait pour apprendre comment préparer la saison du jardinage! Tout le matériel est fourni.

Type : **Atelier** Durée : 1 h 15

### GERMINATION ET POUSES



Lors de cet atelier, apprenez comment faire des germinations et des pousses. Elles permettent de faire du micro-jardinage chez soi, même en plein hiver, et de mettre de la vie et des vitamines dans vos assiettes.

Type : **Atelier** Durée : 1 h 15

### BOMBES DE SEMENCES



Fabriquez des bombes de semences avec des graines de fleurs qui attirent les pollinisateurs : ensuite, amusez-vous à les lancer partout où elles auront une occasion d'embellir l'espace urbain!

Type : **Atelier** Durée : 1 h

## LA RÉCOLTE DE SEMENCES



Type : **Atelier** Durée : 1 h

Apprenez quand et comment récolter et conserver les semences de vos fruits, fleurs et légumes : vous pourrez ensuite les utiliser pour vos semis ou encore les distribuer pour que d'autres en profitent!

## POLLINISATEURS



Type : **Atelier-conférence** Durée : 1 h

Découvrez à l'aide de cet atelier-conférence l'importance et le mode de vie des divers pollinisateurs, ainsi que les causes de leur déclin et comment nous pouvons les aider!

## ARBORETUM



Type : **Atelier** Durée : 1 h 30

Découvrez les caractéristiques parfois surprenantes des arbres qui nous entourent dans une visite exploratoire et ludique. Initiation à l'identification scientifique des arbres.

**VOUS AVEZ DES QUESTIONS?**

Rendez-vous à la page 13 pour nous contacter!

# ACTIVITÉS SUR LE TERRAIN

Vous souhaitez passer à l'action pour l'environnement? Organiser une sortie terrain pour vos élèves, ou une activité de team building hors du commun pour vous et votre équipe? Vous pouvez réserver une activité animée par le GRAME. Venez vous salir les mains avec nous!

## PLANTER DES ARBRES LORS D'UNE PLANTATION



Nous vous offrons de venir planter avec nous! Que ce soit avec votre équipe lors d'un team building ou avec vos élèves, le GRAME organise des activités de plantation éducatives. Nous vous montrerons comment planter et soigner les arbres, en plus de vous sensibiliser aux bénéfices de la canopée urbaine! Mettez les mains à la terre et participez à cette activité pleine de sens qui sera bénéfique aux générations futures.

## OPÉRATIONS DE NETTOYAGE



Le GRAME organise des opérations de nettoyage :

- Autour des écoles, afin de sensibiliser les jeunes à réduire leurs déchets, à s'en départir de façon responsable et à préserver leur environnement.
- En milieu de travail, afin de sensibiliser votre équipe à réduire ses déchets et à s'en départir de façon responsable. Vous positionnez ainsi votre organisation dans la lutte contre la pollution environnementale, en plus de favoriser la cohésion d'équipe.
- Au bord de l'eau et dans les parcs de Lachine, une belle opportunité de réaliser une activité valorisante en équipe, en plein air, dans un lieu enchanteur.



# ACTIVITÉS SPÉCIALISÉES EN ÉDUCATION

La contribution des jeunes est essentielle dans la lutte contre la crise environnementale. Leur implication passe d'abord par des efforts d'éducation et de mobilisation. Grâce à ses activités, le GRAME aide la nouvelle génération à poser des gestes écoresponsables et à développer sa conscience en matière d'environnement à travers une série de programmes et d'activités pour les élèves de la maternelle, du primaire et du secondaire.

## LECTEURS EN HERBE



Lecteurs en herbe est un programme d'éveil à la lecture et à la nature. À travers 12 ateliers sur des thématiques environnementales composés de lectures de livres et d'activités motrices, les enfants approfondiront leur lien avec la nature, tout comme leur amour pour la lecture.

Niveau: **Préscolaire et maternelle** | Durée: **1 h**

Nombre d'animations: **Au choix, jusqu'à 12** | Fréquence: **Mensuelle**

## CARBONE SCOL'ERE



Mis sur pied par la Coop FA, le programme Carbone Scol'ERE est un projet d'éducation à l'écocitoyenneté qui permet aux jeunes de 4<sup>e</sup>, 5<sup>e</sup> et 6<sup>e</sup> année de s'approprier les concepts du développement durable par un programme éducatif novateur et clé en main. Il vise à développer au sein des familles des comportements qui réduisent l'émission de gaz à effet de serre.

Niveau: **4<sup>e</sup>, 5<sup>e</sup> et 6<sup>e</sup> année** | Durée: **2 h**

Nombre d'animations: **5** | Fréquence: **Aux 2 semaines**



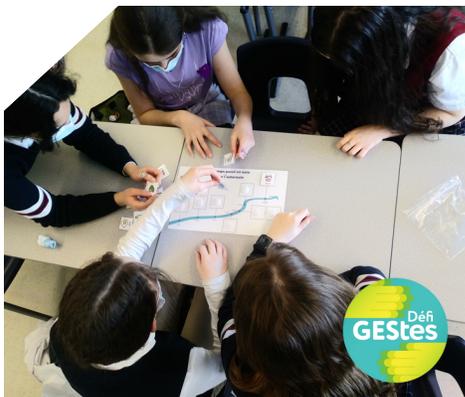
## CYCLISTE AVERTI



Mis en place par Vélo Québec, le programme Cycliste averti enseigne aux jeunes de 5<sup>e</sup> et 6<sup>e</sup> année du primaire à se déplacer à vélo de façon sécuritaire et autonome dans leur quartier, tout en valorisant le transport actif et la mobilité durable.

Niveau: 5<sup>e</sup> et 6<sup>e</sup> année | Durée: 12 h de théorie/pratique et 2 sorties sur la route  
Nombre d'animations du GRAME: 2 | Fréquence: Intervalle de 2-3 semaines

## DÉFI GESTES



Le Défi GESTes est l'antidote par excellence au sentiment d'impuissance devant la crise climatique! Ludique, déculpabilisant et simple, le Défi GESTes promeut des habitudes écoresponsables chez le public de 12 à 17 ans, qui leur permettront d'apporter des changements simples à leur portée dans leur quotidien.

Niveau: Secondaire | Durée: 1 h  
Nombre d'animations: 3 | Fréquence: Mensuelle



# RESPONSABILITÉ SOCIALE DE VOTRE ENTREPRISE

Le GRAME offre à votre entreprise différentes occasions de jouer un rôle positif dans la collectivité, et de prendre en compte l'impact environnemental et social de vos décisions. Vous souhaitez passer à l'action ou verdir votre terrain? Le GRAME a la solution pour vous!

## CRÉDITS CARBONE ÉDUCATIFS



Les Crédits Carbone Éducatifs (CCÉ) permettent de contribuer à l'évitement d'émissions de GES quantifiées suivant le principe de la compensation carbone. Avez les CCÉ, vous atténuez votre empreinte carbone tout en finançant un projet positif auprès des jeunes qui s'engageront volontairement à réduire leurs émissions de GES en famille. Les CCÉ font partie du programme éducatif novateur Carbone Scol'ERE, que le GRAME anime dans des écoles primaires de Montréal, des Laurentides et de la Montérégie. Positionnez-vous en tant que leader socialement responsable.

## ICI, ON VERDIT!



ICI, on verdit! propose des projets de verdissement sur mesure, clé en main et à bas prix. Fiez-vous à l'équipe du GRAME, qui a 10 000 arbres plantés derrière la cravate. En plus de participer à l'embellissement et à l'amélioration de la qualité de vie, les arbres diminuent significativement les coûts de climatisation et de chauffage, atténuent la pollution sonore, et filtrent les polluants atmosphériques.

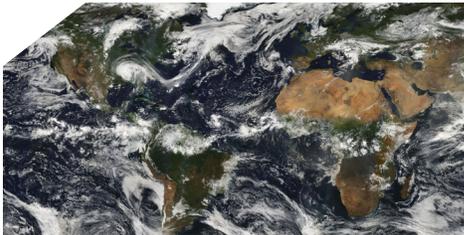
- L'école peut verdir ses terrains en plantant des arbres et des arbustes en invitant les élèves à prendre part aux activités. Les jeunes participent ainsi à l'embellissement de leur milieu de vie, tout en s'initiant aux bienfaits des arbres.
- C'est également une opportunité unique de réaliser une activité de cohésion avec vos employés en mettant les mains dans la terre avec nous lors des journées de plantations.



# AUTRES SERVICES

En plus des activités offertes par le GRAME, nous offrons d'autres services qui pourraient vous intéresser!

## FRESQUE CLIMATIQUE



La Fresque du Climat est un jeu collaboratif, scientifique et imaginaire pour comprendre le fonctionnement du système climatique ainsi que les causes et conséquences de son dérèglement. Il s'organise autour d'un jeu de 42 cartes illustrées et expliquées selon les derniers rapports du GIEC.

Nombre de participants : **3 à 8 joueurs par équipe, jusqu'à un maximum de 16 joueurs**

## LOCATION DU TOIT VERT



Le toit vert du Regroupement de Lachine est disponible pour vos activités de réseautage ou de team building. Comportant 3 jardins différents, une terrasse pouvant accueillir jusqu'à 50 personnes, un gazébo et un BBQ, le toit vert du GRAME est bien équipé pour vous recevoir. Il est aussi possible d'inclure une visite guidée dans votre activité.

Informez-vous auprès de [maryse@grame.org](mailto:maryse@grame.org), pour les modalités.

## SERVICES EN GESTION DE PROGRAMMES DE SUBVENTION CITOYENNE



Le GRAME soutient les municipalités québécoises dans leurs efforts pour réduire l'enfouissement des produits d'hygiène personnelle et des couches. Comment? Nous avons mis sur pied et administré un programme de subvention à l'achat de produits d'hygiène personnelle durables dont 43 municipalités à travers le Québec ont pu bénéficier.

Cela inclut le maintien des pages web, le traitement et la validation des demandes, la réalisation des remboursements, ainsi qu'une communication en continu avec les bénéficiaires. Le programme inclut un sondage de satisfaction. De plus, fort de son expérience en mobilisation citoyenne, le GRAME soutient les efforts des municipalités en offrant une trousse de communication clé en main avec des outils de diffusion et de sensibilisation aux impacts des produits d'hygiène personnelle durables.



# CONTACTEZ-NOUS

Vous représentez une école, une entité politique, une entreprise? Vous êtes une personne particulière? Envoyez-nous vos questions et commentaires!



## APPELEZ-NOUS

514-634-7205



## ÉCRIVEZ-NOUS

[INFO@GRAME.ORG](mailto:INFO@GRAME.ORG)



## POUR NOUS TROUVER

735, rue Notre-Dame  
Lachine, Montréal  
(QC) H8S 2B5

## INFORMATIONS GÉNÉRALES

[info@grame.org](mailto:info@grame.org)

## INTERVENTIONS DIRECTES

[ecolachine@grame.org](mailto:ecolachine@grame.org)

## ÉDUCATION RELATIVE À L'ENVIRONNEMENT

[ere@grame.org](mailto:ere@grame.org)

## VERDISSEMENT

[arbre@grame.org](mailto:arbre@grame.org)