

GR AM E

*Des collectivités
résilientes dans un
environnement sain
et durable*

Groupe de
recommandations
et d'actions
pour un meilleur
environnement

GRAME



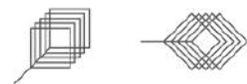
**ACTIVITÉS OFFERTES
PAR LE GRAME
2025 - 2026**

*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
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 - Groupe de recommandations et d'actions pour un meilleur environnement - 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**.

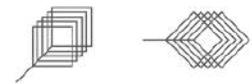
Le GRAME agit **en collaboration** avec les citoyen·ne·s, les communautés et organismes de même qu'avec les gouvernements, **en intervenant sur le terrain, en déployant des programmes d'éducation et de sensibilisation et en émettant des recommandations** ancrées dans la **rigueur scientifique** qui le caractérise depuis sa création.

[VOUS VOULEZ EN SAVOIR PLUS? DÉCOUVREZ NOTRE DERNIER RAPPORT ANNUEL →](#)



COMMENT FONCTIONNENT

NOS SERVICES



Conçu pour vous accompagner dans la planification d'initiatives environnementale, 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 des entreprises**.



TABLE DES



MATIÈRES



ACTIVITÉS DE SENSIBILISATION

04

ACTIVITÉS SUR LE TERRAIN

08

ACTIVITÉS SPÉCIALISÉES EN ÉDUCATION

10

AUTRES SERVICES

11

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 dans cet esprit que nous offrons une série de formations et d'activités conçues pour s'adapter à divers publics.

TARIFICATION

Nos activités de sensibilisation sont offertes à l'unité à **partir de 400\$**.

À la réservation de quatre ateliers, les tarifs unitaires **bénéficient d'une réduction de 15%**. Si vous souhaitez bénéficier d'une plus grande réduction, veuillez communiquer avec nous pour un prix sur mesure qui tient compte du volume.

CONSOMMATION RESPONSABLE ET PRATIQUES ÉCOLOGIQUES



Type : **ATELIER**

Durée : **1 H**

Public : **TOUT PUBLIC**

Saviez-vous que ce qu'on met dans notre assiette peut avoir un impact sur l'environnement? Dans cet atelier, nous vous faisons découvrir comment vos choix alimentaires peuvent faire une vraie différence. Au menu : conseils pratiques pour réduire votre empreinte écologique et concoction de vos propres condiments écolos.

Tout le matériel est fourni.



Type : **CONFÉRENCE**

Durée : **1 H**

Public : **ADULTES**

Dans cette conférence, découvrez un éventail d'astuces simples et efficaces pour alléger votre empreinte écologique. De la chasse aux emballages superflus jusqu'aux bons réflexes pour diminuer le gaspillage de l'eau potable, nous vous proposons des pistes concrètes pour revoir vos habitudes sans complexité ni culpabilité.



LE NETTOYAGE ÉCOLOGIQUE

Dans cet atelier, nous discutons des impacts des produits de nettoyage chimiques sur l'environnement et la santé, et surtout, nous passons à l'action! Vous repartirez avec des recettes simples de produits d'entretien écolos à faire chez vous.

Tout le matériel est fourni.

Type : **ATELIER**

Durée : **1 H 15**

Public : **ADULTES**



NOËL ÉCOLOGIQUE

Après vous avoir partagé quelques idées pour rendre vos décorations et cadeaux plus écolos, nous vous invitons à passer à la création! Ensemble, nous créerons des décorations, des emballages et de petits cadeaux à partir de matériaux recyclés.

Tout le matériel est fourni.

Type : **ATELIER**

Durée : **1 H 30**

Public : **10 ANS ET PLUS**

GESTION

DES MATIÈRES RÉSIDUELLES



LA GMR AU QUÉBEC

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?

Type : **CONFÉRENCE**

Durée : **1 H**

Public : **ADULTES**



LE TRI DES MATIÈRES RÉSIDUELLES

Découvrez le concept du 3RV-E grâce à un atelier pratique sur le tri des déchets. Ensemble, nous répondrons enfin à la fameuse question : « Ça va où?! » et nous partagerons des astuces pour mieux utiliser les bacs, à la maison comme au travail!

Type : **ATELIER**

Durée : **1 H**

Public : **10 ANS ET PLUS**

PROTECTION DE L'ENVIRONNEMENT



Apprenez-en plus sur 10 grandes notions environnementales qui occupent une place centrale dans l'actualité. C'est l'occasion parfaite pour poser toutes vos questions sur l'environnement – même celles que vous n'avez jamais osé poser!

Type : **QUIZ-CONFÉRENCE** Durée : **1 H** Public : **ADULTES**



Nous vous invitons à plonger dans l'univers des cours d'eau de l'Île de Montréal et à découvrir leur importance, autant écologique que 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 chez vous!

Type : **CONFÉRENCE** Durée : **1 H** Public : **ADULTES**

JARDINAGE ET VERDISSEMENT



Combien d'espèces d'arbres pouvez-vous nommer autour de chez vous? Partez à la rencontre des arbres et de leurs caractéristiques distinctes, parfois même surprenantes. Lors de cet atelier, nous vous initierons à l'identification scientifique de ces géants discrets qui nous entourent.

Type : **ATELIER** Durée : **1 H 30** Public : **TOUT PUBLIC**



Dans cet atelier, nous vous montrons comment fabriquer 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 de fleurir et d'embellir nos espaces urbains! Tout le matériel est fourni.

Type : **ATELIER** Durée : **1 H** Public : **TOUT PUBLIC**



LA RÉCOLTE DE SEMENCES

Apprenez quand et comment récolter et conserver les semences de vos fruits, fleurs et légumes. Nous vous montrerons des techniques simples pour bien les sécher, les entreposer et les étiqueter. Vous pourrez ensuite préparer vos futurs semis ou encore les partager pour que d'autres en profitent!

Type : **ATELIER**

Durée : **1 H**

Public : **TOUT PUBLIC**



LE JARDINAGE URBAIN

Nous vous montrons à travers cet atelier pratique comment transplanter vos semis dans des bacs, lire un calendrier de culture, et vous familiariser avec le nécessaire pour bien débiter un jardinage urbain.

Type : **ATELIER**

Durée : **1 H**

Public : **TOUT PUBLIC**



PLANTATION DE SEMIS

Initiez-vous aux premières étapes de la mise en terre des semences. Dans cet atelier guidé, découvrez des conseils et des astuces pour bien démarrer vos semis et préparer la saison du jardinage en toute confiance. Tout le matériel est fourni.

Type : **ATELIER**

Durée : **1 H 15**

Public : **5 ANS ET PLUS**



POLLINISATEURS

Quel est l'importance des divers pollinisateurs sur notre écosystème? Découvrez-le à l'aide de cet atelier-conférence et explorons ensemble des gestes simples mais concrets pour leur venir en aide.

Type : **ATELIER-CONFÉRENCE**

Durée : **1 H**

Public : **TOUT PUBLIC**



POUSSES ET GERMINATION

Lors de cet atelier, apprenez comment faire des germinations et des pousses à la maison. Une belle façon de faire du micro-jardinage à l'année, même en plein hiver, ainsi que de mettre de la vie et des vitamines dans vos assiettes.

Tout le matériel est fourni.

Type : **ATELIER**

Durée : **1 H 15**

Public : **5 ANS ET PLUS**



RÉ-ENSAUVAGER SA PELOUSE REWILD YOUR YARD

Découvrez les bienfaits pour l'environnement et l'humain du ré-ensauvagement (rewilding) de votre pelouse, allant de la création d'ilôts de fraîcheurs, à la filtration et l'infiltration de l'eau dans les sols, jusqu'à la création d'oasis de vie pour les pollinisateurs.

Offert en français et en anglais.

Type : **CONFÉRENCE**

Durée : **1 H**

Public : **ADULTES**

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

VERDISSEMENT

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.

Disponible de mai à fin septembre

Pour connaître nos tarifs, [visitez notre page web.](#)



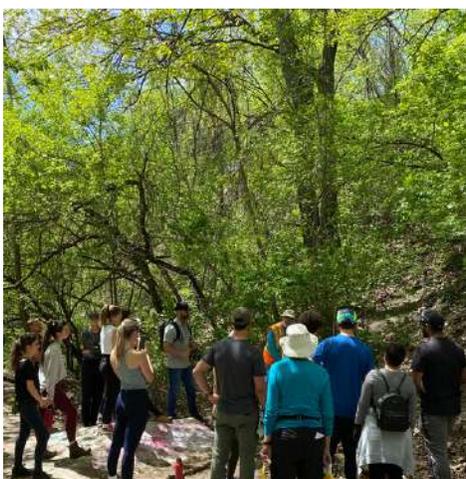
ACTIVITÉ POLLINISACTEURS

INTERVENTION

Connaissez-vous les jardins pour pollinisateurs? À Lachine, plusieurs espaces ont été aménagés pour accueillir et nourrir ces insectes essentiels à nos écosystèmes. Que ce soit avec votre équipe lors d'une activité de *teambuilding* ou avec vos élèves, accompagnez l'équipe du GRAME pour entretenir ces plates-bandes fleuries et en apprendre davantage sur les espèces indigènes et la vie fascinante des pollinisateurs!

Disponible de mai à fin septembre

Pour connaître nos tarifs, [visitez notre page web.](#)



DORLOTER LA FORÊT URBAINE

VERDISSEMENT

Saviez-vous que les arbres urbains vivent du stress? Lors de cette sortie sur le terrain avec le GRAME, apprenez l'importance des arbres et les défis de vivre en milieu urbain. Tout en dorlotant les arbres, vous pourrez vous familiariser avec les différentes essences, leurs caractéristiques et particularités ainsi que les besoins d'entretien des jeunes arbres et comment les effectuer.

Disponible de juin à septembre

Pour connaître nos tarifs, [visitez notre page web.](#)



OPÉRATION DE NETTOYAGE

INTERVENTION

Le GRAME organise des opérations de nettoyage autour des écoles, en milieu de travail et au bord de l'eau ainsi que dans les parcs. En plus de nettoyer votre quartier, vous serez sensibilisés à la réduction des déchets et à vous départir adéquatement de vos déchets. Une belle occasion de réaliser une activité valorisante en équipe, en plein air, et de redonner à la communauté.

Disponible de fin avril à début octobre

Pour connaître nos tarifs, [visitez notre page web.](#)

ACTIVITÉS SPÉCIALISÉES EN ÉDUCATION

La contribution des jeunes est essentielle dans l'adaptation aux changements climatiques. Leur implication passe d'abord par des efforts d'éducation et de mobilisation. Le GRAME aide la nouvelle génération à poser des gestes écoresponsables et à développer sa conscience en matière d'environnement à travers ses programmes de la garderie au primaire.



LECTEURS EN HERBE

PRÉSCOLAIRE ET MATERNELLE

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.

Durée : **1 h**

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

Fréquence : **Mensuelle**

Période d'inscription :

Écoles : **mai-juin et août à novembre**

Service de garde : **au moins 1 mois avant l'évènement**



CYCLISTE AVERTI

5^e ET 6^e ANNÉE

Mis en place par Vélo Québec, le programme Cycliste averti enseigne aux jeunes de 5^e et 6^e 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.

Durée : **12 h de théorie/pratique et 2 sorties sur la route**

Nombre d'animations du GRAME : **2**

Fréquence : **Intervalle de 2-3 semaines**

NOS AUTRES SERVICES À VOTRE DISPOSITION

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



ICI, ON VERDIT!

VERDISSEMENT

ICI, on verdit! propose aux ICI des projets de verdissement sur mesure, clé en main et à bas prix, parfait pour activité de cohésion d'équipe. Fiez-vous à l'équipe du GRAME pour verdir votre terrain - nous avons planté plus de 18 000 arbres depuis 2014! Ce service est applicable pour les milieux industriels, commerciaux et institutionnels. Embellissez votre milieu tout en vous initiant aux bienfaits des arbres.



SERVICES EN GESTION DE

PROGRAMMES DE SUBVENTION CITOYENNE

Le GRAME a créé et administre un programme de subvention à l'achat de produits durables dont bénéficient sept organisations municipales à travers le Québec. Cela inclut le maintien d'une page web, le traitement et la validation des demandes, la production des remboursements, ainsi qu'une communication en continu avec les bénéficiaires. Le GRAME soutient les efforts des municipalités en offrant aussi une trousse de communication clé en main avec des outils de diffusion et de sensibilisation.

SERVICE DE LOCATION

HORS DE L'ORDINAIRE

LE COIN TOURNANT

Le GRAME permet l'utilisation de l'espace locatif, *Le Coin Tournant*, par des organisations tant publiques que privées ainsi que des personnes qui désirent y tenir des formations, des cours, des réunions, des rencontres ou des activités spécifiques.

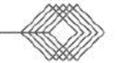
LE TOIT VERT

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

POUR PLUS



D'INFORMATIONS



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

CONTACTEZ-NOUS DIRECTEMENT

ÉCO-QUARTIER LACHINE

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

GRAME ET INFORMATIONS GÉNÉRALES

info@grame.org

INTERVENTIONS DIRECTES

ecolachine@grame.org
eqsudouest@grame.org

ÉCO-QUARTIER SUD-OUEST

514-872-0122
eqsudouest@grame.org
1990, rue de Maricourt,
Montréal (QC)
H4E 1V9

ÉDUCATION RELATIVE À L'ENVIRONNEMENT

ere@grame.org

VERDISSEMENT

arbre@grame.org

RETROUVEZ-NOUS SUR NOS DIFFÉRENTES PLATEFORMES !



[Facebook](#)



[LinkedIn](#)



[Instagram](#)



[Infolettres](#)



[Site Web](#)