



## Campagne énergie, eau, déchets

### Comment mangeons-nous (quelques idées de campagnes environnementales)

Il se trouve que la façon dont nous mangeons est aussi un problème environnemental. Chacun des domaines suivants est une campagne en elle-même. Recherchez et discutez de certains ou de tous ces problèmes alimentaires avec les élèves, et décider où concentrer un projet d'action sur la façon dont nous pouvons manger de façon plus durable. Utiliser le formulaire de planification de la campagne pour vous aider à planifier et mettre en œuvre votre projet.

- **Réduire le gaspillage de nourriture** : La nourriture que nous achetons et que nous préparons n'est pas toujours consommée et nous en jetons une grande quantité à la maison, à l'école et dans nos épiceries. Comment pouvons-nous réduire ce que nous jetons et comment faire un meilleur usage de ce qui n'est pas mangeable?
- **Manger moins de viande** : La quantité de viande que nous consommons impacte l'utilisation des ressources, car produire de la viande utilise beaucoup de nourriture et d'eau. Les protéines maigres, comme les haricots et les lentilles, utilisent moins de ressources pour se développer et sont d'excellentes protéines.
- **Manger localement** : Manger des aliments qui sont cultivés près de là où nous vivons réduira la distance que la nourriture doit parcourir pour se rendre à nous. C'est mieux pour l'environnement, car il y aura moins d'émissions provenant des véhicules par rapport à la nourriture qui vient de très loin. Comment pouvons-nous trouver des aliments cultivés localement dans nos communautés, et comment pouvons-nous encourager les magasins à stocker ces aliments?
- **Jardinage** : Cultiver sa propre nourriture dans le jardin à la maison, à l'école ou dans la communauté est de plus en plus commun. Comment pouvons-nous encourager les gens à créer des potagers et à cultiver des aliments pour qu'ils soient utilisés à l'école ou à la maison?
- **Acheter des aliments biologiques** : La production d'aliments biologiques omet l'utilisation de pesticides et d'herbicides qui peuvent nuire aux insectes utiles et s'infiltrer dans nos bassins versants hydrologiques. Où pouvons-nous trouver des aliments biologiques dans nos communautés, et comment pouvons-nous encourager les gens à les acheter?

### Recherche historique et ressources

**Réduire le gaspillage de nourriture** : La nourriture que nous préparons n'est pas toujours consommée et nous en jetons une grande quantité à la maison, à l'école et



dans nos épiceries. Comment pouvons-nous réduire ce que nous jetons et de faire un meilleur usage de ce qui n'est pas comestible?

- Faire une analyse des déchets provenant des repas du midi à l'école pour trouver combien et quels types de nourriture sont jetés. Utiliser le [Triage de déchets](#) pour vous aider à déterminer quoi faire avec la nourriture comestible et compostable que vous trouvez.
- Sonder quelques épiceries pour découvrir ce qu'ils font avec la nourriture dont la date d'expiration est échue, ou les fruits et légumes qui sont tachés ou difformes.

**Manger moins de viande :** La quantité de viande que nous consommons a un impact sur l'utilisation des ressources, car produire de la viande utilise beaucoup de nourriture et d'eau. Les protéines maigres, comme les haricots et les lentilles, utilisent moins de ressources pour se développer et sont d'excellentes protéines, mais certains d'entre nous avons besoin d'aide pour trouver des recettes délicieuses pour ces aliments.

- Rechercher l'empreinte écologique de certains des aliments que nous mangeons. Le site web <http://www.ewg.org/meateatersguide/a-meat-eaters-guide-to-climate-change-health-what-you-eat-matters/climate-and-environmental-impacts/> offre un classement des empreintes de carbone d'une variété d'aliments comprenant le bœuf et les lentilles.
- Agriculture in the Classroom a une unité appelée ASSURER SA SÉCURITÉ ALIMENTAIRE. [www.aitc.sk.ca](http://www.aitc.sk.ca)
- Rechercher un nombre de façons d'apporter des protéines à notre diète et l'impact que le développement de ces protéines a sur notre environnement. Créer un tableau avec les avantages et inconvénients de chacune.
- Se mettre au défi ainsi que la famille, la classe ou l'école de manger moins de viande. Essayer plusieurs recettes sans viande et choisir lesquelles sont vos préférées. Puis, planifier des actions qui réduiront la quantité de viande mangée chaque semaine.

**Manger localement :** Manger des aliments qui sont cultivés près de là où nous vivons réduit la distance que la nourriture doit parcourir pour se rendre à nous. C'est mieux pour l'environnement, car il y aura moins d'émissions provenant des véhicules par rapport à la nourriture qui vient de très loin. Comment pouvons-nous trouver des aliments cultivés localement dans nos communautés, et comment pouvons-nous encourager les magasins à stocker ces aliments?

- [www.seedmap.org](http://www.seedmap.org) possède un certain nombre de ressources concernant la sécurité des aliments et des études de cas concernant le changement climatique et la provenance de notre nourriture.
- D'où provient la nourriture que vous aimez, et comment trouver des substituts fabriqué ou cultivé en Saskatchewan? Faites des affiches ou des présentations à ce propos pour que tout le monde à l'école soit informé de ce que vous



avez appris. Défiiez votre classe ou votre école de manger des produits locaux pendant deux semaines.

- En tant que classe, calculez le nombre de kilomètres que vous économisez chaque fois que vous mangez un produit local. Par exemple, le calcul ci-dessous compare les kilomètres parcourus par les carottes locales à celles provenant de la Californie. Faites un tableau démontrant les distances et la quantité de carburant et de CO<sub>2</sub> économisés en choisissant des produits locaux.
- **Calculer les consommations de carburant :**  
Un camion semi-remorque consomme 0,23 ml carburant/km, alors le carburant consommé est :  
.23ml carburant/tonne.km x distance (km) = ml/tonne de carburant.  
Comparez - 1 tonne de carottes de la Californie (3 000 km de distance)  
Et 1 tonne de carottes de Rosetown (150 km de distance)  
.23ml carburant/tonne.km x 3000 km = 690 ml de carburant par tonne de carottes de la Californie.  
.23ml carburant/tonne.km x 150 km = 34 ml de carburant par tonne de carottes de la Saskatchewan.
- **Calculer les émissions de CO<sub>2</sub> :**  
Le carburant diesel émet 2,7 kg de CO<sub>2</sub> par litre.  
690 ml de carburant x 2.7 kg CO<sub>2</sub>/litre x 0.001 litre/ml = 1.9 kg de CO<sub>2</sub> par tonne pour des carottes provenant de la Californie.  
34 ml de carburant x 2.7 kg CO<sub>2</sub>/litre x 0.001 litre/ml = 0.092 kg de CO<sub>2</sub> par tonne pour des carottes provenant de la Saskatchewan.
- Trouvez l'emplacement des marchés de fermiers de votre région. Sont-ils ouverts à l'année ou seulement durant la période des récoltes? Visitez-en un pour acheter des produits et en faire un repas pour votre classe.
- Recherchez des l'Agriculture soutenue par la communauté (ASC). Qu'est-ce que c'est, et y a-t-il des fermiers près de chez vous? Comment une famille peut-elle utiliser un ASC?
- Sondez une ou deux épicerie dans votre région. Quelles sortes de produits locaux offrent-elles? Les produits sont-ils clairement affichés et faciles à trouver? Quels sont les aliments offerts et à quel moment de l'année sont-ils offerts?

**Jardinage :** Faire pousser notre propre nourriture dans un potager à la maison, à l'école ou dans la communauté est quelque chose que font de plus en plus de gens, mais cela ne se fait pas sans problème comme les conditions météorologiques, les mauvaises herbes et les insectes.

- Votre école possède-t-elle un potager communautaire sur ses terrains, ou près de l'école où votre classe pourrait cultiver ses propres légumes?
- Y a-t-il un endroit sur les terrains de l'école pouvant être converti en potager?
- De plus en plus de communautés et d'écoles cultivent certains aliments dans des potagers, et elles en apprennent beaucoup sur les endroits où les installer,



comment construire des lits surélevés et où trouver des contenants pour retenir l'eau et le compost. Demandez des conseils sur le moment propice pour commencer et qui peuvent vous aider. L'agriculture en classe possède un nombre de ressources sur la façon de cultiver les potagers, comprenant leur programme petits pouces verts pour le jardinage intérieur. [www.aitc.sk.ca](http://www.aitc.sk.ca). Le programme de faim *Child Hunger and Education Program* (CHEP) dans la région de Saskatoon, soutien aussi la communauté et les potagers scolaires avec un certain nombre d'initiatives. [www.chep.org](http://www.chep.org)

- De la soupe pour dîner : Demandez à chaque étudiant d'apporter un aliment cultivé à la maison ou cultivé localement afin de créer une soupe. Faites la soupe et partagez-la avec l'école.
- Utilisez des produits du jardin pour planifier et faire repas de la récolte à partager avec parents et amis.

**Acheter des aliments biologiques :** La production d'aliments biologiques omet l'utilisation de pesticides et d'herbicides qui peuvent nuire aux insectes utiles et s'infiltrer dans nos bassins versants. Où pouvons-nous trouver des aliments biologiques dans nos communautés, et comment pouvons-nous encourager les gens à les acheter?

- Trouvez l'emplacement de marchés de fermiers dans votre région. Ils sont souvent une bonne source de produits biologiques et il y a possiblement d'autres producteurs près de votre communauté.
- Recherchez des fermes soutenues par la communauté ou des associations locales de jardinages pour de l'information sur les aliments biologiques.
- [www.environmentalsociety.ca](http://www.environmentalsociety.ca) offre de l'information sur le jardinage sans pesticide sous la rubrique de la biodiversité.



## Liens avec le programme

**Sciences humaines 4 4RE.1** Juger de l'impact de l'exploitation des ressources naturelles en Saskatchewan sur la communauté provinciale, nationale ou mondiale.

**Bien-être 4 4AP.1** Concevoir un plan d'action de quatre jours, axé sur l'un des éléments étudiés suivants : une saine alimentation et de l'activité physique; la prévention et la gestion des défis de santé; le maintien ou le rétablissement de l'harmonie dans les relations; la sécurité et la protection; l'identité personnelle; les facteurs de stress et d'anxiété.

**Bien-être 5 5CHC.1** Analyser ses propres habitudes alimentaires. **5AP.1** Concevoir un plan d'action de cinq jours axé sur les éléments suivants, y compris : les habitudes alimentaires personnelles; les changements lors de la puberté; les conséquences de la maladie; l'identité et le bien-être; la violence; la pression des pairs; l'autorégulation.

**Sciences humaines 6 6RE.3** Cerner les effets des choix des consommateurs et consommatrices sur l'environnement naturel et l'économie de sa communauté locale et du monde.

**Sciences humaines 7 7RE.2** Déterminer l'impact de l'exploitation et de la gestion des ressources naturelles d'un pays sur la qualité de vie de son peuple.

**Bien-être 7 7CHC.6** Démontrer les habiletés interpersonnelles et l'affirmation de soi dans la gestion de la pression des pairs. **7CHC.7** Se renseigner sur les divergences de mœurs (croyances, morale, perception du bien et du mal, lois naturelles traditionnelles) qui peuvent déterminer ou influencer le bien-être de l'individu, de la famille, de la communauté et l'environnement. **7AP.1** Élaborer avec appui deux plans d'action d'une durée d'environ six jours d'actions et de comportements sains selon le contexte y compris : aligner ses balises personnelles et les comportements; minimiser le risque d'infection des agents pathogènes transmis par le sang; développer ses habiletés en premiers soins de base; viser l'harmonie et la résolution des conflits; avoir une saine alimentation; gérer l'influence des pairs; déterminer l'impact des mœurs.

**Sciences humaines 8 8RE.1** Déterminer les conséquences sociales et environnementales de vivre dans une économie de marché mixte axée sur la consommation. **8RE.3** Discerner les approches du Canada et des Canadiennes et des Canadiens en matière de développement durable et de la responsabilité envers l'environnement naturel.

**Bien-être 8 8CHC.6** Analyser le concept de viabilité environnementale en lien avec plusieurs perspectives et ses complications au niveau du bien-être personnel, des autres et de l'environnement. **8AP.1** Élaborer deux plans d'action d'une durée de sept jours à propos de la mise en place de multiples soutiens de santé selon le contexte.