SENSIBILISATION À LA DURABILITÉ ENVIRONNEMENTALE DANS LE FOOTBALL

MODULES ÉDUCATIFS
POUR LES **JOUEURS**

GREEN COACH

UNE GESTION EFFICACE POUR UN SPORT DURABLE

Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

LIGHT **VERSION**

GREEN COACH

UNE GESTION EFFICACE POUR UN SPORT DURABLE

ÉCRIT PAR
D. Cadeddu, G.M. Frongia, F. Gaviano, A. Martis

AVEC LA COLLABORATION DE
G. Pinna, A. Scalas, M. Avanzini, C. Bajet Mestre

ÉDITÉ PAR
F. Gaviano, M. Avanzini, C. Bajet Mestre

CONCEPTION GRAPHIQUE
Pedro García Fernández

PHOTOS
Tdm International + Green Coach Projects

Le soutien de la Commission Européenne à la production de cette publication ne constitue pas une approbation de son contenu, qui n'engage que ses auteurs. La Commission décline toute responsabilité de l'usage qui pourrait être fait des informations y figurant.

« Je ne crois pas que des joueurs de football qui parlent d'action climatique fassent de la politique. C'est de la science. Il s'agit de transformer les faits dont nous disposons, pas de faire une déclaration politique »

M. Thorsby
joueur de football

TABLE DES MATIÈRES

Introduction 5

POURQUOI CE MANUEL ? 5

1. **Cadre général** 6

   1.1. LE PROJET « GREENCOACH » 6

   1.2. LE PARTENARIAT 7

   1.3. LE PROGRAMME ERASMUS + 8

2. **Sport, environnement et éducation** 9

   2.1. INTRODUCTION 9

   2.2. QUELS SONT LES DÉFIS ? 9

   2.3. SPORT, ENVIRONNEMENT ET ÉDUCATION 10

   2.4. L'APPROCHE DE L'ÉDUCATION NON FORMELLE 10

3. **Ateliers éducatifs sur la durabilité environnementale pour les athlètes** 12

   3.1. INTRODUCTION 12

   3.2. SUGGESTION D'ÉCHAUFFEMENT ET D'EXERCICES ÉNERGISANTS 13

   3.3. ATELIERS 15

   3.4. OUTILS SUGGÉRÉS POUR L'ÉVALUATION DES ATELIERS 46

Introduction
POURQUOI CE MANUEL ?

Lorsque nous avons commencé à travailler sur l'idée du projet cofondé GreenCoach Erasmus +, dans le cadre duquel ce manuel a été élaboré, nous avons étudié en profondeur le monde du sport pour comprendre le niveau de connaissance et de compréhension des principaux acteurs impliqués sur les questions environnementales et leur lien avec ce secteur d'activité.

Les initiatives existant au sujet de l'empreinte environnementale dans l'industrie du sport se concentrent principalement sur les grands événements et n'abordent pas la gestion quotidienne des organisations sportives. En outre, les organisations plus petites ou de terrain peuvent rencontrer des difficultés pour adapter ces solutions. Les émissions liées aux déplacements individuels des joueurs, des supporters, des familles et du personnel sont aussi souvent négligées car elles sont plus difficiles à évaluer et dépendent des valeurs individuelles et du comportement éthique des utilisateurs des installations sportives.

Dans le cadre du projet, nous avons donc décidé de travailler sur des solutions pratiques capables d'offrir des outils et des voies possibles pour les personnes qui cherchent à avoir un véritable impact sur cet enjeu et qui sont engagées dans le monde du sport de différentes manières : organisateurs d'événements, organisations sportives, athlètes, membres du personnel, entraîneurs.

L'un des aspects sur lesquels nous avons travaillé est la création de ce manuel : un ensemble d'outils, d'idées et d'informations liés aux questions environnementales et de durabilité dans le monde du sport.

En conséquence, ce manuel apporte des réponses aux défis ciblés dès le départ pour offrir aux entraîneurs et aux formateurs la possibilité de réaliser un certain nombre d'activités pratiques, dynamiques et non formelles qui pourraient être utilisées pour parler avec les athlètes d'enjeux tels que la consommation d'énergie, la mobilité durable ou la gestion des déchets dans le cadre de leurs activités sportives.

La version complète du manuel (disponible uniquement en anglais) contient également des informations plus approfondies sur un certain nombre de questions connexes, avec des liens associés. Elle peut servir de base pour fournir des renseignements aux participants des ateliers organisés et créer un espace pour aller plus loin dans ces sujets si les personnes souhaitent en savoir plus sur des questions spécifiques. Ce n'est toutefois pas une obligation.

Nous vous souhaitons une bonne lecture et espérons que ce manuel pourra vous être utile !

1 Cadre général

1.1 LE PROJET « GREENCOACH »

Greencoach est un projet de 36 mois auquel participent des organisations environnementales, des prestataires d'éducation formelle et non formelle et des fédérations sportives. Il a pour but de s'attaquer au problème de l'empreinte environnementale des organisations sportives en intégrant un système de suivi et d'évaluation comparative et une meilleure approche de la durabilité dans la gestion quotidienne de leurs actions.

Pour y parvenir, nous avons travaillé sur l'élaboration de différents outils :

- Un système convivial en ligne d'évaluation comparative et de suivi pour mettre en œuvre des plans de durabilité et réduire l'empreinte environnementale, en s'attardant sur l'engagement des joueurs, des spectateurs et du personnel à utiliser des modes de transport plus durables.
- Un label de qualité qui permet aux organisations sportives de montrer leur engagement envers la durabilité et de l'intégrer à leur image de marque et à leur stratégie de communication.
- Deux modules éducatifs pour des groupes cibles différents.
- Une étude fondée sur les preuves et un plan d'action pour les clubs sportifs afin de réduire leur empreinte environnementale.

Les principaux groupes cibles du projet sont les organisations sportives, représentées au sein du partenariat par cinq associations nationales de football, mais aussi par les sportifs, les familles, les spectateurs et le personnel. Le projet renforce les capacités de ces groupes cibles grâce à des modules d'éducation et de formation visant à promouvoir la gestion durable dans les organisations sportives. Le partenariat est composé de huit partenaires réunissant les associations de football de cinq pays différents (Belgique, Lituanie, Norvège, France et Suède) et des organisations à but non lucratif et académiques basées en Espagne et en Italie, spécialisées dans la durabilité, l'éducation et l'autonomisation des jeunes.

1.2
LE PARTENARIAT

Le partenariat GreenCoach est composé de huit partenaires, regroupant des associations de football basées dans cinq pays différents (Belgique, France, Lituanie, Norvège et Suède) et des organisations à but non lucratif et académiques basées en Espagne et en Italie, spécialisées dans la durabilité, l'éducation et l'autonomisation des jeunes.

COORDINATEUR

- Ecoserveis - Espagne

PARTENAIRES TECHNIQUES

- TDM2000 International - Italie
- École d'études avancées Sant'Anna - Italie

ASSOCIATIONS DE FOOTBALL

- Association norvégienne de football - Norvège
- Association des clubs francophones de football (ACFF) - Belgique
- Fédération suédoise de football (SFA) - Suède
- Association lituanienne de football de base (LGFA) - Lituanie
- Fédération française de football (FFF) - France

1.3
LE PROGRAMME ERASMUS +

Erasmus+ est le programme de l'Union européenne dédié à l'éducation, la formation, la jeunesse et les sports en Europe. Il offre aux Européens la possibilité d'étudier, de se former, d'acquérir de l'expérience et de faire du bénévolat à l'étranger. Erasmus+ ne se concentre que sur les étudiants. Fruit de la fusion de sept programmes précédents, il développe des actions destinées à une grande variété de personnes et d'organisations.

L'objectif du programme est de contribuer à la stratégie Europe 2020 pour la croissance, l'emploi, l'équité sociale et l'inclusion, ainsi qu'aux objectifs de l'ET 2020, le cadre stratégique de l'UE pour l'éducation et la formation. Erasmus+ vise également à promouvoir le développement durable de ses partenaires dans le domaine de l'enseignement supérieur et à contribuer à la réalisation des objectifs de la stratégie de l'UE pour la jeunesse.

Parmi les différentes actions clés du programme Erasmus +, l'une d'entre elles est dédiée au sport : elle offre la possibilité de développer, de transférer et de mettre en œuvre des pratiques novatrices dans différents domaines liés au sport et à l'activité physique, chez différentes organisations et acteurs aussi bien dans le sport qu'en dehors de celui-ci.

L'action vise à promouvoir et à financer des projets novateurs de type « Partenariats de collaboration » ayant pour but de :

- Combattre le dopage à la base, notamment dans les environnements récréatifs tels que le sport amateur et le fitness
- Intensifier la prévention et développer un intérêt chez les parties prenantes impliquées dans la lutte contre le trucage de matchs
- Soutenir la prévention, l'éducation et les approches innovantes pour lutter contre la violence, le racisme et l'intolérance dans le sport
- Encadrer l'application des documents politiques de l'UE dans le domaine du sport et d'autres domaines stratégiques pertinents, tels que les recommandations, les lignes directrices, les stratégies politiques, etc. (par exemple : les lignes directrices de l'UE sur l'activité physique, ou sur la double carrière des athlètes, les principes de bonne gouvernance dans le sport, etc.)

Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union

2

Sport, environnement et éducation

2.1 INTRODUCTION

Le monde du sport est par définition étroitement lié à la nature et à l'environnement. Pour certains sports, ce lien est encore plus évident du fait qu'ils doivent être pratiqués en plein air et dans des conditions spécifiques. Par exemple, il serait impossible de skier ou de faire des courses de cross-country sans disposer d'un environnement préservé où organiser des événements sportifs. Dans d'autres cas, le lien est encore plus étroit compte tenu des **impératifs** de disposer d'un milieu sain pour les pratiquer. C'est le cas, par exemple, de l'escalade libre, du surf et de la plupart des sports pratiqués en pleine mer. Mais ce n'est pas tout, chaque sport a un rapport étroit avec la question environnementale ainsi qu'un énorme impact.

La pratique sportive nécessite différents objets : maillots, ballons, bâtons, raquettes, planches de surf, kimonos, chaussures de course, casques, etc. La production de ces articles et de ce qui tourne autour du monde du sport (terrains où il est pratiqué, stades, aliments consommés lors des événements sportifs, etc.) représente un coût en termes d'énergie, d'eau et d'autres ressources à utiliser pour les créer. En outre, tous ces éléments devront également être éliminés de la manière la plus respectueuse possible lorsqu'ils cessent d'être utiles et d'accomplir leur objectif. Un enjeu supplémentaire qui représente un grand défi.

Les systèmes d'éclairage, d'arrosage et de chauffage sont aussi utilisés dans différents sports, en plus d'autres procédés spécifiques pour rendre leurs conditions de pratique optimales. Tout cela a un coût si l'on considère l'impact environnemental de ces activités.

Bien évidemment, les grands événements sportifs tels que les Jeux olympiques ou la Coupe du monde de football ont un impact beaucoup plus important que le sport pratiqué au niveau communautaire. Néanmoins, il est important de faire naître un intérêt, de comprendre les problèmes et d'essayer de trouver des solutions communes à tous les niveaux, car le changement commence toujours par la façon dont chacun d'entre nous agit et notre contribution à la cause.

Grâce à ce module, nous cherchons à fournir des informations et des ressources pratiques aux joueurs, c'est-à-dire aux sportifs qui pratiquent un sport et participent à des matchs. Ce document s'adresse plus précisément aux utilisateurs des centres sportifs. Un module similaire est conçu pour fournir des informations aux éducateurs et au personnel des centres sportifs. Ces deux modules favorisent la réflexion des organisations sportives et des organisateurs d'événements sportifs, ainsi que des personnes ordinaires : athlètes, supporters et autres personnes qui gravitent autour de ce monde et peuvent avoir une influence grâce à leurs actions et leurs idées. Nous cherchons à faire en sorte que les activités et les actions proposées dans les deux modules soient adaptées au public cible spécifique : utilisateurs finaux ou organisateurs d'événements.

2.2 QUELS SONT LES DÉFIS ?

Il est vrai que le sport offre de très grands bienfaits à tous ceux qui en font et s'y intéressent, mais sa pratique est aussi à l'origine de plusieurs problèmes potentiels.

Même si ces défis peuvent ne pas sembler immédiatement évidents, ils sont susceptibles de contribuer de façon certaine à aggraver les problèmes environnementaux de notre planète.

Il existe plusieurs aspects à prendre en compte si l'on cherche à comprendre et à faire attention à l'impact environnemental généré par les activités sportives.

Dans ce manuel, nous abordons six thèmes différents, allant d'une approche générale sur l'empreinte environnementale des événements et des activités sportives, à un sujet très concret, à savoir la consommation de plastique, en raison de son fort impact en termes de gestion des déchets. Les chapitres et les questions évoqués dans ce manuel sont les suivants :

- Empreinte environnementale
- Gestion des déchets
- Consommation énergétique
- Consommation d'eau
- Mobilité durable
- Consommation de plastique

2.3 SPORT, ENVIRONNEMENT ET ÉDUCATION

En ce qui concerne les solutions, nous estimons que l'une des meilleures façons de travailler est l'éducation. Sensibiliser, fournir des connaissances et des outils pour mieux comprendre et agir face aux défis et à l'impact du sport sur les questions environnementales permettra d'enclencher un cercle vertueux capable d'affronter les problèmes et de réduire leur nuisibilité, voire d'y mettre un terme.

On a vu par le passé que ces actions ne génèrent pas un bénéfice immédiat pour les personnes et pour l'environnement lui-même, car assimiler l'information, la comprendre et en faire une habitude peut prendre du temps. Mais des réponses à certains problèmes sont toutefois données, même si cela demande un effort commun et de la patience. Ainsi, dans les activités que nous avons développées, nous associons le monde du sport et l'apport de connaissances sur les principales questions environnementales, en particulier sur la façon dont elles sont liées au monde réel des participants/athlètes impliqués.

L'enseignement dispensé porte donc sur les défis et les solutions en matière d'environnement et utilise de façon générale le sport comme métaphore ou comme moyen de jouer ensemble pour mieux comprendre comment les problèmes se posent dans la pratique. Voici comment nous abordons ces questions :

- Brainstorming sur les questions et compréhension du degré de sensibilisation des participants à ces questions ;
- Expérimenter comment ces questions fonctionnent dans la pratique (à travers de différentes activités, simulations, quizz, etc.) ;
- Réfléchir aux expériences et aux conclusions que nous pouvons en tirer ;
- Comprendre comment ces questions se reflètent dans la vie sportive et quotidienne des participants ;
- Prendre conscience de ce qui peut être fait par eux-mêmes, par leurs clubs et par d'autres organisations afin d'avoir une vraie incidence sur ces questions ;
- Prévoir de temps à autre des actions communes ou individuelles ;
- Évaluer l'expérience globale et les connaissances acquises.

Grâce à cette approche basée sur le **cycle d'apprentissage de Kolb**[1], nous sommes en mesure d'aborder les problèmes et de faire en sorte que les participants puissent bénéficier au maximum de l'expérience. Il est important de savoir que notre approche éducative (expliquée de façon détaillée dans le paragraphe suivant) vise à faire réfléchir les participants, à leur faire prendre conscience de ce qui peut être fait, à les faire travailler leurs comportements et à les rendre plus actifs pour essayer de changer les choses, plutôt qu'à leur donner des connaissances académiques profondes sur ces sujets. Par conséquent, nous allons principalement chercher à changer le comportement des personnes et en partie leur capacité à mettre en place ce changement, plutôt que de leur fournir uniquement des connaissances théoriques.

2.4 L'APPROCHE DE L'ÉDUCATION NON FORMELLE

L'éducation non formelle (ENF) peut être définie comme une méthodologie éducative structurée qui privilégie les méthodes d'apprentissage dynamiques, créatives et coopératives (telles que les jeux de rôle, la simulation, le dessin et les conversations de groupe) plutôt qu'une approche formelle composée de cours magistraux et de parcours d'apprentissage imposés.

Elle se différencie de l'**apprentissage informel,** qui pourrait à certaines occasions être intégré à nos programmes. L'apprentissage informel est une sorte d'«apprentissage accidentel » qui concerne toutes les compétences acquises dans la vie quotidienne dans le cadre de la famille, du travail, des loisirs et du sport, sans objectifs, motifs ou programmes définis, et il est possible qu'il n'y ait pas d'intention consciente d'apprendre, ni même de conscience d'apprendre.

En revanche, l'éducation non formelle est consciente et volontaire et toujours structurée

[1] Stice, J. E. (1987). Using Kolb's Learning Cycle to Improve Student Learning. *Engineering education,* 77(5), 291-96.

avec des programmes, des horaires, des temps définis, des objectifs fixés et un cycle d'évaluation.

Les éléments qui composent un programme d'éducation non formelle sont les suivants :

- *En dehors des institutions officielles.* Contrairement aux programmes formels qui se déroulent dans des écoles ou des universités, ce qui est ici proposé peut avoir lieu à divers endroits, y compris dans la nature ou, dans notre cas, sur des terrains de football/sport.
- *Non hiérarchique.* Le processus d'apprentissage dans l'ENF prévoit que les formateurs/facilitateurs soient au même niveau que les « étudiants » ou les participants. Tout le monde peut apprendre les uns des autres, et le formateur est plus un guide qu'un enseignant (fournissant également des apports théoriques et des points de vue si nécessaire).
- *Volontaire.* Les activités dans ce cadre ne sont jamais obligatoires, mais les participants doivent être intéressés pour y prendre part.
- *Espace sécurisé.* Il est important que l'équipe soit bien constituée dès le départ, que chacun puisse se sentir en sécurité et respecté, car nous aurons besoin de la contribution de tout le monde, sans honte d'exprimer des opinions différentes ni craindre de se tromper.
- *Structuré avec des objectifs précis.* Comme on l'a déjà vu, l'ENF est toujours structurée et chaque activité a une série d'objectifs à atteindre à la fin de l'activité, pouvant également être évalués.
- *Objectifs pédagogiques.* Bien que certaines activités puissent être très ludiques ou amusantes, le divertissement en soi ne devrait jamais être le but ultime des activités ENF, mais uniquement un moyen de permettre aux participants de profiter de leur apprentissage. Toutes les activités ont pour but ultime d'acquérir une expérience d'apprentissage ou de contribuer à la rendre aussi productive que possible (comme les activités de promotion du travail d'équipe, par exemple).
- *Expérimental.* L'éducation non formelle privilégie la pratique à la théorie. Les participants sont amenés à réaliser une expérience (une simulation, un jeu quelconque, un brainstorming sur un sujet), puis à y réfléchir en faisant un compte-rendu de l'expérience avec le coach/formateur, et en cherchant des solutions aux problèmes identifiés à appliquer dans leur vie quotidienne et de manière systématique. Les participants doivent toujours être invités à « apprendre en faisant ».
- *Stimule la créativité et la participation.* Les ateliers développés incitent les participants à utiliser leur créativité et leur imagination. Plus les participants sont motivés à prendre part aux discussions et au travail, plus l'ensemble du groupe bénéficiera des connaissances et des idées de chacun.
- *Centré sur l'apprenant.* Les activités doivent toujours être axées sur les besoins des participants, en termes d'objectifs, mais aussi de capacités et de connaissances. Tout doit être adapté au groupe de participants pour obtenir le meilleur résultat possible.
- *Approche holistique.* Alors que l'éducation formelle privilégie généralement l'acquisition de connaissances sur la théorie et moins sur la pratique, l'ENF s'efforce d'influencer nos actions sur trois dimensions d'apprentissage : les connaissances (ou le « produit » du cerveau), les compétences (ce que l'on peut faire avec nos mains) et les attitudes (les comportements et valeurs guidés par le cœur).
- *Coopération vs. concurrence.* Au lieu d'essayer de savoir qui est le « meilleur élève de la classe », notre approche veille à créer des groupes de personnes qui coopèrent à un apprentissage commun plutôt que de se demande qui s'y connait le mieux sur un sujet donné. Le but ultime étant d'apprendre, le fait que quelqu'un en sache moins ne devrait pas constituer un obstacle. Si une personne possède beaucoup de connaissances sur un sujet déterminé, elle devrait être invitée à partager son expérience avec les autres autant que possible.
- *Auto-évaluation et non pas des notes ou des diplômes.* Personne ne peut juger le niveau de préparation atteint par un participant dans le domaine des ateliers pédagogiques élaborés. Le plus adéquat est de mettre en place un processus d'évaluation comprenant une auto-évaluation pour que les participants réalisent par eux-mêmes ce qu'ils ont appris pendant les activités. Pour cette raison, personne ne peut donner de notes, accorder un vote, ni faire passer un examen.

L'éducation non formelle, c'est aussi l'utilisation de méthodes d'apprentissage et l'adoption d'objectifs d'apprentissage spécifiques :

- Apprendre à apprendre
- Apprentissage individuel et en groupe
- Mettre l'accent autant sur les méthodes d'apprentissage que sur le contenu
- Mettre en pratique les connaissances et les compétences acquises
- Développer la capacité à participer socialement
- Développer la capacité d'adaptation
- Développer la capacité à prendre des responsabilités individuellement et collectivement
- Développer la capacité à fixer des objectifs et à les atteindre
- Apprendre à se motiver

3

Ateliers pour athlètes sur la durabilité environnementale

3.1 Introduction

Nous vous proposons donc une série d'ateliers inspirés et adaptés d'autres manuels et d'activités précédentes menées dans le domaine de l'éducation non formelle, ou conçus pour le projet GreenCoach sur une base nouvelle. Les ateliers sont supposés impliquer des sportifs. Les ateliers figurant sur la liste suivront la structure suivante :

1. **Échauffement/Exercices énergisants** * : ils sont généralement réalisés pour aider les personnes à se connaître, pour intensifier l'énergie ou le niveau d'enthousiasme du groupe, pour encourager la formation de l'esprit d'équipe ou pour amener les personnes à réfléchir sur un sujet spécifique. En outre, il est prouvé que pratiquer une activité physique avant de commencer un groupe de réflexion peut aider les participants à être plus attentifs et à conserver leur concentration. Vous trouverez une liste d'outils dans la section 3.2.

2. **Introduction** ** : toutes les personnes participant à l'activité commenceront à s'intéresser au sujet par un débat, un brainstorming ou une conversation dirigée par le facilitateur dans un cadre non formel. Si vous avez déjà eu l'occasion de discuter des sujets spécifiques de l'atelier avec les bénéficiaires, vous pouvez sauter cette partie et passer directement à l'activité principale sans introduction.

3. **Activité principale** : une activité physique dans un but précis.

4. **Compte-rendu** : un débat mené par le facilitateur dans le but de faire réfléchir les participants sur leurs sentiments et la signification de l'activité pratiquée précédemment.

5. **Évaluation finale** : les participants sont invités à évaluer l'ensemble de l'atelier. C'est une phase utile aux éducateurs et aux animateurs pour mieux comprendre les points forts et les points faibles de l'atelier proposé. Vous trouverez une liste d'outils dans la section 3.4.

La structure proposée peut être modifiée et adaptée en fonction des besoins spécifiques des participants et de l'objectif final que les animateurs souhaitent atteindre. Le « Niveau de difficulté » dans la première partie de la description de l'atelier désigne les capacités requises par les participants pour réaliser l'atelier.

VEUILLEZ NOTER

Toutes les activités doivent être réalisées dans le respect des mesures sanitaires nationales et des règles établies par les fédérations sportives pour éviter et freiner la propagation de la COVID. Les recommandations générales adoptées doivent être prises en compte lors de la réalisation des ateliers.

3.2 Suggestions d'échauffements/ exercices énergisants

Si l'activité principale de l'atelier prévoit des exercices physiques exigeants pour les bénéficiaires, nous suggérons d'effectuer un échauffement/des exercices énergisants après l'introduction/le débat et immédiatement avant l'activité principale. Voici une liste de suggestions et d'idées.

1. Titre : Évolution

But : mélanger les membres d'un groupe et proposer une compétition amicale pour intensifier l'énergie

Durée : au moins 5 minutes

Outils pour les méthodes/conditions : une pièce spacieuse/un espace ouvert

Règles : il s'agit simplement d'un tournoi de pierre-papier-ciseaux. Tout le monde commence au niveau le plus bas (le poisson). Lorsqu'on gagne une partie de pierre-papier-ciseaux, on passe immédiatement au niveau supérieur. Après chaque partie, il y a un gagnant qui monte de niveau et un perdant qui descend. Les participants peuvent uniquement affronter les personnes qui sont au même niveau qu'eux : on doit faire une pose, une action ou un bruit pour indiquer aux autres quel est notre niveau. Chaque participant peut ainsi identifier d'autres concurrents en vérifiant s'ils ont le même signe.

La chaîne de l'évolution :

- Poisson : imiter la nage
- Souris : imiter les moustaches d'une souris en faisant des gestes avec les doigts
- Singe : imiter la voix et les mouvements d'un singe
- Homme : la partie est gagnée

Recommandations : le facilitateur peut encourager les participants à bouger à un rythme rapide afin que chacun puisse monter et descendre l'échelle de l'évolution à plusieurs reprises. Le processus de montée/descente empêche de jouer uniquement avec ses amis car, d'une manière ou d'une autre, ils passeront rapidement à un autre niveau. Il est possible d'utiliser plus de niveaux sur une chaîne d'évolution ou d'en supprimer.

2. Titre : Faire tourner la corde

But : rappeler les noms des participants, les faire travailler en équipe et créer une bonne ambiance.

Durée : 5-10 minutes (en fonction du nombre de participants)

Outils pour les méthodes/conditions : corde / cerceau, morceau de tissu / foulard

Règles : les participants se placent en cercle en tenant une corde dans leurs mains.

Le foulard est attaché à la corde. Lorsque le facilitateur prononce le nom de l'un des participants, tous doivent déplacer la corde jusqu'à ce que le foulard se trouve devant le participant dont le nom vient d'être prononcé. On ne peut bouger la corde qu'avec l'index. Le but du jeu est de déplacer la corde le plus rapidement possible et de répéter le plus de noms possible.

Recommandations : on peut compliquer l'activité en demandant au participant qui tient la corde avec le foulard de prononcer le nom d'une personne qui se trouve du côté complètement opposé. Ou au contraire, de prononcer le nom d'un participant proche. Si les participants savent déjà les noms de tous les membres du groupe, on peut utiliser le jour et le mois de naissance à la place.

3. Titre : Nom roulette

Type : briser la glace, introduction

But : apprendre à mieux se connaître et ce que tout le monde aime.

Temps : environ 20-30 min

Outils pour les méthodes/conditions : aucun

Règles : tout le monde se tient en cercle, rapprochés les uns des autres. Le jeu commence avec une personne qui dit son nom et un adjectif qui pourrait la décrire et qui commence par la première lettre de son nom. La suivante doit faire la même chose, mais avant de dire son nom et son adjectif, elle doit répéter tous les noms et adjectifs déjà dits par les autres.

Recommandations : cette méthode peut être utilisée plusieurs fois, voire périodiquement, avant ou après d'autres activités. Pour encourager les participants, le facilitateur peut lancer l'activité.

4. Titre : Nœud humain

But : faire travailler les participants ensemble afin de trouver une solution à un problème.

Durée : 5-30 minutes (en fonction du nombre de participants)

Outils pour les méthodes/conditions : aucun

Règles : les participants se placent en cercle, épaule contre épaule. On leur demande ensuite de fermer les yeux, de se déplacer lentement vers le centre du cercle et de trouver une main à travers ce cercle.

Au bout d'un moment, chaque main devrait avoir une paire. Lorsque tout le monde est lié, c'est le moment d'ouvrir les yeux et de constater la situation. Le but de cette activité est d'essayer de défaire le nœud humain sans lâcher aucune main. À la fin du jeu, tout le monde doit se trouver debout, comme au début, dans un cercle relié par les mains.

Recommandations : les meilleurs nœuds et les plus difficiles sont réalisés lorsque les participants visent des mains qui, au début, sont aussi éloignées d'eux que possible. En outre, pour augmenter le niveau de difficulté, certains participants pourraient avoir les yeux bandés ou être invités à garder le silence général.

5. Titre : Avoir le flow

But : intensifier l'énergie des participants

Durée : 10 minutes

Outils pour les méthodes/conditions : une pièce spacieuse

Règles : les participants se placent au hasard dans une pièce et le facilitateur se prépare à donner différents signaux pour leur indiquer ce qu'ils devront tous faire. Lorsque l'animateur tape des mains une fois, les participants font un pas ; deux fois, les participants sautent ; trois fois, ils s'agenouillent ; lorsque l'animateur siffle, tout le monde doit faire son propre bruit et ouvrir les bras.

Recommandations : vous pouvez varier les signaux ainsi que leurs significations. Il est important de pratiquer une ou deux fois tous les mouvements que chacun devra faire après le signal convenu avant de se lancer réellement dans le jeu.

6. Titre : Ninja

But : créer une énergie positive et briser la glace dans le groupe

Durée : 5-20 minutes (en fonction de la taille du groupe)

Outils pour les méthodes/conditions : aucun

Règles : les participants se placent en cercle. Le facilitateur commence le jeu en plaçant ses mains devant lui pour signaler quelqu'un du groupe et en disant « Hi » ; le participant qui a été désigné doit bouger ses mains en disant « Ha » ; les deux participants qui se tiennent à côté de celui qui a les mains levées doivent le « tuer » en disant « Ho ». Le participant qui a dit « Ha » doit poursuivre le jeu en désignant à nouveau quelqu'un d'autre du cercle et en disant « Hi ». Le jeu continue ainsi jusqu'à ce que quelqu'un se trompe ou mette trop de temps à répondre. La personne est alors éliminée du jeu. Le jeu continue jusqu'à ce qu'il ne reste plus que trois joueurs.

Recommandations : au début du jeu, les facilitateurs doivent montrer comment on joue afin que les autres saisissent l'idée et apprennent plus rapidement. Personne ne doit être éliminé dès le début, il faut un peu de temps pour s'y habituer. Si le jeu devient trop lent, les facilitateurs doivent encourager les participants à aller plus vite, car ce n'est qu'à ce moment-là que le jeu devient intéressant et plus drôle.

3.3
Ateliers

Tableau des ateliers

« R.e.U.s.e. » Recycling Empowerment to Uphold Sustainability for the Environment	DIFFICULTÉ: 3	GESTION DES DÉCHETS	CONSOMMATION DE PLASTIQUE	Page 17
La vie en plastique... C'est fantastique ?	DIFFICULTÉ: 3	CONSOMMATION DE PLASTIQUE		Page 20
Sandwich au poulet	DIFFICULTÉ: 3	GESTION DES DÉCHETS		Page 25
Electri-City	DIFFICULTÉ: 4	CONSOMMATION ÉNERGÉTIQUE		Page 29
Re-word, Re-ward, Re-world	DIFFICULTÉ: 3	GESTION DES DÉCHETS		Page 31
Escalier vers le paradis vert	DIFFICULTÉ: 3	EMPREINTE ENVIRONNEMENTALE		Page 33
Scanner de mobilité durable	DIFFICULTÉ: 3	MOBILITÉ DURABLE		Page 37
Chronologie de la décomposition	DIFFICULTÉ: 3	GESTION DES DÉCHETS	EMPREINTE ENVIRONNEMENTALE	Page 40
Meneur de l'eau	DIFFICULTÉ: 3	CONSOMMATION D'EAU		Page 43

Explication du modèle d'atelier

1. **Titre :** nom de l'atelier décrit.
2. **Sujets :** liste des sujets qui sont évoqués dans l'atelier (en fonction de la liste des sujets inclus dans le manuel).
3. **Niveau de difficulté :** niveau de complexité de l'exercice par rapport au niveau de connaissance et de conscience des participants.
4. **Type d'activité :** activité statique, dynamique ou de mouvement, y compris les méthodes utilisées (brainstorming, simulation, etc.).
5. **Groupe cible :** à qui s'adresse l'atelier, ou à qui il est le plus approprié de l'adresser ?
6. **Taille du groupe :** nombre suggéré de participants pour réaliser l'activité comme prévu.
7. **Durée :** durée suggérée de l'activité.
8. **Lieu :** quel type d'espace est nécessaire pour réaliser l'activité ?
9. **Personnel impliqué :** combien de facilitateurs, de formateurs ou autres sont nécessaires pour réaliser l'activité ?
10. **Langue :** dans quelle langue l'activité doit être menée ?
11. **Matériel :** quel type de matériel faut-il pour réaliser l'activité (par exemple : ballons, stylos, marqueurs, papiers, etc.) ?
12. **Objectifs :** objectifs de l'activité ; quel est le but de l'activité ?
13. **Présentation générale :** description générale de l'activité.
14. **Activité :** description détaillée du plan de l'activité.

Atelier

« R.e.U.s.e. » Recycling Empowerment to Uphold Sustainability for the Environment

SUJETS : gestion des déchets ; consommation de plastique

NIVEAU DE DIFFICULTÉ :

TYPE D'ACTIVITÉ : statique (brainstorming, débats, compte-rendu) - Mouvement (courir, jouer avec un ballon)

GROUPE CIBLE : athlètes, sportifs, jeunes - 15/35 ans

TAILLE DU GROUPE : 20/25 personnes

DURÉE : 1 heure

LIEU : espace ouvert/terrain de football-Futsal

PERSONNEL IMPLIQUÉ : 2 facilitateurs + 2 personnes pour les aider (facultatif)

LANGUE : toutes les activités seront mises en œuvre dans la langue maternelle des bénéficiaires afin de garantir l'efficacité de l'atelier

MATÉRIEL : brochures, autocollants, dépliants, roll-up, liste de signatures, stylos, tableaux, cônes en plastique, ballons, drapeau, jeu de cartes, cartons, ruban adhésif, crayons, sifflets, cage de football

OBJECTIFS :

- Promouvoir l'esprit civique et le sens des responsabilités chez les jeunes/sportifs
- Sensibiliser à l'importance et à l'impact positif du tri des déchets
- Souligner l'effet de nos actions quotidiennes sur notre environnement

PRÉSENTATION GÉNÉRALE : l'activité est prévue pour donner l'opportunité aux participants de prendre conscience du tri des déchets, de comprendre combien il est important de connaître les règles exactes et de souligner l'effet de nos actions quotidiennes sur l'environnement. D'autres compétences collatérales seront traitées dans le cadre de l'atelier, telles que le travail en équipe, la prise de décision, le leadership, l'esprit sportif...

ACTIVITÉ

1. Introduction/Brainstorming

Durée : 10 minutes

Pour commencer l'activité, les facilitateurs et les participants sont réunis en cercle dans un environnement confortable. Le facilitateur commencera le discours introductif par un brainstorming en posant une question aux participants : « Pensez une seconde à la protection de l'environnement. Quel est le premier mot qui vous vient à l'esprit ? » Tous les mots/concepts seront écrits sur un tableau. Après une brève discussion, le facilitateur proposera une définition générale aux participants, en mentionnant également une définition officielle :

> *« Toute activité visant à maintenir ou à restaurer la qualité des milieux environnementaux en prévenant l'émission de polluants ou en réduisant la présence de substances polluantes dans les milieux environnementaux. Elle peut consister en : a) des changements dans les caractéristiques des biens ou des services ; b) des changements dans les habitudes de consommation ; c) des changements dans les techniques de production ; d) le traitement ou l'élimination des résidus dans des installations séparées de protection de l'environnement ; e) le recyclage ; f) la prévention de la dégradation du paysage et de l'écosystème ».*

Source: *Glossary of Environment Statistics, Studies in Methods, Series F, No. 67, United Nations, New York, 1997.*

2. Échauffement/Exercices énergisants*

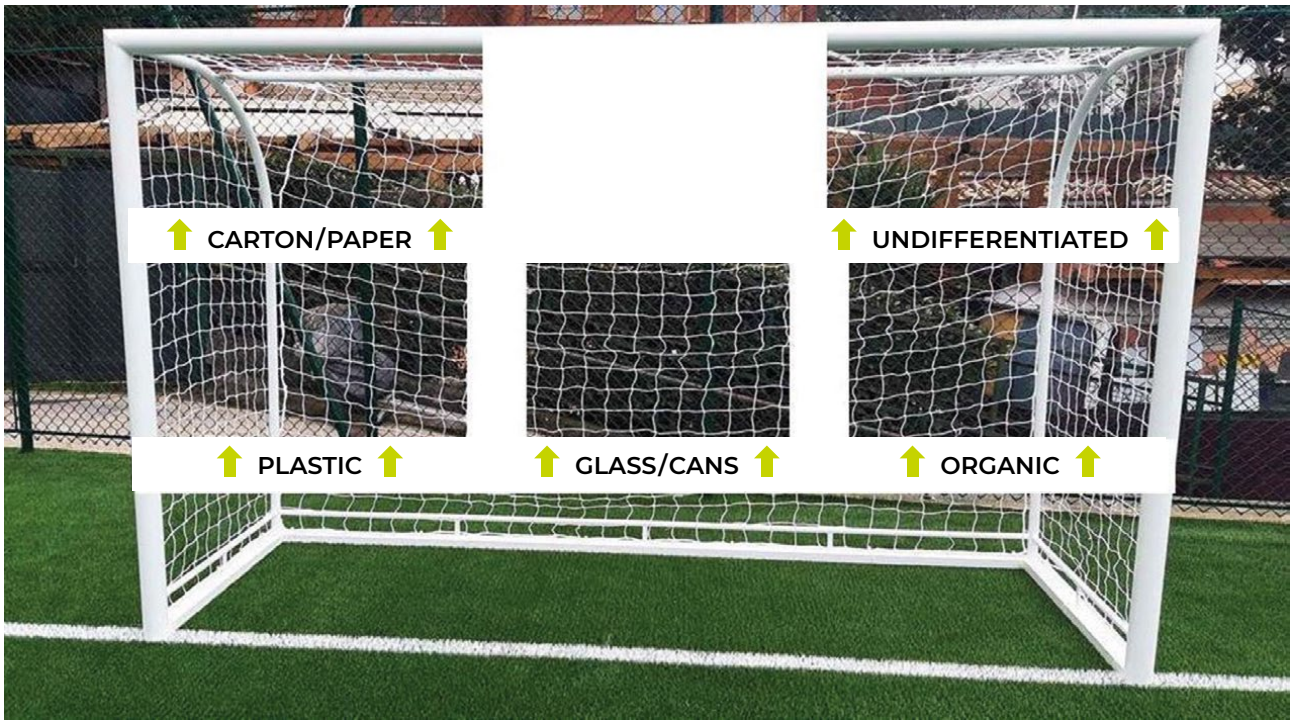
Durée : 5 minutes

3. Activité principale

Durée : 30 minutes

Après la partie introductive et l'échauffement, les participants seront répartis dans des groupes de cinq personnes* pour réaliser l'activité principale. Cette phase doit se dérouler sur un terrain de football/Futsal ou dans un gymnase avec un but de football** La cage sera divisée en différentes sections*** représentant chacune une catégorie du tri des déchets**** conformément à l'image ci-dessous :

Chaque groupe de joueurs se placera en ligne, au milieu du terrain. Une fois que le facilitateur aura donné le départ en sifflant, le premier joueur de la première équipe devra courir en contrôlant le ballon avec les pieds jusqu'à la ligne de la surface de réparation (penalty). Le facilitateur, qui se trouvera près de la ligne, demandera au joueur de choisir une carte au hasard dans un jeu qu'il aura entre les mains. Sur les cartes, il y aura des images de plusieurs objets de la vie quotidienne. Le joueur aura quelques secondes pour décider dans quelle catégorie du tri des déchets l'objet représenté sur la carte devra être jeté une fois abîmé ou cassé. Il donnera sa réponse et rendra la carte au facilitateur puis essayera d'envoyer le ballon dans la bonne section de la cage par un coup franc. Après avoir terminé, le deuxième joueur commencera le même jeu et ainsi de suite jusqu'au dernier joueur du groupe. L'exercice sera répété pour les quatre groupes restants.



Les équipes gagnent un point pour chaque bonne réponse et autant de points supplémentaires lorsqu'elles réussissent à tirer dans la bonne section du but.

4. Compte-rendu

Durée : 10-15 minutes

L'activité se conclura par un compte-rendu afin de recueillir l'avis général des participants sur l'activité. Vous pouvez par exemple poser les questions suivantes :

- Comment vous êtes-vous senti pendant l'activité ?
- À quel point est-il difficile d'obtenir des réponses dans votre groupe ?
- Pensez-vous que votre groupe a une bonne connaissance des règles pour un tri sélectif correct des déchets ?
- Pensez-vous qu'il est facile de toujours suivre les règles indiquées pour le tri sélectif correct des déchets ?

Terminez le compte-rendu en montrant aux participants une bouteille en plastique et en leur demandant « À votre avis, quelle sera la fin du cycle de vie d'une bouteille en plastique après son utilisation ? ». Laissez les participants en discuter puis concluez en précisant que cela dépend de nombreux facteurs (par exemple : les règles de la communauté dans laquelle nous vivons concernant le recyclage du plastique), mais que nous avons aussi tous une grande responsabilité et que nous pouvons avoir un impact important en fonction de nos choix quotidiens (par exemple : si nous la jetons dans une rivière, elle risque de finir dans l'océan, si nous la jetons dans une poubelle spéciale, elle peut être recyclée, ou nous pouvons aussi décider d'éviter d'utiliser des récipients en plastique et choisir des matériaux réutilisables).

Faites aussi mention de l'impact de l'utilisation du plastique en général sur l'environnement et de certaines bonnes pratiques qui existent déjà en matière de tri et de recyclage des déchets.

5. Évaluation finale

Les participants seront invités à évaluer l'atelier en utilisant un outil spécifique de l'éducation non formelle

Durée : 5 minutes

CONSEILS POUR LES FACILITATEURS

* Posez sur le sol cinq ballons, cinq t-shirts, cinq cônes en plastique, cinq cartes et cinq crayons. Demandez à tous les participants de prendre un objet et de rejoindre les autres joueurs ayant les mêmes objets.

** L'espace où se déroulera la séance doit être préparé avant de commencer l'activité.

*** Faites appel à votre imagination pour diviser le but de football en différentes sections : carton, corde, ruban adhésif, etc. Il existe plusieurs alternatives pour conserver le même concept de l'atelier sans utiliser de but de football (par exemple : des cônes en plastique de couleur avec des panneaux en carton indiquant les catégories de tri des déchets)

**** Les catégories de tri des déchets doivent être conformes à la réglementation locale en vigueur dans le pays où l'atelier est réalisé et où vivent les bénéficiaires.

- Assurez-vous de connaître la bonne réponse pour la catégorie du tri de déchets liée à chaque élément des cartes.
- Vous pouvez créer votre propre jeu de cartes ou ajouter de nouveaux éléments à ceux qui sont déjà fournis.
- Assurez-vous d'avoir suffisamment d'informations sur l'impact du tri des déchets pour conclure le compte-rendu (cherchez des exemples de bonnes pratiques dans votre pays).
- La séance pourrait être adaptée à plusieurs autres sports (handball, basket-ball, etc.).
- Il est possible de distribuer une brochure contenant des informations sur le tri des déchets à chaque participant à la fin de l'atelier (vérifiez si votre municipalité ou votre communauté en a édité une, ou créez la vôtre).

EXEMPLE DE CARTES :

Atelier

La vie en plastique… C'est fantastique ?

SUJETS : Consommation de plastique

NIVEAU DE DIFFICULTÉ :

TYPE D'ACTIVITÉ : mouvement (quizz et running) - statique (débat)

GROUPE CIBLE : athlètes, sportifs, joueurs de football, jeunes - 18/35 ans

TAILLE DU GROUPE : 20/24 personnes au maximum, idéalement un nombre divisible par deux ou par trois

DURÉE : 80-90 minutes

LIEU : espace ouvert ; terrain de football

PERSONNEL IMPLIQUÉ : 1-2 facilitateurs + 2 personnes pour les aider (facultatif)

LANGUE : toutes les activités seront réalisées dans la langue maternelle des bénéficiaires afin de garantir l'efficacité de l'atelier

MATÉRIEL : liste de signatures, images d'objets en plastique pour la répartition en groupes, ruban adhésif, drapeau/maillot pour le jeu « capture du drapeau », sifflet (facultatif), liste de questions, liste de déclarations pour le « où en êtes-vous », tableau blanc/tableau de conférence avec feuilles de papier

OBJECTIFS :

- Sensibiliser à l'impact de l'utilisation du plastique en général et dans l'environnement sportif en particulier.
- Vérifier et réfléchir sur les connaissances réelles des participants sur l'impact de la consommation de plastique.
- Explorer ensemble les opinions sur les mythes de l'utilisation du plastique
- Réfléchir à des solutions possibles à utiliser par les participants pour réduire l'utilisation du plastique dans leur routine sportive et leur vie quotidienne.

PRÉSENTATION GÉNÉRALE : L'activité a pour but de sensibiliser les participants sur les conséquences de la consommation de plastique à usage unique et l'impact qu'elle peut avoir en réfléchissant à des mesures à adopter pour réduire notre impact personnel. La séance sera divisée en six étapes distinctes::

1. Exercice énergisant/division du groupe
2. Introduction
3. Jeu capture du drapeau
4. Où en êtes-vous
5. Compte-rendu
6. Évaluation finale

ACTIVITÉ

1. Exercice énergisant/division du groupe

Durée : 5-10 minutes

Les formateurs/facilitateurs préparent à l'avance une série d'images imprimées sur des petits papiers. Les images doivent représenter jusqu'à six objets en plastique différents (par exemple : une bouteille, un récipient, une gourde, une assiette, une tasse et une boîte repas), imprimées à nombre égal et ayant pour total le nombre de participants. Par exemple : pour 18 participants, un total de trois copies de chacun des six éléments est nécessaire ; s'ils sont 15, il est possible d'utiliser seulement cinq images, avec trois copies chacune.

Les participants se placent en cercle et tournent le dos aux formateurs/facilitateurs. Les facilitateurs collent les papiers dans leur dos avec du ruban adhésif. Puis les participants devront commencer à courir en silence et trouver les personnes qui ont le même symbole collé dans le dos. S'ils en trouvent une, ils devront se mettre à courir ensemble pour trouver les autres membres du même groupe. Il est important de rappeler que même s'ils ne peuvent pas se parler, ils peuvent faire des gestes et éventuellement montrer aux autres qu'ils ont le même symbole.

À la fin, divisez-les en formant plusieurs groupes afin d'obtenir deux ou trois groupes ayant le même nombre de participants. Si ce n'est pas possible, un participant de l'un des groupes restera sur le côté comme « remplaçant ».

Une variante possible de l'exercice consiste à former des groupes des personnes possédant chacune un objet différent et un groupe réunissant tous ces objets.

2. Introduction

Durée : 5-10 minutes

Commencez par poser quelques questions aux participants, par exemple :

- Savent-ils avec quelle matière sont faits les objets qu'ils ont dessiné dans leur dos ?
- S'en servent-ils régulièrement au sein et en dehors du cadre sportif ?
- Pensent-ils avoir un impact important en termes d'environnement ?

3. Quizz sur la capture du drapeau

Durée : 20 minutes

L'un des formateurs/facilitateurs se tient debout sur le point de penalty, avec la liste des questions du quizz dans une main et un petit drapeau/maillot/tissu. Expliquez aux participants qu'ils vont jouer à la « capture du drapeau », et qu'ils devront répondre en équipe à des questions sur la consommation de plastique. L'équipe qui aura le plus de points gagnera à la fin.

Les deux ou trois groupes de participants formés doivent se trouver à la même distance du drapeau (vous pouvez la mesurer en comptant, par exemple, dix pas, comme le fait l'arbitre pour calculer la distance du mur pour un coup franc). Chaque groupe de participants se place ensuite sur une ligne et un numéro progressif est attribué à chaque participant (1, 2, ...). Les autres facilitateurs/membres du personnel jouent le rôle d'arbitres en veillant à ce que les participants respectent la distance.

Ensuite, le formateur/facilitateur principal, debout sur le point de penalty, lit à voix haute l'une des questions de la liste puis désigne un numéro. Les participants portant ce numéro devront alors courir le plus vite possible pour attraper le drapeau/maillot qu'il tient. La personne qui attrape le drapeau en premier donne au groupe la possibilité de répondre à la question. S'ils répondent correctement, leur équipe marque un point.

Vous pouvez inscrire les points sur un tableau ou autre. Vous pouvez aussi ajouter d'autres règles, comme donner la possibilité à une autre équipe de répondre si la première ne donne pas la bonne réponse.

4. Où en êtes-vous ?

Durée : 20-25 minutes

Tous les participants restent dans la surface de réparation. Le facilitateur lit à haute voix une déclaration sur la consommation de plastique et son impact sur l'environnement. De façon individuelle, les participants doivent se déplacer selon si, personnellement, ils sont d'accord, pas d'accord ou pas sûrs de leur position sur la déclaration.

- D'accord : le participant se déplace dans la surface de but.
- Pas d'accord : le participant se déplace près du point de penalty.
- Pas sûr(e) : le participant se déplace en dehors de la surface de réparation.

Une fois que chaque participant s'est placé à l'endroit qui représente sa position, le facilitateur dirigera une discussion/débat sur les raisons pour lesquelles il a choisi cette position, en demandant à certains participants d'expliquer leur décision. Le formateur/facilitateur doit s'assurer que pour chaque position, au moins un représentant explique son choix, et il peut donner la possibilité aux autres de répondre et de réagir à tout moment en levant la main.

5. Compte-rendu

Durée : 15-20 minutes

Pour le compte-rendu, le facilitateur réunira les participants pour qu'ils s'assoient en cercle et leur posera différentes questions sur leur expérience :

- Comment avez-vous trouvé l'activité ? Quelle partie a été la plus amusante et la plus intéressante ?
- Avez-vous appris quelque chose que vous ne saviez pas auparavant ? Quoi ?
- Y a-t-il des questions qui, selon vous, n'ont toujours pas obtenu de réponse ?
- Avez-vous déjà pensé à l'impact de l'utilisation d'articles en plastique sur notre environnement ?
- Pensez-vous que, dans notre environnement sportif, nous utilisons beaucoup de plastique ? Pourquoi faire ?
- Que pensez-vous que nous puissions faire pour réduire cette utilisation ? Quelle pourrait être une liste de conseils en vue d'améliorer cet aspect ?
- En avez-vous déjà parlé avec votre club sportif ? Auriez-vous des suggestions à leur faire ?

6. Évaluation finale

Durée : 5 minutes

Les participants seront invités à évaluer l'atelier en utilisant un outil spécifique de l'éducation non formelle.

SUPPORT PAPIER

Quizz « capture du drapeau »

Questions

Lorsque le plastique a été introduit, il était censé être un matériau respectueux de l'environnement. Vrai ou faux ?

Réponses

Vrai. Les premiers plastiques ont été développés par l'homme pour remplacer l'ivoire et l'écaille de tortue. L'inventeur du sac plastique, Sten Gustaf Thulin, espérait également que son utilisation généralisée mettrait fin à l'abattage des forêts pour la fabrication de sacs en papier.

Questions

Lesquels de ces articles contiennent du plastique ?

A. Un maillot
B. Un tapis
C. La nourriture
D. Tout ce qui précède

Réponses

D — Le plastique est partout : les fibres pour fabriquer les vêtements et les tapis, les encres pour les teindre, le plastique jeté et qui se retrouve dans la chaîne alimentaire.

Il est essentiel de recycler tout ce que nous pouvons, même si certaines choses sont difficiles à recycler.

Questions

De quoi sont faits les plastiques ?

A. Charbon
B. Pétrole et gaz naturel
C. Roche calcaire

Réponses

B — Les plastiques sont principalement fabriqués à partir de résidus de l'industrie du raffinage. Certains plastiques sont fabriqués à partir du même gaz naturel qui est inséré dans une bouteille jetable au lieu d'être utilisé, par exemple, pour le chauffage domestique.

Questions

99 % du plastique présent dans nos océans provient de celui utilisé sur terre. Vrai ou faux ?

Réponses

Faux. 80 % du plastique qui arrive jusqu'aux océans est d'origine terrestre. Les 20 % restant proviennent des engins de pêche perdus ou jetés, des déchets jetés à la mer et des cargaisons perdues lors des tempêtes.

Questions

Presque tous les oiseaux de mer avalent des morceaux de déchets plastiques. Vrai ou faux ?

Réponses

Faux. Une étude menée en 2015 a estimé que 90 % des oiseaux marins ont ingéré du plastique sous une forme ou une autre et que ce chiffre devrait atteindre 99 % d'ici 2050. Les oiseaux sont attirés par les plastiques aux couleurs vives, qu'ils peuvent confondre avec de la nourriture.

Questions

Depuis 1950, plus d'une tonne de plastique par personne vivant actuellement sur la planète a été produite. Vrai ou faux ?

Réponses

Vrai. 7,8 milliards de tonnes entre 1950 et 2015, une tonne correspondant au poids de plus de 30 000 bouteilles en plastique de 1,5 litre. Si tout le plastique produit depuis 1950 avait été utilisé pour fabriquer des bouteilles en plastique de 1,5 litre, la production totale aurait atteint 239 000 milliards de bouteilles en plastique. Mis bout à bout, cela suffit pour faire près de deux millions de fois le tour de la planète.

Questions

Le vortex de déchets du Pacifique nord, une zone de l'océan Pacifique où le plastique est collecté par les courants océaniques, est visible depuis l'espace. Vrai ou faux ?

Réponses

Faux. Bien que des articles plus volumineux s'accumulent dans le vortex de déchets du Pacifique nord, son nom est quelque peu trompeur. La majeure partie du plastique qui s'accumule au milieu de l'océan Pacifique est constituée de plastique fragmenté en minuscules particules, de sorte qu'il s'agit davantage d'une soupe que d'un vortex de déchets.

Questions

Quel pourcentage de plastique est recyclé chaque année ?

A. Moins de 10 %
B. Environ 10-15 %
C. Environ 20 %
D. Plus de 20 %

Réponses

C - Alors que seulement 9 % des 8,3 milliards de tonnes de plastique jamais créées ont été recyclées, les estimations actuelles indiquent que 20 % du plastique est actuellement recyclé dans le monde.

Questions

Tous les types de plastique collectés dans le cadre des programmes municipaux sont effectivement recyclés. Vrai ou faux ?

Réponses

Faux. Souvent, c'est simplement pour éviter la confusion et les séparer. Ils sont à nouveau triés dans un centre de tri ensuite..

Questions

Si un petit triangle de recyclage avec un numéro est visible sur un récipient ou un emballage en plastique, il peut être recyclé. Vrai ou faux ?

Réponses

Faux. Les numéros font référence au type de résines plastiques utilisé dans le produit. Les matériaux tels que la mousse de polystyrène ou le PVC nécessitent de grandes quantités pour que le recyclage soit rentable, c'est pourquoi la plupart des programmes les excluent.

Questions

À partir de quels éléments est-il possible de produire du plastique ?

A. Os de bœuf
B. Pommes de terre
C. Bière
D. Tomates

Réponses

B — Aujourd'hui, il existe de nombreuses possibilités de fabriquer du bioplastique notamment à partir de pommes de terre, de maïs ou de canne à sucre.

Questions

En quelle année les plastiques à usage unique ont été ou seront complètement interdits dans l'UE ?

A. 2019
B. 2021
C. 2025
D. 2030

Réponses

B — Le 27 mars 2019, les députés ont approuvé l'accord conclu avec les ministres de l'UE par 560 voix pour, 35 contre et 28 abstentions. Les produits en plastique à usage unique comprenant les assiettes, les gobelets et les couverts en plastique, entre autres, sont interdits dans l'UE depuis 2021. Les États membres devront atteindre un objectif de collecte de 90 % pour les bouteilles en plastique d'ici 2029, et les bouteilles en plastique devront être composées d'au moins 25 % de contenu recyclé d'ici 2025, et 30 % d'ici 2030.

Questions

Quelle est la taille des microplastiques ?

A. Inférieure à 5 mm
B. 5-10 mm
C. 1-10 cm
D. Supérieur à 10 cm

Réponses

A - Les microplastiques sont de petits morceaux de plastique de moins de cinq millimètres de long dangereux pour nos océans et la vie aquatique. On a découvert dans l'eau et les eaux usées des contaminants invisibles dont la taille varie de cinq à vingt microns, qui peuvent échapper aux usines de traitement classiques.

DÉCLARATIONS POUR « OÙ EN ÊTES-VOUS ? »

Je vois de la pollution plastique dans la région où je vis.
Il est important de jeter les déchets plastiques dans la bonne poubelle.
Les bouteilles en plastique sont plus durables que celles en verre.
Les microplastiques constituent un problème pour l'homme, et pas uniquement pour les animaux tels que les dauphins.
Le gouvernement devrait adopter des lois pour mettre fin à l'utilisation de plastique non réutilisable.
Le tri des déchets plastiques est également important pour l'économie.
Nous devrions être payés pour le recyclage de nos déchets en plastique.
Nous devons prendre soin de l'environnement et recycler tout le plastique que nous utilisons.
Il est important de recycler vos déchets en plastique.
Notre club de sport devrait mettre en œuvre des règles plus strictes (comme mettre en place des amendes) pour le respect du recyclage du plastique.
Je crains que les déchets plastiques arrivent là où j'habite, ainsi que dans les rivières et la mer voisines.
Tous les citoyens devraient participer à la collecte du plastique et des autres déchets dans les espaces naturels de leur lieu de vie afin de les garder propres.

CONSEILS POUR LES FACILITATEURS

* Assurez-vous que les groupes soit composés du même nombre de personnes.

** Si vous ne disposez pas d'un terrain de football ou d'un espace ouvert, vous pouvez adapter l'exercice en demandant aux participants de lever une carte pour répondre aux questions (pour la partie Quizz) et de lever une carte verte, jaune ou rouge pour indiquer leur position (pour la partie « Où en êtes-vous ? »).

*** Lorsqu'un groupe compte un nombre impair de participants empêchant de constituer les équipes au départ, vous pouvez jouer avec des « remplaçants ». Un participant reste sur le côté et à chaque fois que le gardien du drapeau appelle un numéro, il remplace celui qui vient de courir.

**** Vous pouvez appeler plusieurs numéros à la fois (par exemple : les numéros 4, 5 et 7). De cette façon, tous ces numéros doivent courir pour attraper le drapeau.

***** Assurez-vous de préparer à l'avance tous les éléments et les listes dont vous avez besoin pour réaliser l'activité.

****** Consultez à l'avance les questions et les réponses, car elles peuvent être adaptées à votre réalité locale.

PUBLICATIONS / MATÉRIEL POUR APPROFONDIR SUR LE SUJET :

- Test pour connaître la quantité de microplastiques que vous produisez https://www.merckgroup.com/en/microplasticme/
- Consultez les articles sur https://earth911.com/

Atelier

Sandwich au poulet

SUJETS : refus alimentaires

NIVEAU DE DIFFICULTÉ :

TYPE D'ACTIVITÉ : statique (brainstorming, travail en groupe, débats, compte-rendu)

GROUPE CIBLE : athlètes, sportifs, joueurs de football, jeunes - 18/35 ans

TAILLE DU GROUPE : 20/25 personnes au maximum

DURÉE : 1 h 15 min

LIEU : terrain de football ou un grand espace où jouer et travailler en groupe

PERSONNEL IMPLIQUÉ : 1 entraîneur

LANGUE : toutes les activités seront réalisées dans la langue maternelle des bénéficiaires afin de garantir l'efficacité de l'atelier. Sur le plan local, nous suggérons fortement la langue maternelle pour garantir l'efficacité de l'atelier

MATÉRIEL : « chicken club sandwich » et les cartes de la page des polycopiés, stylos, papier

OBJECTIFS :

- Explorer les liens entre alimentation et durabilité ;
- En savoir plus sur certaines menaces sur l'environnement et la santé humaine liées à l'alimentation ;
- Réfléchir sur nos propres pratiques alimentaires et d'achat.

PRÉSENTATION GÉNÉRALE : à l'aide de cartes d'information, les participants analysent l'impact environnemental d'un sandwich au poulet acheté dans un magasin. La séance sera divisée en trois étapes distinctes :

1. Activité principale
2. Compte-rendu
3. Évaluation finale

ACTIVITÉ

1. Activité principale

Durée : 30 minutes

1. * Faites des groupes de 4 à 6 personnes. Distribuez des séries de onze cartes à chaque groupe, ainsi qu'une copie de la page « sandwich au poulet ».
2. Demandez aux participants de distribuer les cartes aux membres de leur groupe. Peu importe si tout le monde n'a pas le même nombre de cartes.
3. Pendant les premières minutes, demandez-leur de lire les cartes qu'ils ont reçu et d'étudier les ingrédients énumérés sur le document « sandwich au poulet ». En silence, les participants placent autour de la feuille toutes les cartes qui peuvent avoir un rapport avec le sandwich au poulet. Lorsqu'ils ont terminé, ils doivent regarder les cartes placées par les autres membres de leur groupe.
4. Au bout de cinq minutes à placer silencieusement leurs cartes et à lire celles placées par les autres, demandez aux participants de discuter des questions suivantes dans leurs groupes :
   - Êtes-vous surpris par le nombre de cartes en rapport avec le sandwich au poulet ?
   - Est-ce que l'une de ces cartes vous dissuaderait de manger ce sandwich (ou autre chose contenant des ingrédients similaires) ?
   - Quelle est la carte la plus choquante ou la plus surprenante ?
5. Donnez-leur 20 à 30 minutes pour discuter des cartes, puis invitez les groupes à faire une brève présentation. Au fur et à mesure que les groupes discutent des différentes cartes, ils devront faire lecture aux autres groupes de toutes les cartes appropriées.
6. Faites un compte-rendu de cette partie de l'activité (voir ci-dessous) après les présentations.
7. Demandez aux participants quel est leur aliment préféré lorsqu'ils vont au stade ou s'entraîner.
8. Affichez ces dix questions :
   1. D'où viennent ces aliments ? Ont-ils beaucoup voyagé avant d'atterrir dans votre assiette ?
   2. Les aliments sont-ils nutritifs, bons pour la santé ?
   3. Y a-t-il un emballage ? L'emballage est-il recyclable ?
   4. Savez-vous comment la nourriture a été préparée ? A-t-on utilisé beaucoup de machines ?
   5. Des pesticides ou d'autres produits chimiques ont-ils été utilisés pour les produire ?
   6. La production de ces aliments implique des déchets ?
   7. La production de ces aliments implique d'autres coûts pour l'environnement ?
   8. Quelle proportion du prix de ces aliments revient à ceux qui les ont fabriqués (ou cultivés) ?
   9. Qui d'autre a gagné de l'argent avec cette nourriture ?
   10. Existe-t-il d'autres aliments ou d'autres méthodes de production qui auraient un meilleur impact sur l'environnement ?
9. Demandez aux participants de répondre aux questions par eux-mêmes, en utilisant la nourriture qu'ils ont apporté. S'ils ne peuvent pas répondre à l'une des questions, ils doivent écrire « ne sait pas ».
10. Donnez-leur quelques minutes pour faire cet exercice, puis utilisez certaines des questions dans le deuxième compte-rendu (voir ci-dessous).

2. Compte-rendu

Durée : 20 minutes

Une fois l'activité principale terminée, demandez aux participants de se réunir à nouveau en cercle pour commencer le compte-rendu. Pour développer l'activité et animer le débat, vous pouvez utiliser les questions suivantes :

PARTIE 1:

- Comment vous sentez-vous à la fin de cette activité ?
- Êtes-vous surpris par le peu de connaissances que nous possédons sur ce que nous mangeons ?
- Pensez-vous que nous devrions en savoir plus ? Pourquoi, ou pourquoi pas ?
- Avez-vous changé d'avis depuis le début de l'activité ?
- Allez-vous modifier vos propres habitudes alimentaires ?
- Que pourrions-nous faire en tant que groupe ou communauté pour résoudre certains des problèmes abordés aujourd'hui ?

PARTIE 2:

- Quelqu'un peut répondre à toutes les questions ?
- Quelqu'un peut répondre à l'une d'entre elles ? Pensez-vous que les questions sont importantes ? Pourquoi, ou pourquoi pas ?
- Quelles sont les plus importantes ? La réponse à l'une de ces questions pourrait-elle changer quelque chose chez vous ?
- Continuerez-vous à manger cette nourriture ?
- Discutez de certaines des réponses écrites par les participants.

3. Évaluation finale

Durée : 5 minutes

Les participants seront invités à évaluer l'atelier en utilisant un outil spécifique de l'éducation non formelle

CONSEILS POUR LES FACILITATEURS

* Si vous collez le support papier sur une grande feuille de papier et donnez aux groupes du ruban adhésif, ils pourront coller leurs cartes autour du sandwich, créant ainsi un collage visuel. Avant le partage, les groupes peuvent voir les résultats des autres groupes.

** Certains participants peuvent être un peu réfractaires aux « mauvaises nouvelles » concernant leurs aliments préférés figurant sur les cartes, par exemple les informations sur l'industrie de la viande. Le but de l'activité n'est pas forcément de faire changer les habitudes alimentaires. Il s'agit d'ouvrir l'esprit des participants au fait que nos choix alimentaires ont des conséquences, et de les encourager à être plus attentifs et conscients de ces conséquences.

SUPPORT PAPIER POUR LA **PARTIE 1 :** CARTES DE DURABILITÉ ALIMENTAIRE

Le monde produit près de 300 millions de tonnes de plastique chaque année, dont la moitié est à usage unique. Plus de 8 millions de tonnes de plastique sont déversées chaque année dans nos océans. Si cela continue, d'ici 2050 il y aura plus de plastique que de poissons dans les océans.

Il y a déjà plus de 5 000 milliards de morceaux de plastique dans les océans du monde, la plupart des microplastiques. Ces minuscules morceaux de plastique décomposés ressemblent à de la nourriture pour les poissons : ils sont susceptibles de les tuer ou de tuer les oiseaux qui les mangent. Certains ont été trouvés dans des poissons consommés par l'homme.

Entre un tiers et la moitié de la nourriture produite dans le monde est perdue ou gaspillée. Cela représente environ 2 milliards de tonnes de nourriture. Dans l'UE, les déchets alimentaires devraient s'élever à environ 126 millions de tonnes par an en 2020.

Le régime alimentaire occidental moyen présente des niveaux élevés de consommation de viande, de graisse et de sucre, comportant des risques pour la santé des individus et pour le système de santé. L'obésité, le diabète de type 2, l'hypertension, l'arthrose et le cancer sont des maladies très répandues liées à l'alimentation.

Au cours des dernières décennies, la tendance est à une alimentation moins durable et moins saine. Pour la première fois dans l'histoire, le nombre de personnes en surpoids dans le monde est le même que celui des personnes sous-alimentées.

Plus de 85 % des zones de pêche du monde se situent au-dessus ou en-dessous des limites de sécurité biologique. Les populations de plusieurs poissons (comme le thon rouge de l'Atlantique) ont diminué au point que leur survie en tant qu'espèce est menacée.

Les émissions de gaz à effet de serre liées aux aliments que nous consommons proviennent en partie du transport, mais surtout de la manière dont ils sont produits. Par exemple : en employant des méthodes industrielles ou manuelles, dans des serres chauffées ou à l'air libre, sur des terrains existant ou des terres déforestées.

De nombreux pays en développement ont conclu des accords avec les pays riches donateurs qui obligent les petits agriculteurs à passer aux méthodes d'agriculture industrielle. Ces accords ordonnent aux agriculteurs ce qu'ils doivent planter : principalement des cultures destinées à des marchés lointains et non aux marchés locaux pour nourrir leurs populations.

L'agriculture est l'une des principales menaces à un environnement sain. La plupart du temps, elle utilise l'eau douce disponible, et environ 20 000 à 50 000 kilomètres carrés de terres potentiellement productives sont perdus chaque année en raison de méthodes agricoles non durables entraînant l'érosion et la dégradation des sols.

Le régime alimentaire d'un mangeur de viande moyen nécessite jusqu'à 2,5 fois plus de terres qu'un régime végétarien et cinq fois plus qu'un régime végétalien.

Sur un hectare de terre, un agriculteur peut produire suffisamment de légumes, de fruits, de céréales et de graisses végétales pour nourrir jusqu'à 30 personnes pendant un an. Si la même surface est utilisée pour la production d'œufs, de lait ou de viande, le nombre de personnes nourries chute à environ 5 à 10.

L'élevage est responsable de 14 % des émissions de gaz à effet de serre dans le monde, ce qui équivaut à peu près à l'ensemble des émissions dues aux transports.

L'industrie bovine est responsable de près de 80 % de la destruction de la forêt amazonienne. L'Amazonie abrite au moins 10 % de la biodiversité mondiale et joue un rôle essentiel dans la régulation du climat de la planète.

L'élevage est le principal responsable de la pollution par l'azote et le phosphore qui se répandent dans les eaux douces et les eaux côtières du monde entier.

Quatre grandes multinationales contrôlent entre 75 et 90 % du commerce mondial des céréales. Les entreprises exercent une pression croissante sur les agriculteurs, les obligeant à cultiver des produits facilement commercialisables, comme le maïs et le soja, au lieu de cultures autochtones.

Six grandes multinationales agroalimentaires contrôlent près de 70 % du marché mondial des semences. Les mêmes entreprises contrôlent toutes les cultures génétiquement modifiées (OGM), dont les effets sur l'environnement —et sur l'homme— ne sont en grande partie pas testés. Là encore, ces six entreprises sont les plus grands fabricants mondiaux de pesticides.

De nombreux aliments que nous consommons chaque jour sont arrosés de pesticides avant d'arriver sur nos tables. Un nombre croissant d'études établissent un lien entre certains pesticides et un risque accru de cancer et des maladies telles que la maladie de Parkinson et la maladie d'Alzheimer.

Le gaspillage à chaque étape du cycle alimentaire est évalué entre 30 et 40 % de la production de nourriture. Une grande partie de la nourriture produite chaque année dans les pays en développement n'arrive jamais sur le marché. Chaque année, les consommateurs des pays riches gaspillent presque autant de nourriture que production alimentaire nette totale de l'Afrique subsaharienne.

Depuis des siècles, les paysans ont toujours mis de côté une petite partie de leur récolte pour en faire les semences de l'année suivante. Aujourd'hui, les grandes multinationales empêchent souvent les agriculteurs de conserver leurs semences, les obligeant à en acheter de nouvelles pour chaque saison de plantation.

Les élevages industriels représentent aujourd'hui 72 % de la production de volaille, 43 % de la production d'œufs et 55 % de la production de porc dans le monde. Les fermes industrielles contribuent à la pollution atmosphérique en libérant des composés tels que l'hydrogène sulfuré, l'ammoniac et le méthane.

Les fermes industrielles stockent généralement les déchets animaux dans d'immenses bassins à ciel ouvert, souvent aussi grands que plusieurs terrains de football, qui sont sujets à des fuites et des déversements. En 2011, une ferme porcine de l'Illinois a déversé 200 000 gallons de fumier dans une rivière, tuant plus de 110 000 poissons.

Le défrichement des terres au Brésil pour planter de la nourriture pour les poulets est responsable de la destruction d'environ trois millions d'hectares de forêt tropicale. Le défrichement des terres amazoniennes pour la culture de soja atteint plus de 100 millions d'hectares et détruit la fertilité des sols, menace la biodiversité, pollue les eaux douces et oblige des communautés à se déplacer.

LES SITES WEB SUIVANTS ONT SERVI DE SOURCES POUR LES CARTES DE DURABILITÉ ALIMENTAIRE :

- www.greenpeace.org/usa/sustainable-agriculture/issues/corporate-control
- http://worldinfo.org
- www.onegreenplanet.org
- www.plasticoceans.org/the-facts
- www.dosomething.org
- http://ec.europa.eu/environment/archives/eussd/food.htm
- www.worldwildlife.org/threats/overfishing
- www.vegsoc.org/saveland

Atelier

Electri-City

SUJETS : Consommation énergétique

NIVEAU DE DIFFICULTÉ :

TYPE D'ACTIVITÉ : statique (travail en groupe, simulation, présentation, compte-rendu)

GROUPE CIBLE : athlètes, sportifs, joueurs de football, jeunes - 18/35 ans

TAILLE DU GROUPE : 20/25 personnes au maximum

DURÉE : 1 h 20 min

LIEU : terrain de football ou un grand espace où jouer et travailler en groupe

PERSONNEL IMPLIQUÉ : 1 entraîneur

LANGUE : toutes les activités seront réalisées dans la langue maternelle des bénéficiaires afin de garantir l'efficacité de l'atelier. Sur le plan local, nous suggérons fortement la langue maternelle pour garantir l'efficacité de l'atelier.

MATÉRIEL : Documents imprimés, feuilles de papier A4, stylos, marqueurs

OBJECTIFS :

- Explorer et comprendre comment gérer la consommation d'énergie
- Encourager les individus et les clubs à réduire la consommation d'énergie et à créer de nouvelles politiques
- Réfléchir et trouver des solutions pour réduire l'impact environnemental lié à la consommation d'énergie

PRÉSENTATION GÉNÉRALE : les participants étudieront comment créer une ville et son système énergétique et l'impact environnemental lié à leurs choix à travers un jeu de simulation. La séance sera divisée en quatre étapes distinctes

1. Introduction/Brainstorming
2. Activité principale
3. Compte-rendu
4. Évaluation finale

ACTIVITÉ

1. Introduction/Brainstorming

Durée : 25 minutes

1. Commencez par former des groupes de 4/6 personnes qui construiront leur propre ville de 100 000 habitants.
2. Ils recevront pour cela 100 000 €.

Imaginez que vous construisez votre ville et que vous pouvez tout décider en fonction de votre budget.

BÂTIMENT / SERVICE	COÛT	CONSOMMATION
Hôtel de ville		
École		
Banque		
Centre d'entraînement		
Stade		
Hôpital		
Pharmacie		
FOURNISSEURS D'ÉNERGIE		
Centrale nucléaire		
Centrale électrique au charbon		
Centrale électrique solaire		
Centrale hydroélectrique		

2. Activité principale

Durée : 30 minutes

3. Indiquez ensuite aux participants que chaque source d'énergie a un impact environnemental différent et expliquez-les.

SOURCE D'ÉNERGIE	IMPACT ENVIRONNEMENTAL
Centrale nucléaire	
Centrale électrique au charbon	
Centrale électrique solaire	
Centrale hydroélectrique	

4. En 20 minutes, ils doivent se réunir et essayer de trouver une solution pour réduire l'impact environnemental afin d'acheter les filtres que le formateur leur montre.
5. Une fois qu'ils ont présenté leurs solutions, les participants votent pour les trois meilleures solutions et reçoivent des fonds supplémentaires pour l'installation de leurs solutions.

1er prix : 2ème prix : 3ème prix :

6. Vous fournissez aux gagnants des objets pour améliorer la source d'énergie qu'ils ont choisie et réduire son impact.

OBJET DE L'AMÉLIORATION	COÛT
Filtre	
Système de sécurité	
Autre	

3. Compte-rendu

Durée : 20 minutes

Une fois l'activité principale terminée, demandez aux participants de se réunir à nouveau en cercle pour commencer le compte-rendu. Pour développer l'activité et animer le débat, vous pouvez utiliser les questions suivantes :

- Avez-vous apprécié l'activité ?
- Qu'est-ce qui vous a le plus surpris dans cette activité ?
- Êtes-vous satisfait de votre résultat ?
- Dans quelle mesure pensez-vous que votre ville est durable ? Pensez-vous que cette politique est viable sur le long terme ?
- Pourquoi avez-vous choisi exactement ce type de source d'énergie ?
- Vous l'avez choisie parce que vous avez priorisé le budget ?
- Trouvez-vous difficile de prendre des décisions sur comment gérer la consommation énergétique d'une ville ou d'un autre système ?
- Que faut-il prendre en considération dans la prise d'une telle décision ?
- Savez-vous quelle est la principale source d'énergie dans votre village/ville ? Est-il important d'en être conscient ?
- Savez-vous quelle est la principale source d'énergie utilisée dans votre centre d'entraînement ?
- Pensez-vous que votre club peut faire quelque chose sur la politique de consommation énergétique ? Si oui, que suggérez-vous ?
- Et vous ? Pouvez-vous pouvoir faire quelque chose pour réduire la consommation d'énergie au quotidien ?

4. Évaluation finale

Durée : 5 minutes

Les participants seront invités à évaluer l'atelier en utilisant un outil spécifique de l'éducation non formelle

Atelier

« Re-word, Re-ward, Re-world »

SUJETS : Gestion des déchets

NIVEAU DE DIFFICULTÉ :

TYPE D'ACTIVITÉ : Statique (activité pratique, travail en groupe, présentation, contributions du formateur) - Mouvement (uniquement dans la première partie - Introduction/Brainstorming)

GROUPE CIBLE : athlètes, sportifs, joueurs de football, jeunes - 18/35 ans

TAILLE DU GROUPE : 20/25 personnes au maximum

DURÉE : 1 h 15 min

LIEU : terrain de football ou un grand espace où jouer et travailler en groupe

PERSONNEL IMPLIQUÉ : 1 entraîneur

LANGUE : toutes les activités seront réalisées dans la langue maternelle des bénéficiaires afin de garantir l'efficacité de l'atelier. Sur le plan local, nous suggérons fortement la langue maternelle pour garantir l'efficacité de l'atelier.

MATÉRIEL : ballon de football, trois tableaux de conférence, marqueurs, tableau noir, briques de lait Tetra Pak, scotch, ciseaux.

OBJECTIFS :

- Découvrir comment recycler et réutiliser les matériaux grâce à des activités pratiques.
- Trouver des solutions pour réutiliser certains matériaux pour les entraînements et les clubs.
- Sensibiliser à l'importance de réduire les déchets et de recycler.

PRÉSENTATION GÉNÉRALE : l'activité est prévue pour réfléchir à réduire la consommation, réutiliser et recycler les matériaux. Il s'agit d'une activité pratique au cours de laquelle les participants devront travailler et créer quelque chose à partir de matériaux recyclés. La séance sera divisée en quatre étapes distinctes :

1. Introduction/Brainstorming
2. Activité principale
3. Compte-rendu
4. Évaluation finale

ACTIVITÉ

1. Introduction/Brainstorming

Durée : 20 minutes

1. Préparez trois tableaux de conférence différents et inscrivez les mots RÉDUIRE, RÉUTILISER et RECYCLER sur chacun d'eux. Écrivez-les à la verticale, façon mots croisés au milieu du tableau.
2. Expliquez aux participants que ce jeu se fait en groupes et qu'ils devront écrire des mots en lien avec le mot inscrit sur le tableau de conférence.
3. Faites trois équipes. Chaque équipe se placera en file, sauf un joueur qui restera à part. Le joueur dans la file lance le ballon à son coéquipier qui doit l'arrêter pour ensuite écrire un mot en lien avec le mot écrit en commençant par une des lettres. Continuez.
4. Une fois le jeu terminé, rassemblez les équipes devant chaque tableau de conférence et analysez avec les participants les mots qu'ils ont écrit pour introduire le sujet.

2. Activité principale

Durée : 30 minutes

5. Vous devrez diviser les participants en petits groupes de 4 à 6 personnes. Avant de les diviser, expliquez-leur l'activité.
6. Chaque groupe disposera des mêmes outils (brique de lait Tetra Pak, ciseaux, scotch, etc.).
7. En utilisant ces outils, ils devront fabriquer un portefeuille. Montrez-leur un exemplaire déjà fabriqué. Laissez-les le toucher et l'observer pour leur fournir un objectif clair, puis dites-leur de faire le même. Ils devront donc réfléchir au procédé et essayer de recréer le portefeuille avec les outils que vous leur avez donnés.
8. Vérifiez les résultats de chaque groupe.
9. Après cela, montrez-leur les instructions pour le reproduire (https://www.pinterest.it/pin/443393525803563104/)

3. Compte-rendu

Durée : 20 minutes

Une fois l'activité principale terminée, demandez aux participants de se réunir à nouveau en cercle pour commencer le compte-rendu. Pour développer l'activité et animer le débat, vous pouvez utiliser les questions suivantes :

- Avez-vous apprécié l'activité ?
- Qu'est-ce qui vous a le plus surpris dans cette activité ?
- Comment s'est déroulé le processus de recréation et de réutilisation des matériaux que vous avez obtenus ?
- Avez-vous déjà créé quelque chose en réutilisant certains matériaux ?
- Avez-vous l'habitude de recycler à la maison ?
- Quels types de matériaux pouvez-vous réutiliser pour créer des équipements d'entraînement ? Par exemple des t-shirts ?
- Votre club recycle-t-il ou réutilise-t-il certains objets ? A-t-il une politique de réduction ou de séparation des déchets ?
- Dans cet exercice, vous avez utilisé du tetrapak. Que pensez-vous pouvoir créer à partir de ce matériau ?

4. Évaluation finale

Durée : 5 minutes

Les participants seront invités à évaluer l'atelier en utilisant un outil spécifique de l'éducation non formelle

Atelier

Escalier vers le paradis vert

SUJETS : Empreinte environnementale/Général

NIVEAU DE DIFFICULTÉ :

TYPE D'ACTIVITÉ : Mouvement (exercice énergisant) - Statique (travail de groupe, test en ligne, présentation, réflexion individuelle, débat)

GROUPE CIBLE : athlètes, sportifs, joueurs de football, jeunes - 18/35 ans

TAILLE DU GROUPE : 20/24 personnes au maximum, idéalement un nombre divisible par deux ou par trois

DURÉE : 80-90 minutes

LIEU : espace ouvert ; terrain de football

PERSONNEL IMPLIQUÉ : 1-2 facilitateurs

LANGUE : toutes les activités seront réalisées dans la langue maternelle des bénéficiaires afin de garantir l'efficacité de l'atelier

MATÉRIEL : liste de signatures, images et photos imprimées de différentes situations qui représentent l'environnement, tableau blanc/tableau de conférence avec feuilles, smartphones avec connexion à internet.

OBJECTIFS :

- Découvrir et explorer les empreintes environnementales des individus et des clubs sportifs
- Identifier des solutions pour réduire l'empreinte environnementale des clubs et des individus
- Engager un débat et sensibiliser à la conscience environnementale

PRÉSENTATION GÉNÉRALE : Le sujet de cette séance de travail sera consacré à l'empreinte environnementale pour permettre aux participants de se familiariser avec cette notion et de réfléchir à leur empreinte en tant qu'individu et se demander comment montrer l'exemple. La séance sera divisée en six étapes distinctes :

1. Exercice énergisant
2. Introduction
3. Quelle est mon empreinte écologique ?
4. Échelons de solutions
5. Compte-rendu
6. Évaluation finale

ACTIVITÉ

1. Exercice énergisant

Durée : 5-10 minutes

2. Introduction

Durée : 25 minutes

1. Faites des groupes de 4/6 personnes.
2. * Montrez et donnez aux participants des images représentant différentes choses ayant un lien avec l'environnement.
3. ** Montrez aux participants une grille divisée en différentes sections :
   A) Quelle image représente le problème le plus important ?
   B) À quelle image vous identifiez-vous le plus ?
   C) Quelle image représente le comportement le plus éthique envers l'environnement ?
   D) À quelle image vous identifiez-vous le moins?
4. Donnez aux groupes dix minutes pour créer leur propre grille.
5. Vous pouvez aussi préparer une série de questions pour faciliter les présentations. Questions :
   A) Pourquoi avez-vous choisi cette photo ?
   B) Pourquoi vous identifiez-vous à elle ?
6. Les participants partagent les résultats au sein du groupe en cercle pendant 10/15 minutes.

3. Quelle est mon empreinte écologique ?

Durée : 10 minutes

7. *** Partagez avec les participants le lien d'un test grâce auquel ils peuvent calculer leur empreinte. Voici le lien : https://www.footprintcalculator.org/
8. Après avoir fait le test, laissez-les partager leurs résultats au sein du groupe puis servez-vous en pour passer à la deuxième partie de l'activité.

4. Échelons de solutions

Durée : 15 minutes

9. Pour la suite de l'activité, ils auront une grille à remplir avec une question principale :

   **** QUE PUIS-JE FAIRE POUR AMÉLIORER OU RÉDUIRE L'EMPREINTE ÉCOLOGIQUE SUR L'ENVIRONNEMENT ?

   Diviser en quatre sections :

   A) DEMAIN
   B) DANS UNE SEMAINE
   C) DANS UN MOIS
   D) DANS UN AN

10. Ils devront réfléchir individuellement puis partager leurs idées en groupe. Ensuite, passez directement au compte-rendu.

5. Compte-rendu

Durée : 15-20 minutes

**** Une fois l'activité principale terminée, demandez aux participants de se réunir à nouveau en cercle pour commencer le compte-rendu. Pour développer l'activité et animer le débat, vous pouvez utiliser les questions suivantes :

- Avez-vous apprécié l'activité ?
- Qu'est-ce qui vous a le plus surpris dans cette activité ?
- Quelles ont été les meilleures solutions proposées ?
- Pensez-vous que les solutions envisagées sont applicables dans la vie de tous les jours ? Pourquoi ?
- Votre club fait-il quelque chose pour réduire son empreinte écologique ?
- Que suggéreriez-vous à votre club pour réduire son empreinte écologique ?
- Que feriez-vous dans votre cercle d'amis et votre famille pour réduire votre empreinte écologique ?
- Que peuvent faire les gouvernements ? Pensez-vous que les gouvernements sont les acteurs les plus importants en la matière ?
- Pensez-vous que les citoyens devraient faire quelque chose ou qu'il s'agit uniquement de l'action des gouvernements ?

6. Évaluation finale

Durée : **5 minutes**

Les participants seront invités à évaluer l'atelier en utilisant un outil spécifique de l'éducation non formelle

CONSEILS POUR LES FACILITATEURS

* Veillez à imprimer les images à l'avance. Vous pouvez également télécharger et imprimer d'autres photos qui vous semblent mieux adaptées pour votre groupe.

** Vous pouvez imprimer la grille que nous vous fournissons, la dessiner vous-même ou laisser les participants la dessiner.

*** Rappelez aux participants d'apporter leur téléphone ou assurez-vous d'avoir un ordinateur ou d'autres téléphones pour faire le test. Soyez collaboratif sur cette partie et vérifiez que tout le monde a un téléphone ou a pu se connecter au test.

**** Vous pouvez écrire la question et dessiner les quatre grilles de solutions à l'avance ou le faire lorsque les participants partagent leur opinion. Vous pouvez également demander aux participants d'écrire et de partager leur solution au tableau.

***** Pendant le compte-rendu, vous pouvez ajouter des questions qui vous semblent plus appropriées ou qui vous viennent à l'esprit et qui pourraient animer le débat entre les participants.

PUBLICATIONS / MATÉRIEL POUR APPROFONDIR SUR LE SUJET :

- Vous trouverez ici d'autres publications, ressources éducatives, données et études de cas sur l'empreinte environnementale :

  https://www.footprintnetwork.org/resources/publications/

SUPPORT PAPIER 1 - **GRILLE**

Which image represents the bigger issue?	*Which image is it most related to you?*
Which image is it the least related to you?	*Which image represents the most ethical behavior towards the environment?*

EXEMPLES **D'IMAGES**

SUPPORT PAPIER 2 **ÉCHELONS**

QUE PUIS-JE FAIRE POUR AMÉLIORER OU RÉDUIRE MON EMPREINTE ENVIRONNEMENTALE ?

In one year

In one month

In one week

Tomorrow

Atelier

Scanner de mobilité durable

SUJETS : Mobilité durable

NIVEAU DE DIFFICULTÉ :

TYPE D'ACTIVITÉ : Statique (réflexion individuelle, où en êtes-vous, test, travail en binôme, compte-rendu) - Mouvement (dans la première partie d'où en êtes-vous)

GROUPE CIBLE : athlètes, sportifs, joueurs de football, jeunes - 18/35 ans

TAILLE DU GROUPE : 20/25 personnes au maximum

DURÉE : 1 h 20 min

LIEU : Terrain de football ou grand espace

PERSONNEL IMPLIQUÉ : 1 entraîneur

LANGUE : toutes les activités seront réalisées dans la langue maternelle des bénéficiaires afin de garantir l'efficacité de l'atelier. Sur le plan local, nous suggérons fortement la langue maternelle pour garantir l'efficacité de l'atelier.

MATÉRIEL : *Feuilles de papier A4 ou A5, stylos, questionnaire imprimé, tableau, support papier

OBJECTIFS :

- Identifier les moyens et les manières les plus durables de se déplacer lors d'événements sportifs, dans les clubs et à titre individuel.
- Sensibiliser les individus et les clubs aux habitudes de mobilité.
- Réfléchir et créer des solutions en matière de mobilité durable, telles que des politiques pour les clubs et les événements sportifs.

PRÉSENTATION GÉNÉRALE : l'activité est prévue pour réfléchir à la mobilité durable des athlètes, des managers, des clubs et essayer de trouver des solutions pour rendre les politiques de mobilité plus durables pour les individus et les clubs. La séance sera divisée en quatre étapes distinctes :

1. Introduction/Brainstorming
2. Activité principale
3. Compte-rendu
4. Évaluation finale

ACTIVITÉ

1. Introduction/Brainstorming

Durée : 30 minutes

QUELLE DISTANCE PUIS-JE PARCOURIR ?

1. Réunissez les participants et préparez une ligne de 0 à 100 dans la surface de réparation. Vous pouvez utiliser les lignes du terrain de foot comme points de repère.
2. Expliquez aux participants le fonctionnement de l'exercice. Lisez une liste de questions ; les participants doivent se déplacer en fonction de la distance qu'ils peuvent parcourir * de 0 à 100 km.

*** Voici les questions :**

A) Combien de kilomètres parcourez-vous pendant l'entraînement ?

B) Combien de kilomètres parcourez-vous pendant un match de football ?

C) Combien de kilomètres parcourez-vous habituellement à pied par jour ?

D) Combien de kilomètres devez-vous parcourir à pied pour atteindre votre destination ?

E) Combien de kilomètres parcourez-vous habituellement avec votre voiture ?

3. Après chaque question, laissez les participants se déplacer sur la ligne et demandez à certains d'entre eux de s'expliquer. **N'oubliez pas de repartir à 0 après chaque question !**
4. Puis invitez-les à réfléchir et, enfin, passez à la deuxième partie de l'activité.

2. Activité principale

Durée : 30 minutes

COMPÉTENCES EN MATIÈRE DE MOBILITÉ DURABLE

5. Donnez à chaque participant un test de dix questions.

   Chaque réponse correspondra à un score différent.

Liste de questions :

A) Combien d'entraînements faites-vous par semaine ?

B) Combien de fois allez-vous à l'entraînement à pied ?

C) Combien de fois allez-vous à l'entraînement à vélo ?

D) Combien de fois allez-vous à l'entraînement en bus ?

E) Combien de fois allez-vous à l'entraînement en voiture ?

F) Lorsque vous allez à un match, votre club met-il à disposition un bus pour le déplacement de toute l'équipe ?

G) Pour vous rendre aux matchs/aux entraînements, est-ce que vous organisez les déplacements en partageant une voiture ou y allez-vous chacun dans votre voiture ?

H) Lorsque vous vous déplacez au cours de votre journée, faites-vous une promenade ou utilisez-vous plutôt la voiture ?

I) Lorsque vous jouez un match à l'extérieur, votre club s'organise-t-il pour se déplacer principalement en bus, en train ou en avion ?

J) Lorsque vous partez en vacances, utilisez-vous principalement l'avion, le train, le bus, la voiture ?

6. Les participants doivent répondre aux questions, puis partager les résultats du test en groupe.
7. Passez à la partie suivante de l'activité.
8. *** Montrez-leur un diagramme de compétences (type Pro Evolution Soccer ou FIFA) divisé en cinq facteurs différents indiquant leur priorité au moment de faire leur choix de déplacement. Ces cinq facteurs sont les suivants :

   I) Temps

   II) Distance

   III) Coût

   IV) Impact environnemental

   V) Facile/confortable/accessible

9. Vous pouvez imprimer le diagramme, le dessiner ou demander à vos participants de le reproduire.
10. Pour compléter le diagramme, ils devront placer un point proche du bord plus ils pensent que ce facteur est important, ou proche du centre si ce facteur ne l'est pas.
11. Après avoir placé les points, demandez-leur de les relier par des lignes pour terminer leur diagramme personnel.
12. Puis invitez-les à le partager par binômes pendant 5/10 minutes.
13. Une fois cela fait, regroupez-vous en cercle et commencez le compte-rendu.

3. Compte-rendu

Durée : 20 minutes

**** Une fois l'activité principale terminée, demandez aux participants de se réunir à nouveau en cercle pour commencer le compte-rendu. Pour développer l'activité et animer le débat, vous pouvez utiliser les questions suivantes :

- Avez-vous apprécié l'activité ?
- Qu'est-ce qui vous a le plus surpris dans cette activité ?
- Avez-vous déjà pensé à l'impact de votre mobilité ?
- Votre club a-t-il une politique particulière en matière de mobilité durable ? Si oui, laquelle ?
- Avez-vous déjà abordé ce sujet avec votre club ?
- Comment amélioreriez-vous la mobilité de votre club ?
- Comment pensez-vous que la mobilité pour les événements sportifs peut être améliorée ?
- Quel est le principal point faible de vos habitudes de mobilité ?
- En avez-vous déjà parlé dans votre famille ou avec vos amis ?
- Que faut-il faire pour promouvoir et encourager les gens à choisir la mobilité durable ?

À la fin du débat, vous pouvez montrer aux participants une liste des différents moyens et leur impact sur l'environnement.

4. Évaluation finale

Durée : 5 minutes

Les participants seront invités à évaluer l'atelier en utilisant un outil spécifique de l'éducation non formelle

CONSEILS POUR LES FACILITATEURS

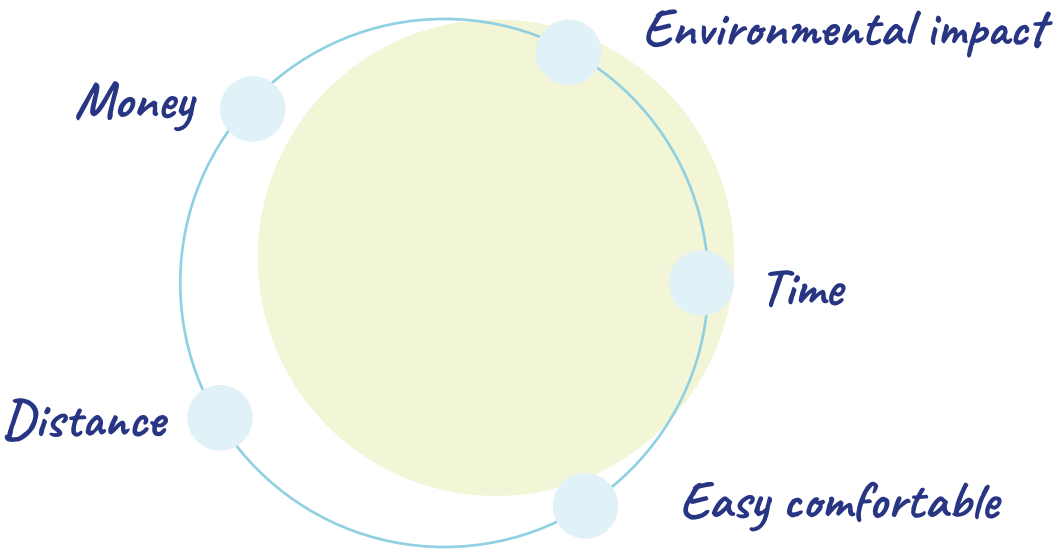
* N'oubliez pas d'imprimer ou de dessiner tout ce qui est nécessaire avant de commencer la séance.

** Si une autre question vous vient à l'esprit ou vous semble pertinente, n'hésitez pas à la poser. L'activité « Où en êtes-vous ? » dépend en grande mesure des participants et des questions que vous leur posez. Faites en sorte d'animer le débat.

*** Vous pouvez décider de laisser les participants dessiner leur diagramme, ils s'impliqueront davantage. Si vous disposez de peu de temps, vous pouvez imprimer le document que nous vous proposons ici.

**** Vous pouvez ajouter d'autres questions qui vous semblent pertinentes dans le débat pour le compte-rendu.

HANDOUT



Atelier

Chronologie de la décomposition

SUJETS : Gestion des déchets

NIVEAU DE DIFFICULTÉ :

TYPE D'ACTIVITÉ : statique (travail en groupe, présentation, débat, compte-rendu)

GROUPE CIBLE : athlètes, sportifs, joueurs de football, jeunes - 18/35 ans

TAILLE DU GROUPE : 20/25 personnes au maximum

DURÉE : 40 minutes

LIEU : terrain de foot ou un grand espace ouvert

PERSONNEL IMPLIQUÉ : 1 entraîneur

LANGUE : toutes les activités seront réalisées dans la langue maternelle des bénéficiaires afin de garantir l'efficacité de l'atelier. Sur le plan local, nous suggérons fortement la langue maternelle pour garantir l'efficacité de l'atelier.

MATÉRIEL : scotch ou craie, tableau blanc avec feuilles de papier, marqueurs

OBJECTIFS :

- Découvrir le temps de décomposition des différents déchets que nous produisons au quotidien.
- Introduire le thème de la réduction, du recyclage et de la réutilisation ; sensibiliser les individus.
- Débattre des habitudes et des comportements à adopter face aux différents types de déchets.

PRÉSENTATION GÉNÉRALE : cette séance a été conçue afin d'introduire la réduction, la réutilisation et le recyclage en découvrant le temps de décomposition de nos déchets et en considérant les habitudes des individus. La séance sera divisée en trois étapes distinctes :

1. Activité principale
2. Compte-rendu
3. Évaluation finale

ACTIVITÉ

1. Activité principale

Durée : 20 minutes

1. * Vous devrez rassembler toutes les photos et les éléments et dessiner une ligne chronologique allant d'une semaine à mille ans.
2. Une fois que tout est prêt, vous pouvez appeler les participants à se regrouper en cercle.
3. Faites des groupes de quatre participants et donnez à chaque groupe cinq objets. Le groupe devra ensuite décider où placer les objets en fonction du temps de décomposition de chacun d'eux dans la nature.
4. Accordez-leur environ 5/10 minutes pour les laisser placer les objets/déchets sur la ligne de temps.
5. À la fin, demandez-leur de justifier leur choix, de dire s'il y a un objet qu'ils déplaceraient, puis d'expliquer pourquoi au groupe. Consacrez 10 minutes pour le débat.
6. Enfin, inscrivez le temps réel de décomposition de chaque objet sur le tableau.
7. Vous pouvez commencer directement le compte-rendu.

2. Compte-rendu

Durée : 20 minutes

Une fois l'activité principale terminée, demandez aux participants de se réunir à nouveau en cercle pour commencer le compte-rendu. Pour développer l'activité et animer le débat, vous pouvez utiliser les questions suivantes :

- Avez-vous apprécié l'activité ?
- Qu'est-ce qui vous a le plus surpris dans cette activité ?
- Vous attendiez-vous à un temps de décomposition aussi long pour certains déchets ?
- Le temps de décomposition de quel objet vous a le plus surpris ?
- Quel est l'objet que vous gaspillez le plus ?
- Quand vous pensez où jeter vos déchets, où les jetez-vous ?
- Y a-t-il une différence en fonction des déchets ? Un mégot ? Une bouteille ?
- Est-ce différent en ville et à la campagne ?
- Pensez-vous qu'il y ait des objets de ce genre dans votre club ? Comment en réduire la consommation ?
- Que changeriez-vous dans vos habitudes pour résoudre le problème du gaspillage ?
- Comment pourriez-vous promouvoir un comportement plus éthique à l'égard des déchets en tant que citoyen et dans votre entourage ?
- Pensez-vous pouvoir créer quelque chose comme une campagne de sensibilisation sur le temps de décomposition ?

3. Évaluation finale

Durée : 5 minutes

Les participants seront invités à évaluer l'atelier en utilisant un outil spécifique de l'éducation non formelle

CONSEILS POUR LES FACILITATEURS

*Vous trouverez un exemple de ligne chronologique dans les supports papier. Vous pouvez la tracer de différentes manières :

1) Vous pouvez la marquer à la craie directement sur le terrain
2) Vous pouvez la placer sur le sol à l'aide de scotch
3) Vous pouvez la dessiner sur un tableau de conférence
4) Vous pouvez fournir du matériel et demander aux participants de la tracer.

** Rappelez-vous que vous pouvez ajouter des questions au compte-rendu en fonction de vos impressions et du groupe de personnes avec lequel vous travaillez.

PUBLICATIONS / MATÉRIEL POUR APPROFONDIR SUR LE SUJET :

- http://storage.neic.org/event/docs/1129/how_long_does_it_take_garbage_to_decompose.pdf

SUPPORT PAPIER

OBJETS	TEMPS DE DÉCOMPOSITION
Bouteille en verre	1 million d'années
Ligne de pêche monofilament	600 ans
Bouteilles en plastique pour boissons	450 ans
Couches jetables	450 ans
Canette en aluminium	80-200 ans
Bouée en plastique expansé	80 ans
Gobelets en plastique	50 ans
Semelle de botte en caoutchouc	50-80 ans
Boîtes de conserve	50 ans

OBJETS	TEMPS DE DÉCOMPOSITION
Cuir	50 ans
Textile nylon	30-40 ans
Conteneur de film plastique	20-30 ans
Sac en plastique	10-20 ans
Mégot	1-5 ans
Chaussette en laine	1-5 ans
Contreplaqué	1-3 ans
Brique de lait	3 mois
Noyau de pomme	2 mois
Journal	6 semaines
Peau d'orange ou de banane	2-5 semaines

Timeline of decomposition

1 Week ..... 1.000 Years

Atelier

Meneur de l'eau

SUJETS : Consommation d'eau

NIVEAU DE DIFFICULTÉ :

TYPE D'ACTIVITÉ : Statique (réflexion individuelle, débat) - Mouvement (activité principale du match de foot)

GROUPE CIBLE : athlètes, sportifs, joueurs de football, jeunes - 18/35 ans

TAILLE DU GROUPE : 20/25 personnes au maximum

DURÉE : 1 h 15 min

LIEU : terrain de football ou un grand espace où jouer et travailler en groupe

PERSONNEL IMPLIQUÉ : 1 entraîneur

LANGUE : toutes les activités seront réalisées dans la langue maternelle des bénéficiaires afin de garantir l'efficacité de l'atelier. Sur le plan local, nous suggérons fortement la langue maternelle pour garantir l'efficacité de l'atelier.

MATÉRIEL : feuilles de papier A4, stylos, *2 casques, gobelet en papier, scotch, élastique, eau, ballon de football, sifflet, liste d'objets liés à la consommation d'eau (support papier 1)

OBJECTIFS :

- Sensibiliser à la consommation d'eau et aux habitudes que nous avons dans notre vie quotidienne pour éviter son gaspillage ;
- Débattre et explorer les solutions pour changer les mauvaises habitudes et améliorer la gestion de la consommation d'eau dans les structures accueillant des événements sportifs ou les centres d'entraînement ;
- Réfléchir au rôle que chacun d'entre nous, en tant que citoyen, peut jouer dans la diffusion des bonnes pratiques en matière de protection de l'environnement et de gaspillage de l'eau.

PRÉSENTATION GÉNÉRALE : l'activité est prévue pour que les participants puissent se rendre compte de l'importance de vérifier et de contrôler les habitudes de consommation d'eau en tant qu'athlètes et managers sportifs. La séance sera divisée en quatre étapes distinctes :

1. Introduction/Brainstorming
2. Activité principale
3. Compte-rendu
4. Évaluation finale

ACTIVITÉ

1. Introduction/Brainstorming

Durée : **20 minutes**

1. Rassemblez les participants en cercle pour présenter l'activité, qui commencera par une réflexion individuelle.
2. Donnez une liste de neuf objets/habitudes à chaque participant qu'ils devront classer en fonction de leur exigence en eau.
3. Ils peuvent écrire les neuf objets/habitudes dans l'ordre sur une feuille en papier.
4. Donnez-leur 5 minutes pour réfléchir de façon individuelle et classer les objets qui selon eux exigent une consommation d'eau plus ou moins élevée, puis donnez-leur 10 minutes supplémentaires pour partager les résultats en binômes.
5. Une fois le temps écoulé, donnez-leur les résultats réels de la consommation d'eau pour chaque objet.
6. Ce premier exercice leur permettra de s'interroger sur le sujet et de constater toutes les fois où l'on ne se pose pas la question. Puis dites-leur que « c'était un exemple pour entrer dans le sujet, allons plus loin avec un autre jeu dynamique ».

2. Activité principale

Durée : **30 minutes**

7. Après les avoir invités à commencer à réfléchir à leur consommation d'eau, dites-leur que vous allez faire une autre activité plus dynamique pour mieux comprendre le sujet.
8. L'activité commence avec le formateur et les participants en cercle, dans un environnement confortable.
9. Faites deux équipes (veillez à ce qu'elles soient les plus équilibrées possible). Chaque équipe doit désigner un meneur de jeu qui devra porter un casque avec un gobelet en papier rempli d'eau. **
10. Elles doivent disputer un match de football de 10 minutes avec une règle particulière : un but marqué après une passe décisive du meneur compte double. Si le meneur de jeu marque un but, il compte triple.
11. Vérifiez le score à la fin du match. Prenez les gobelets en papier et vérifiez quelle équipe a réussi à garder le plus d'eau sans la renverser. L'équipe gagnante aura cinq buts supplémentaires et l'équipe perdante aura une pénalité de trois buts en moins.

3. Compte-rendu

Durée : **20 minutes**

Une fois l'activité principale terminée, demandez aux participants de se réunir à nouveau en cercle pour commencer le compte-rendu. Pour développer l'activité et animer le débat, vous pouvez utiliser les questions suivantes :

- Avez-vous apprécié l'activité ?
- Qu'est-ce qui vous a le plus surpris dans cette activité ?
- Comment se sont sentis les meneurs qui portaient le gobelet d'eau ? Vous êtes-vous sentis responsables ?
- Et les coéquipiers, avaient-ils peur de passer le ballon ou de renverser de l'eau en leur passant le ballon ?
- Vous venez de voir que l'équipe qui a gaspillé le moins d'eau a gagné. Pensez-vous que, dans la vie réelle, ce comportement positif et ce résultat vous permettraient de gagner ?
- Dans le monde actuel, est-il difficile d'être durable en matière de préservation de l'eau ? Pourquoi ?
- De quelle manière pouvez-vous changer ces habitudes pour réduire votre consommation d'eau ?
- Pensez-vous que votre club gaspille de l'eau ? Comment réduire cette consommation ?
- S'agit-il d'une priorité pour votre club ? Y avez-vous pensé ? En avez-vous déjà discuté ?
- Que puis-je faire chez moi vis-à-vis de mes habitudes quotidiennes ?
- Que puis-je faire dans mon cercle d'amis et ma famille ?

À la fin du débat, vous pouvez leur transmettre des informations sur les objets et la consommation d'eau, et même distribuer une brochure.

4. Évaluation finale

Durée : **5 minutes**

Les participants seront invités à évaluer l'atelier en utilisant un outil spécifique de l'éducation non formelle

CONSEILS POUR LES FACILITATEURS

* Vérifiez si vous avez les outils nécessaires. Cherchez/fabriquez un casque qui permet au joueur de courir et de se déplacer avec un gobelet sur la tête (et qui se maintient stable). Si vous n'avez pas de casque, vous pouvez utiliser un chapeau ou, à défaut, le joueur pourra garder le gobelet d'eau dans sa main.

** Si besoin, vous pouvez désigner plusieurs meneurs de jeu par équipe en augmentant le nombre de gobelets d'eau.

*** Sur la liste des 9 objets vous pouvez en ajouter d'autres, ou des différents représentant un autre type de gaspillage d'eau.

SUPPORT PAPIER 1

L'EMPREINTE EAU DANS LA PRODUCTION ET DANS NOS HABITUDES QUOTIDIENNES

Vous pouvez imprimer l'objet/l'habitude, puis sur un autre papier la quantité d'eau consommée. Les participants devront alors les associer. Choisissez vous-même la taille du papier et si vous devez l'imprimer en fonction de vos moyens.

OBJET / HABITUDE	EMPREINTE EAU	SOURCE
Douche de 5 minutes	25 litres d'eau	Harvard University
1 kg de viande de bœuf	15 500 litres d'eau	The Guardian
1 t-shirt	2 700 litres d'eau	WWF
Terrain de football	100 000 litres d'eau par jour en moyenne	The Economic Times
1 pizza	1 239 litres d'eau	The Guardian
1 paire de chaussures de foot	8 543,67 litres d'eau	The 7 percent
SMART Phone	904,50 litres d'eau	Water footprint calculator
1 pinte de bière	168 litres d'eau	The Guardian
Fabriquer une voiture	147 631,06 litres d'eau	Automobile world

PUBLICATIONS / MATÉRIEL POUR APPROFONDIR SUR LE SUJET :

- https://www.watercalculator.org/

3.4
OUTILS SUGGÉRÉS POUR L'ÉVALUATION FINALE INSTRUCTIONS

Comme nous l'avons déjà expliqué, l'évaluation finale est une phase au cours de laquelle les participants sont invités à évaluer l'atelier. Leurs commentaires seront très utiles aux éducateurs et aux animateurs pour mieux comprendre les points forts et les points faibles des activités proposées. Vous pouvez utiliser les outils proposés ou créer les vôtres.

1. La surface de réparation

- Dessinez la surface de réparation d'un terrain de football sur un tableau de conférence
- Donnez un stylo/crayon à chaque participant
- Dites-leur que l'évaluation de l'efficacité de l'atelier consistera à dessiner un point dans la zone de réparation.

Plus ils placent leur point près du but, plus ils pensent que l'atelier est efficace.

(100 % à l'intérieur du but ; 50 % au milieu de la surface ; 10 % sur la ligne de la surface ; 0 % en dehors de la surface de réparation).

2. « But »

L'exercice pourrait être réalisé pour l'atelier qui aura lieu sur le terrain de football

- Donnez un ballon à chaque participant
- Créez cinq petits « buts » avec des cônes en plastique.
- Attribuez un chiffre de un à cinq à chaque but.
- Expliquez aux participants qu'après chacune de vos déclarations, ils doivent évaluer les éléments spécifiques sur une échelle de un à cinq, shooter dans le ballon en direction du but correspondant (1 est insuffisant - 5 est très positif)

Vous pouvez créer vos propres déclarations, par exemple :

- dynamique
- contribution personnelle
- efficacité générale
- engagement
- thèmes abordés
- flow de la structure
- animation
- etc.

3. Tirez !

- Évaluation générale
- L'exercice pourrait être réalisé pour l'atelier qui aura lieu sur le terrain de football
- Donnez un ballon à chaque participant
- Demandez à tout le monde de se tenir dans la surface de réparation
- Demandez-leur de tirer pour évaluer l'efficacité générale de l'atelier
- La règle est de lancer le ballon dans le but s'ils sont satisfaits, près de celui-ci s'ils ne sont pas complètement satisfaits, et de plus en plus loin du but moins ils sont satisfaits.

4. Souriez

- Donnez un stylo et une carte avec ce dessin à chaque participant.
- Demandez-leur d'écrire un mot dans chaque hexagone pour décrire ce qu'ils ressentent après l'atelier.

5. Ballon puzzle

- Pour procéder à l'évaluation précédente, vous pouvez aussi utiliser un vrai ballon. Pour cela, demandez à chaque participant d'écrire un seul mot dans un hexagone du ballon.

6. Schéma tactique

- Dessinez un terrain de football sur un tableau de conférence
- Donnez un stylo à chaque participant
- Dites-leur de se dessiner sur le terrain, comme dans le système de jeu avant le match, pour représenter l'expérience acquise au cours de l'atelier et d'expliquer pourquoi ils s'attribuent cette position (par exemple : meneur de jeu parce que j'ai aidé les autres, ou en dehors du terrain parce que je n'ai fait que regarder sans rien dire, etc.).

7. But, carton rouge ou carton jaune ?

- Prenez trois tableaux de conférence/ feuilles de papier : une rouge, une jaune, une blanche. Dessinez un but sur la blanche.
- Donnez un stylo à chaque participant
- Demandez-leur d'écrire un commentaire sur chacun des trois papiers. Sur le papier rouge, représentant un « carton rouge », ils doivent écrire ce qui n'a pas fonctionné ou ce qu'ils n'ont pas aimé ; sur le « carton jaune », ils doivent écrire des suggestions d'amélioration ; dans la « cage », ils doivent écrire les éléments qu'ils ont le plus aimés et appréciés.

GREEN COACH

UNE GESTION EFFICACE POUR UN SPORT DURABLE

Pour plus d'informations et de références, vous pouvez consulter notre site internet
http://www.greencoacherasmus.eu/