

SENSIBILISATION À LA DURABILITÉ ENVIRONNEMENTALE DANS LE FOOTBALL

MODULES ÉDUCATIFS POUR
LES **RESPONSABLES** ET
LE **PERSONNEL** DES
CLUBS SPORTIFS

GREEN
UNE GESTION EFFICACE POUR UN SPORT DURABLE
COACH



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

LIGHT **VERSION**

GREEN UNE GESTION EFFICACE POUR UN SPORT DURABLE COACH

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.



« L'environnement est tout ce qui constitue notre cadre de vie et affecte notre capacité à vivre sur la terre - l'air que nous respirons, l'eau qui recouvre la majeure partie de la surface de la terre, les plantes et les animaux qui nous entourent, l'état général de notre planète, et bien plus encore. »

« La protection de l'environnement est essentielle pour le bien-être de tous - celui de nos enfants, ainsi que celui des générations futures. »

Yaya Toure
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.

Des grands défis ont été détectés dans la mise en œuvre d'un changement systémique dans la gouvernance dans le sport. Chaque club étant bien entendu unique, les défis peuvent différer d'un club à l'autre en termes d'importance. Parmi

les défis prévus, se posent des questions de temps, un manque d'intérêt à différents niveaux de l'organisation (direction, personnel, joueurs, familles, etc.), un manque de connaissances techniques liées aux mesures à mettre en œuvre, les défis organisationnels et la gestion des personnes, les obstacles à la communication, le manque de ressources humaines et/ou financières.

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.

Le manuel se veut donc une réponse aux défis identifiés afin d'offrir aux gestionnaires les outils nécessaires pour être en mesure de mettre efficacement en pratique les mesures environnementales au sein de leurs clubs. Les mesures environnementales couvrent les questions relatives aux vêtements de sport, la consommation d'eau et d'énergie, le transport et la gestion des déchets.

Le manuel contient également des informations plus approfondies sur un certain nombre de questions connexes, avec des liens associés. Dans tous les cas, nous suggérons de l'utiliser 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.

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.

Chaque geste compte et il est important que chaque individu apporte sa contribution à la réduction de l'empreinte écologique à l'intérieur et à l'extérieur

de notre monde sportif. Mais pour transformer les actions individuelles en transformation structurelle, nous devons agir au niveau administratif, en apportant des changements significatifs dans la manière dont sont gérés nos équipes, nos clubs, nos fédérations et le monde du sport dans son ensemble.

Grâce à ce module, nous cherchons à fournir des informations et des ressources pratiques aux responsables, aux entraîneurs et au personnel des clubs et des fédérations sportives : les personnes qui sont chargées de prendre les décisions au sein de leurs organisations ou qui peuvent les affecter et les influencer au niveau de la direction, ou qui sont chargées de fournir des activités éducatives aux utilisateurs (joueurs, fans, etc.). Nous avons élaboré un autre manuel qui, quant à lui, s'adresse aux joueurs, aux athlètes et aux supporters des clubs 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 des personnes participant, y compris les gestionnaires et le personnel des clubs et des fédérations.

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 ;
- Réaliser ce qui peut être fait dans leurs clubs pour avoir un impact sur ces questions au niveau structurel ;
- 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, et à les faire réfléchir à ce qui peut être fait par leurs clubs de manière réaliste afin d'imposer un changement dans l'empreinte environnementale qu'ils produisent. Nous ne proposons pas de solutions toutes faites, mais nous stimulons la réflexion et la confrontation, afin de trouver des idées qui correspondent aux possibilités, aux besoins et à la volonté de chaque club participant. Nous souhaitons donc stimuler la réflexion sur des solutions pratiques plutôt que de donner des idées qui ne sont pas forcément adaptées au club lui-même. En outre, nous voulons inciter chaque club et chaque fédération à agir en tant que multiplicateur et à proposer des activités à leurs athlètes, à leurs entraîneurs et à leurs supporters, afin de leur fournir des outils pédagogiques sur la manière de relever les défis environnementaux liés à leur sport.

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

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

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 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 demander qui s'y connaît 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 censés s'adresser aux dirigeants, conseil d'administration et personnel des clubs 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

Re-Basket: Sensibilisation au recyclage	 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.



Re-Basket: Sensibilisation au recyclage

SUJETS : gestion des déchets ; consommation de plastique



NIVEAU DE DIFFICULTÉ :

TYPE D'ACTIVITÉ : statique (brainstorming, débats, compte-rendu) - Mouvement

GROUPE CIBLE : personnel et dirigeants de clubs sportifs

TAILLE DU GROUPE : 15/20 personnes

DURÉE : 1 heure

LIEU : Grande salle, salle de travail

PERSONNEL IMPLIQUÉ : 2 facilitateurs + (facultatif) 2 personnes d'assistance

LANGUE : toutes les activités seront réalisées 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, carton, boîtes/petits sacs, ruban adhésif, crayons, sifflets, cage de football

OBJECTIFS :

- Promouvoir le sens des responsabilités pour une gestion efficace du recyclage et de la séparation des déchets.
- Sensibiliser à l'importance et à l'impact positif du tri des déchets
- Souligner l'effet de nos actions quotidiennes sur notre environnement
- Trouver des idées pour mettre en œuvre de meilleures stratégies de recyclage dans leurs clubs sportifs.

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

L Durée : 10 minutes

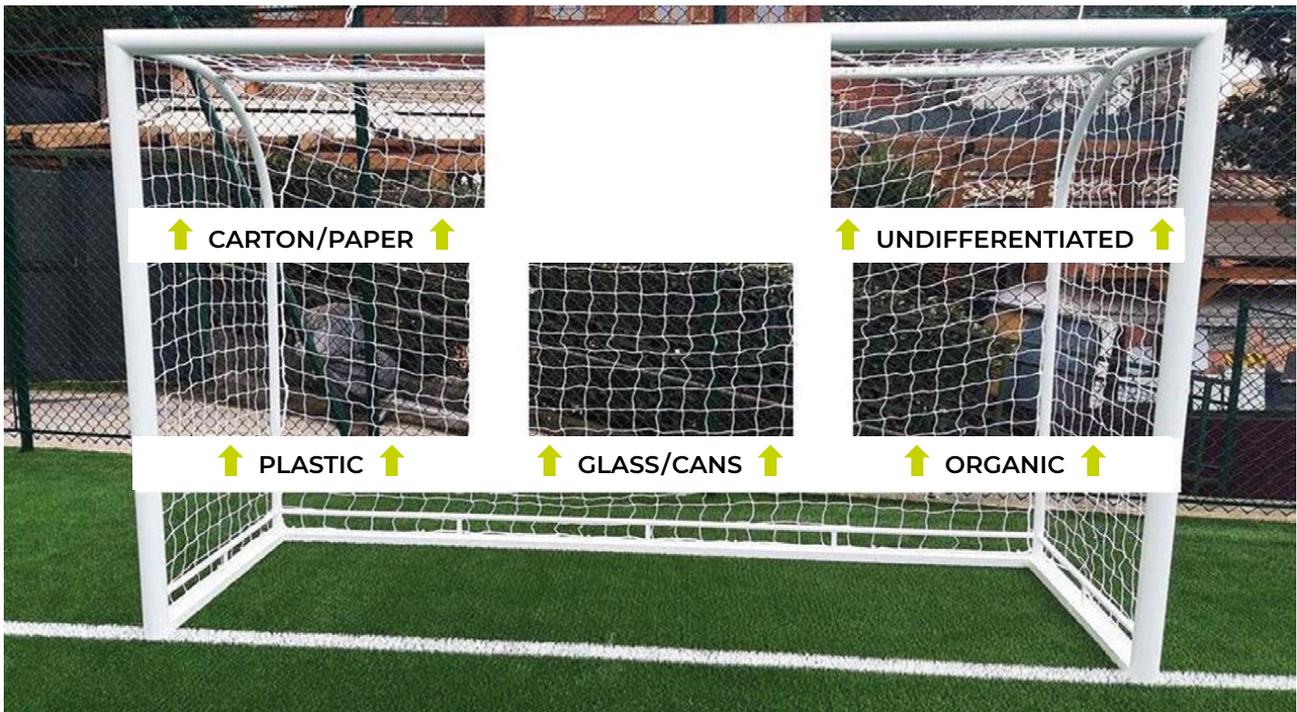
Pour commencer l'activité, les facilitateurs et les participants sont réunis en cercle dans un environnement confortable. Le facilitateur commencera le discours introductif par un brainstorming en posant une question aux participants : « Pensez une seconde à la protection de l'environnement. Quel est 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*

L Durée : 5 minutes



3. Activité principale

L Durée : 20 minutes

Après la partie introductive et l'échauffement, les participants seront répartis dans des groupes de cinq personnes* pour réaliser l'activité principale.

Le(s) facilitateur(s) devra(ont) prévoir à l'avance une série de cinq boîtes (ou un autre nombre selon les différents types de déchets différenciés dans votre communauté locale)*** représentant chacune une catégorie du tri des déchets****.

Chaque groupe de cinq se placera en ligne. Une fois que le facilitateur aura donné le départ en sifflant, le premier participant de la première équipe doit choisir une carte au hasard dans un jeu qu'il/elle aura entre les mains. Sur les cartes, il y aura des images de plusieurs objets de la vie quotidienne. Le participant devra décider le plus rapidement possible dans quelle catégorie du tri des déchets l'objet représenté sur la carte devra être jeté une fois abîmé ou cassé. Il/elle devra alors courir vers la série de boîtes et donnera la réponse en déposant la carte dans la boîte représentant son choix. Après avoir terminé, le deuxième joueur commencera le même jeu et ainsi de suite jusqu'au dernier joueur du groupe. Dans ce cas, il est possible de faire plusieurs tours en fonction également du nombre d'équipes. L'équipe gagne un point pour chaque bonne réponse, qui ne sera révélée qu'à la fin (car des groupes différents sont susceptibles de piocher les mêmes cartes).

L'exercice sera répété pour les groupes restants. Le score sera alors dévoilé ainsi que les bonnes réponses.

4. Compte-rendu

L **Durée : 20-25 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 :

- 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 ?
- Et les personnes de notre communauté, et de notre club sportif ? Connaissent-elles et respectent-elles les règles relatives au tri des déchets ?
- Pensez-vous qu'il est toujours facile de les suivre ? Sont-elles claires pour tout le monde ?
- Comment évaluez-vous les stratégies pour le tri des déchets mises en place dans votre club sportif ? Que se passe-t-il ?
- Pensez-vous qu'elles devraient être améliorées ? Comment ?
- Y a-t-il des matériaux en particulier qui sont mal gérés et qui devraient faire l'objet de stratégies pour les traiter différemment ?
- Peut-on penser à réduire l'utilisation de ces matériaux plutôt qu'améliorer leur gestion ? Comment ?

Donnez à chaque groupe un tableau de conférence pour noter les idées issues du brainstorming, puis laissez-les en discuter.

Faites aussi mention de certaines bonnes pratiques supplémentaires 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

L **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 créer les conteneurs où placer les cartes pour l'activité consistant à deviner où doivent aller les déchets séparés. Il peut s'agir de boîtes avec des symboles, de couleurs différentes, de véritables poubelles, de sacs de différentes couleurs, etc.

**** 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).
- Cette séance peut être utilisée pour tout club sportif.
- À la fin de l'atelier, il est possible de distribuer à chaque participant des documents sur la réduction et le recyclage des déchets et les stratégies mises en place dans différentes entreprises.

EXEMPLE DE CARTES :



Atelier

La vie en plastique... C'est fantastique ?

SUJETS : Consommation de plastique



NIVEAU DE DIFFICULTÉ :

TYPE D'ACTIVITÉ : Statique (quizz + débat)

GROUPE CIBLE : personnel et managers de clubs sportifs

TAILLE DU GROUPE : Jusqu'à 30 personnes

DURÉE : 80-90 minutes

LIEU : Grande salle/salle de travail

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, liste de questions, liste de déclarations pour le « où en êtes-vous », tableau de conférence avec feuilles de papier, éventuellement ordinateur avec projecteur

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 stratégies qui peuvent être mises en place pour réduire l'utilisation du plastique dans les clubs sportifs et dans la vie quotidienne, et/ou trouver des alternatives appropriées.

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 de quizz
4. Où en êtes-vous
5. Compte-rendu
6. Évaluation finale

ACTIVITÉ

1. Exercice énergisant/division du groupe

L 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

L 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. Jeu de quizz

L Durée : 20 minutes

Chaque groupe reçoit un jeu de cartes écrites : A, B, C, D, Vrai, Faux. Ces cartes contiennent les réponses que l'on peut donner aux questions qui leur seront posées.

Ensuite, le formateur principal/facilitateur lit à voix haute l'une des questions de la liste. Si vous avez un vidéoprojecteur, inscrivez les questions (et les réponses) sur un Power Point afin qu'elles soient visibles par tous les participants. Les participants auront alors un peu de temps pour parler avec leur équipe et se mettre d'accord sur une réponse commune. Le formateur/facilitateur demandera ensuite aux équipes de donner leur réponse et de montrer la carte choisie. S'ils répondent correctement, leur équipe marque un point.

Vous pouvez inscrire les points sur un tableau ou autre. Vous pouvez également ajouter d'autres éléments, comme remporter des points supplémentaires pour certaines réponses (comme les dernières, afin d'ajouter du piment à la compétition) et offrir un prix aux gagnants.

4. Où en êtes-vous ?

L Durée : 20-25 minutes

Les participants doivent rester debout dans la salle. Divisez préalablement la salle en deux en traçant une ligne au sol avec du ruban adhésif : d'un côté, collez un panneau « Je suis d'accord » sur le mur, et « Je ne suis pas d'accord » de l'autre.

Le facilitateur lit à haute voix une déclaration sur la consommation de plastique et son impact sur l'environnement (voir la liste ci-dessous), si possible avec un vidéoprojecteur pour que tout le monde puisse voir. 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. S'ils ne sont pas sûrs ou que leur opinion est controversée, ils doivent rester au milieu.

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.

Si quelqu'un change d'avis, il/elle peut changer de place et expliquer pourquoi.

5. Compte-rendu

L 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 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 ?
- Pensez-vous que nous devrions nous efforcer de réduire cette utilisation, ou de changer certaines habitudes ? Que pensez-vous que nous puissions faire ?
- Faites-vous déjà quelque chose dans votre club ? Connaissez-vous une bonne pratique qui pourrait être reproduite ?
- Que pensez-vous de ce qui pourrait être fait au niveau structurel par votre club ?

6. Évaluation finale

L Durée : 5 minutes

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

SUPPORT PAPIER

Jeu de quizz

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.

Nous devrions interdire l'utilisation de bouteilles en plastique dans notre club sportif.

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 n'avez pas d'écran, vous pouvez simplement lire à haute voix les questions et les déclarations, en vous assurant que tout le monde ait compris.

*** 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.

**** Si vous ne disposez pas d'un grand espace, vous pouvez demander aux participants de lever une carte verte, jaune ou rouge pour indiquer leur position (pour la partie « Où en êtes-vous ?

***** 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/>

Sandwich au poulet

SUJETS : refus alimentaires



NIVEAU DE DIFFICULTÉ :



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

GROUPE CIBLE : personnel et managers de clubs sportifs

TAILLE DU GROUPE : 20/25 personnes au maximum

DURÉE : 1 h 15 min

LIEU : Salle de travail/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 : « chicken club sandwich » et les cartes de la page des photocopiés, 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 les 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

L Durée : 30 minutes

PARTIE 1:

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.

PARTIE 2:

Demandez aux participants de discuter des aliments qu'ils mettent à disposition dans leur stade/centre sportif ou de ce qu'ils offrent lorsqu'ils reçoivent leurs athlètes ou des invités d'autres équipes. Affichez ces dix questions :

1. D'où viennent ces aliments ? Savez-vous si elle a beaucoup voyagé avant d'arriver 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. Existe-t-il d'autres aliments ou d'autres méthodes de production qui auraient un meilleur impact sur l'environnement ?
 10. Quelles sont les raisons qui vous ont poussé à choisir cet aliment ? Économiques, pratiques...
7. 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 ».
 8. Donnez-leur quelques minutes pour faire cet exercice, puis utilisez certaines des questions dans le deuxième compte-rendu (voir ci-dessous).

2. Compte-rendu

L 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 ou que nous choisissons ?
- Pensez-vous que nous devrions en savoir plus ? Pourquoi, ou pourquoi pas ?
- Avez-vous changé d'avis depuis le début de l'activité ?
- Trouvez-vous important de penser à ces questions lorsque vous réfléchissez à l'alimentation de vos athlètes ?
- Trouvez-vous important de réfléchir à ces questions lors de la planification des en-cas/aliments à proposer pendant vos matchs ?

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 utiliser cette nourriture, à la vendre dans vos installations ou à l'offrir ?

Discutez de certaines des réponses écrites par les participants.

3. Évaluation finale

L **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 défrichage 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 défrichage 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



Electri-City

SUJETS : Consommation énergétique



NIVEAU DE DIFFICULTÉ : 

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

GROUPE CIBLE : Personnel et managers de clubs sportifs

TAILLE DU GROUPE : 20/25 personnes au maximum

DURÉE : 1 h 20 min

LIEU : Salle de travail/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 : 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

L Durée : 25 minutes

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

Imaginez que vous construisez votre ville et que vous pouvez tout décider en fonction de votre budget. Le facilitateur doit décider à l'avance des coûts et de la consommation/approvisionnement, ce qui rend difficile pour les participants d'avoir tous les services disponibles avec un bon approvisionnement énergétique. Vous pouvez ajouter d'autres bâtiments ou des centrales.

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

L Durée : 30 minutes

- 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	

- 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.
- 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. Les formateurs doivent décider à l'avance des fonds.

1^{er} prix : 2^{ème} prix : 3^{ème} prix :

- 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

L 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 ? Était-ce à cause du budget ou pour d'autres raisons ?
- Trouvez-vous difficile de prendre des décisions sur comment gérer la consommation énergétique d'un complexe sportif ? Quelles structures faut-il ajouter ?
- Que faut-il prendre en considération dans la prise de telles décisions ?
- Savez-vous quelle est la principale source d'énergie dans le centre d'entraînement de votre village/ville ? Quand a-t-il été mis en œuvre et pourquoi a-t-il été choisi ?
- Avez-vous déjà développé ou pensez-vous pouvoir faire quelque chose au sujet de la politique de consommation énergétique de votre complexe sportif ? Si oui, quoi ?
- Serait-il difficile de passer à des formes d'énergie plus propres et durables dans votre centre de d'entraînement ? Pourquoi ?

4. Évaluation finale

L Durée : 5 minutes

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

« 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 : personnel et managers de clubs sportifs

TAILLE DU GROUPE : 20/25 personnes au maximum

DURÉE : 2 heures

LIEU : Salle de travail/espace

PERSONNEL IMPLIQUÉ : 1 formateur, 1 facilitateur/personnel

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 : Liste de signatures, tableaux de conférence, marqueurs, tableau blanc, briques de lait Tetra Pak, scotch, ciseaux, agrafeuses

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 cinq étapes distinctes :

1. Introduction/Brainstorming
2. Activité principale
3. Compte-rendu
4. Que faire avec...
5. Évaluation finale

ACTIVITÉ

1. Introduction/Brainstorming

L Durée : 20 minutes

1. Préparez trois tableaux de conférence avec trois concepts différents écrits verticalement, au milieu, en lettres majuscules : RÉUTILISER, RÉDUIRE et RECYCLER.
2. Faites trois équipes et donnez un tableau de conférence à chaque équipe. Les participants devront écrire un mot en rapport avec ce concept pour chacune des lettres du mot principal. Les nouveaux mots doivent contenir les lettres comme dans une grille de mots croisés.
3. Après avoir inscrit les nouveaux mots en lien avec le concept principal, les participants doivent trouver une définition de leur concept (sans utiliser Google ou d'autres moteurs de recherche), et quel est son lien avec leur travail dans leur équipe/centre sportif.
4. Une fois le jeu terminé, les groupes devront présenter leur travail aux autres.

2. Activité principale

L 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 et une agrafeuse).
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

L 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 récréation et de réutilisation des matériaux que vous avez obtenus ?
- Avez-vous déjà pensé à la quantité d'objets que vous utilisez dans votre club sportif et qui pourraient être réutilisés de différentes manières au lieu d'être jetés ? Pouvez-vous les énumérer ?
- Votre club réutilise-t-il certains objets ? Existe-t-il une politique de réduction déchets plutôt que de se contenter de recycler les matériaux ?

4. Que faire avec...

L Durée : 20 minutes

Demandez aux participants de réfléchir à ce que leur club pourrait faire avec les éléments suivants lorsqu'ils doivent être changés :

- Maillots de football
- Shorts de football
- Ballons
- Chaussures de football
- Sacs de sport
- Matériel pour les entraînements de football (cônes, etc.)
- Autre chose ?

Demandez-leur aussi ce qu'ils pourraient faire pour encourager leurs athlètes à conserver tous les articles en bon état pour éviter d'avoir à les changer, ainsi que pour les inviter à ne pas simplement jeter leur équipement autant que possible.

Pour faciliter cette partie, laissez-les travailler à nouveau dans les groupes dans lesquels ils ont créé les portefeuilles à partir du Tetra Pak et faire une liste et un plan.

5. Évaluation finale

L Durée : 5 minutes

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

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 : Personnel et managers de clubs sportifs

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

DURÉE : 90 minutes

LIEU : Salle de travail/espace

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
- Sensibiliser à la conscience environnementale dans le domaine du sport.
- Identifier des solutions pour réduire l'empreinte environnementale des clubs sportifs.

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

ACTIVITÉ

1. Exercice énergisant

L Durée : 5-10 minutes

2. Introduction

L Durée : 5 minutes

1. Faites des groupes de 4/6 personnes.
2. *******Commencez par expliquer aux participants qu'ils auront l'occasion de vérifier leur propre empreinte écologique. *******Partagez avec les participants le lien d'un test grâce auquel ils peuvent calculer leur empreinte. Voici le lien : <https://www.footprintcalculator.org/> Ils travailleront ensuite individuellement sur leur téléphone/tablette/ordinateur portable.
3. Après avoir fait le test, laissez-les partager leurs résultats au sein du groupe et les commenter, en essayant surtout de comprendre quelles sont les principales causes des résultats.

3. Relier les points

L Durée : 25 minutes

4. Lorsqu'ils ont terminé, montrez et donnez aux participants des images représentant différentes choses ayant un lien avec l'environnement. *
5. Chaque groupe devra choisir des images qui peuvent répondre à trois questions différentes :
 - A) Quelle image représente le problème environnemental le plus important ?
 - B) Quelle image représente le problème environnemental le plus en lien avec le sport/football ?
 - C) Quelle image vous semble la plus liée à votre club sportif et à son rapport à l'environnement ?
6. Donnez aux groupes quinze minutes pour discuter et faire leur choix.
7. Chaque participant peut faire un symbole de ses choix afin de s'en souvenir.
8. Créez de nouveaux groupes avec au moins un participant de chacun des groupes précédents, afin qu'ils puissent se présenter les uns aux autres et présenter leurs choix, en expliquant pourquoi ils se sentent si liés au football, à l'environnement et à leurs clubs. Invitez-les à réfléchir sur l'empreinte écologique principale de leur club.

4. Échelons de solutions

L Durée : 25 minutes

9. Pour la suite de l'activité, ils devront répondre à cette question du point de vue de leur club de football :

****** QUE POUVONS-NOUS FAIRE POUR AMÉLIORER OU RÉDUIRE L'EMPREINTE ÉCOLOGIQUE DE NOS CLUBS SPORTIFS ?**

Les groupes de participants doivent trouver des réponses applicables à court et à long terme :

 - A) DEMAIN
 - B) DANS UNE SEMAINE
 - C) DANS UN MOIS
 - D) DANS UN AN
10. Chaque groupe doit réfléchir sur la base des problèmes qu'il a identifiés, puis partager leurs idées en groupe.

5. Compte-rendu

L 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 ?
- Avez-vous déjà pensé à l'empreinte écologique de votre club ?
- Selon vous, quel est le principal défi à relever dans votre club ?
- Pensez-vous qu'il s'agit uniquement d'une question de gouvernance ou que les joueurs et les supporters doivent également faire quelque chose ?
- Quels autres acteurs peuvent contribuer à la réduction de l'empreinte écologique d'un club de football ? Comment ?

6. Évaluation finale

L 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 DE SOLUTIONS

QUELLES STRATÉGIES/IDÉES POUVONS-NOUS UTILISER POUR AMÉLIORER OU RÉDUIRE L'EMPREINTE ÉCOLOGIQUE DE NOTRE CLUB ?

In one year

In one month

In one week

Tomorrow



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 : personnel et managers de clubs sportifs

TAILLE DU GROUPE : 20/25 personnes au maximum

DURÉE : 1 h 20 min

LIEU : Salle de travail/espace

PERSONNEL IMPLIQUÉ : 1 formateur, 1 facilitateur/personne pour les aider

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 : * liste de signatures, feuilles de papier A4 ou A5, stylos, questionnaire imprimé, tableau, support papier

OBJECTIFS :

- Identifier les habitudes de mobilité des individus (athlètes, personnel, supporters) et des clubs sportifs pour les entraînements et les matchs
- Sensibiliser à l'impact environnemental de la mobilité lorsque vous participez à des formations et à des matchs
- 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

L Durée : 30 minutes

QUELLE DISTANCE PUIS-JE PARCOURIR ?

- Tracez une ligne sur le sol de la salle avec de ruban adhésif sur laquelle pourrait se positionner la plupart des personnes présentes.
- Expliquez aux participants qu'une extrémité du ruban représente le chiffre 0 et que l'autre extrémité représente le nombre maximum, c'est-à-dire généralement 20 pour ces questions. Lisez une liste de questions ; les participants doivent se déplacer sur la ligne en fonction de la distance qui s'applique à leur cas pour cette question spécifique.

* Voici les questions :

- Combien de kilomètres parcourez-vous pendant l'entraînement ?
 - Combien de kilomètres parcourez-vous pendant un match de football ?
 - Combien de kilomètres parcourez-vous habituellement à pied par jour ?
 - Combien de kilomètres devez-vous parcourir à pied pour atteindre votre destination ?
 - Combien de kilomètres parcourez-vous habituellement avec votre voiture pour atteindre votre destination ?
- 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 !**
 - Puis invitez-les à réfléchir et, enfin, passez à la deuxième partie de l'activité.

2. Activité principale

L Durée : 30 minutes

COMPÉTENCES EN MATIÈRE DE MOBILITÉ DURABLE

- Donnez à chaque participant un test de dix questions sur lesquelles il/elle devra réfléchir.
Liste de questions :

A. PERSONNEL

- Quel est le moyen de transport que vous utilisez le plus dans votre vie quotidienne pour aller en ville ?

- Quel est le moyen de transport que vous utilisez le plus dans votre vie quotidienne pour sortir de la ville ?
- Lorsque vous partez en vacances, utilisez-vous principalement l'avion, le train, le bus, la voiture ?

B. VOUS ET VOTRE SPORT

- Combien de fois par semaine allez-vous dans votre centre sportif/stade/terrain ?
- Combien de fois allez-vous à pied ?
- Combien de fois allez-vous à vélo ?
- Combien de fois allez-vous en bus ?
- Combien de fois allez-vous en voiture ?
- Vous arrive-t-il de vous organiser pour voyager à plusieurs dans une seule voiture ou chaque personne utilise-t-elle sa propre voiture ?

C. À PROPOS DE VOTRE CLUB SPORTIF

- Lorsque vous allez à un match, votre club met-il à disposition un bus pour le déplacement de toute l'équipe ou chaque personne y va-t-elle de son côté ?
 - 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 ?
 - Votre club sportif a-t-il une politique en faveur de la mobilité durable des athlètes ? (Par exemple : des tickets de bus gratuits, des voitures électriques pour les joueurs, etc.)
 - Votre club sportif a-t-il une politique de mobilité durable des supporters ? (Par exemple : site web pour organiser du covoiturage, une boisson/un en-cas gratuit si l'on montre un ticket de transport, campagnes de sensibilisation, etc.)
- Après avoir répondu aux questions, invitez les participants à partager les résultats par binômes.
 - Passez à la partie suivante de l'activité.
 - ***** 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 dites-leur de faire des groupes de quatre (vous pouvez réunir deux binômes précédents), de mettre en commun pendant 5/10 minutes et demandez-leur de faire un diagramme idéal pour leur club de sport en termes d'organisation des habitudes de déplacement.
13. Une fois cela fait, regroupez-vous en cercle et commencez le compte-rendu.

3. Compte-rendu

L **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 et de celle des personnes qui vous entourent dans vos activités sportives ?
- 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 ?
- Que pourrait-on faire pour promouvoir et encourager d'autres personnes (fans, parents) 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

L **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

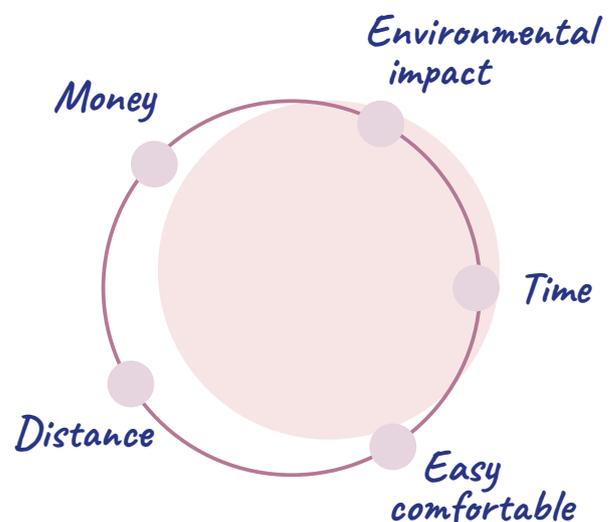
* N'oubliez pas d'imprimer ou de dessiner tout ce qui est nécessaire avant de commencer la séance.

** 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



Chronologie de la décomposition

SUJETS : Gestion des déchets



NIVEAU DE DIFFICULTÉ :



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

GROUPE CIBLE : personnel et managers de clubs sportifs

TAILLE DU GROUPE : 20/25 personnes au maximum

DURÉE : 45-55 minutes

LIEU : salle de travail/espace

PERSONNEL IMPLIQUÉ : 1 formateur, 1 facilitateur/personnel

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, ciseaux, colle.

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

L Durée : 25 minutes

1. Imprimez les noms des éléments dans le tableau du support papier ou trouvez des images pour chacun d'eux.
2. Préparez des papiers avec la « chronologie de la décomposition » imprimée d'une semaine à 1 000 ans, ou utilisez un tableau de conférence
3. Faites des groupes de 4-5 personnes et donnez-leur la liste des objets. Le groupe devra ensuite décider où placer les objets en fonction du temps de décomposition de chacun d'eux dans la nature. Ils devront coller les noms des objets sur le papier de la ligne du temps.*
4. Accordez-leur environ 15 minutes pour les laisser placer les objets/déchets sur la ligne de temps.
5. À la fin, demandez-leur de justifier leur liste. Les autres groupes pourront alors donner leur avis sur les positions des objets et convaincre les autres de changer. Ils ont 10 minutes pour débattre.
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

L Durée : 15 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 dans votre club sportif ? Lequel a le plus grand impact ?
- Pensez-vous que l'on utilise l'un des objets énumérés dans votre club ? Comment en réduire la consommation ?

- Comment pourriez-vous promouvoir et encourager un comportement plus éthique à l'égard de cette question auprès de vos joueurs et de votre personnel ?
- Pensez-vous pouvoir créer quelque chose comme une campagne de sensibilisation sur le temps de décomposition ?

3. Évaluation finale

L 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'interdire aux participants d'utiliser leurs téléphones ou d'autres appareils pour chercher les réponses. Ils doivent placer les objets en fonction de leurs perceptions et de leurs idées.

** 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



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 : personnel et managers de clubs sportifs

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, 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 dans la vie quotidienne et dans celle d'un club sportif.
- 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 aux bonnes pratiques qui peuvent être mises en œuvre de manière réaliste pour améliorer la consommation d'eau dans les clubs sportifs.

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 cinq étapes distinctes :

1. Introduction
2. Activité principale
3. Compte-rendu
4. Call to Action
5. Évaluation finale

ACTIVITÉ

1. Introduction

L Durée : 20 minutes

Dites aux participants de jouer un match de football, puis discutez de la gestion du club. N'anticipez rien d'autre si possible.

2. Activité principale

L Durée : 20 minutes

1. L'activité commence avec le formateur et les participants en cercle, dans un environnement confortable.
2. Faites deux équipes (veillez à ce qu'elles soient les plus équilibrées possible).
3. Chaque joueur tient un gobelet rempli d'eau. Ils doivent également choisir un « meneur de jeu », qui tiendra deux gobelets pleins, un dans chaque main **.
4. Ils joueront un match de football de 10 minutes avec une règle particulière : si le meneur de jeu marque un but, il compte double.
5. 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 ayant le plus d'eau recevra cinq buts supplémentaires.

3. Compte-rendu

L 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 :

6. Avez-vous apprécié l'activité ?
7. Qu'est-ce qui vous a le plus surpris dans cette activité ?
8. Comment vous êtes-vous senti avec les gobelets d'eau ? Étiez-vous inquiet ou aviez-vous peur de passer le ballon ou de renverser de l'eau en passant le ballon ?
9. 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 ?

10. Pensez-vous que nous faisons attention à la consommation d'eau dans la vie de tous les jours ou pas ?

11. Faisons-nous attention à la consommation d'eau dans notre club de sport ? Comment ?

12. De quelle manière pouvons-nous réduire l'empreinte eau de notre club ? Qu'est-ce qui a le plus d'impact ?

13. S'agit-il d'une priorité pour votre club ? Y avez-vous pensé ? En avez-vous déjà discuté ?

14. Quelles stratégies pouvons-nous mettre en place pour réduire le gaspillage d'eau ? Que pouvons-nous faire pour inviter nos joueurs et notre personnel à faire de même ?

*** À la fin du compte-rendu, vous pouvez leur donner des informations sur les objets du tableau ci-dessous et la quantité d'eau utilisée pour fabriquer ces objets, en les faisant réfléchir s'ils ont un lien quelconque avec leur club de sport.

4. Call to Action

En se basant sur la discussion et après avoir vu l'impact de la consommation d'eau, rassemblez les équipes ou faites-en de plus petites et demandez-leur d'écrire ce qu'ils pourraient mettre en œuvre pour améliorer la gestion de la consommation d'eau dans leurs clubs.

5. Évaluation finale

L 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 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

UNE GESTION EFFICACE POUR UN SPORT DURABLE

C  **A C H**

Pour plus d'informations et de références, vous pouvez consulter notre site internet

<http://www.greencoacherasmus.eu/>