

# JEUNES CITOYENS EN ACTION

Créer des projets citoyens  
& éco-responsables



métropole  
ROUENNORMANDIE

# SOMMAIRE

<b># LA MÉTROPOLE, COMMENT ÇA FONCTIONNE ?</b>	<b>3-4</b>
<b># TRIER ET RÉDUIRE LES DÉCHETS</b>	<b>5</b>
<b>À TOI DE JOUER</b>	<b>6-7</b>
<b>IDÉES D' ACTIONS</b>	<b>8-9</b>
<b># PRÉSERVER LA RESSOURCE EN EAU</b>	<b>10</b>
<b>À TOI DE JOUER</b>	<b>11</b>
<b>IDÉES D' ACTIONS</b>	<b>12</b>
<b># VERS UNE MOBILITÉ DURABLE</b>	<b>13</b>
<b>À TOI DE JOUER</b>	<b>14</b>
<b>IDÉES D' ACTIONS</b>	<b>15</b>
<b># RÉDUIRE LES CONSOMMATIONS D' ÉNERGIE</b>	<b>16</b>
<b>À TOI DE JOUER</b>	<b>17</b>
<b>IDÉES D' ACTIONS</b>	<b>18</b>
<b># SPORT ET CITOYENNETÉ</b>	<b>19</b>
<b>À TOI DE JOUER</b>	<b>20</b>
<b>IDÉES D' ACTIONS</b>	<b>21</b>
<b># RÉPONSES AUX JEUX</b>	<b>22</b>

# BONJOUR!

Félicitations, tu as décidé de t'engager pour ta commune. Tu seras amené(e) à proposer ou à mettre en place des actions citoyennes pour les jeunes dans ta ville.

Tu pourras évoquer de nombreux sujets citoyens, comme l'environnement. C'est en effet un thème qui préoccupe les habitants et de plus en plus les jeunes.

Pour t'aider à développer des projets, ce guide te propose des idées et des ressources sur : la réduction des déchets, la gestion de l'eau potable, les déplacements, la consommation d'énergie et le sport éco-responsable.

## LA MÉTROPOLE, COMMENT ÇA FONCTIONNE ?

71 communes composent la Métropole Rouen Normandie. Pour faire des économies et pour permettre une égalité des services entre tous les habitants de ce grand territoire, elles ont décidé de se regrouper pour exercer certaines compétences au sein de la Métropole (ex. collecte des déchets, gestion de l'eau et de l'assainissement, gestion des transports en commun...).



LE TERRITOIRE  
DE LA MÉTROPOLE

## ORGANISATION DU CONSEIL MÉTROPOLITAIN

Le **président** et les **vice-présidents** proposent des projets et répondent aux demandes des communes. Près de 1400 agents travaillent ensuite tous les jours pour qu'ils se réalisent.

Le **Conseil de la Métropole** élit le Président de la Métropole et les vice-présidents, spécialisés dans un domaine.

Les **délégués** siègent au Conseil de la Métropole.

REFUSENT    ACCEPTENT    MODIFIENT

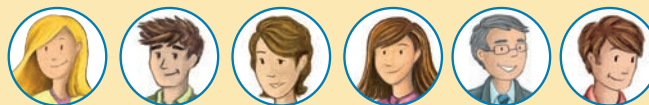


Lorsqu'il se réunit, le Conseil vote sur les projets : il peut les accepter, les refuser ou les modifier.

1 PRÉSIDENT



20 VICE-PRÉSIDENTS



156 DÉLÉGUÉS



71 COMMUNES

Chaque citoyen des villes ou villages de la Métropole élit des délégués au moment des élections municipales, parmi les listes de candidats ; il y a 156 délégués pour 71 communes.

Comme dans ta mairie, la Métropole dispose de ses propres instances (conseil, bureau, président), de son personnel et d'un budget propre. Elle prend des décisions en son nom, indépendamment des conseils municipaux.



# TRIER ET, RÉDUIRE LES DÉCHETS

Les habitants de la Métropole Rouen Normandie produisent près de 290 000 tonnes de déchets chaque année. Leur collecte et leur traitement polluent (ex. transport des déchets avec les camions, incinération...) et coûtent très cher à la Métropole et donc aux habitants. La gestion des déchets est un enjeu territorial important. Les conseillers municipaux des jeunes peuvent agir concrètement pour réduire l'impact des déchets des habitants de leurs communes, alors... À toi de jouer !



## TOUT SAVOIR SUR LES DÉCHETS

Pour découvrir les enjeux du tri et de la réduction des déchets, la Métropole et le Smedar proposent des actions pédagogiques pour les CMJ.

### → RÉDUCTION DES DÉCHETS

**Parcours pédagogique " Ma poubelle au régime " de la Métropole :** les conseillers des CMJ participent à une animation + une visite de déchetterie + une visite d'un atelier de réemploi (Solidarité Textile, ESAT ou ENVIE). L'objectif est de comprendre le principe et les méthodes de réduction des déchets et de connaître les moyens d'agir.

### → TRI DES DÉCHETS

**Le Smedar organise le traitement des déchets sur le territoire de la Métropole.** Il peut réaliser des animations et des visites de l'Eco-Pôle VESTA (centre de tri et l'unité de valorisation énergétique). L'objectif est de découvrir le tri sélectif et l'incinération des déchets ménagers.



# À TOI DE JOUER

➤ Peux-tu donner une définition de la " réduction des déchets ? "

.....

.....

.....

.....

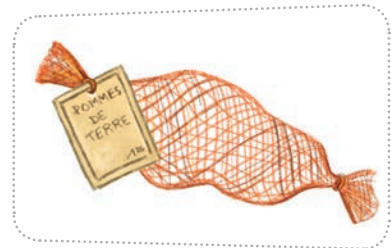
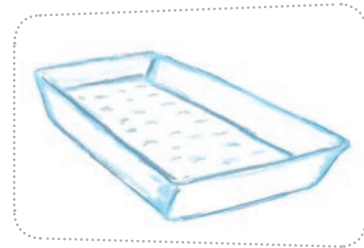
➤ Entoure en vert les objets qui te permettront de réduire ta production de déchets.



(Réponses p 22)

# À TOI DE JOUER

- Entoure en jaune les déchets qui peuvent être triés et en noir les déchets qui doivent être mis dans le bac gris des ordures ménagères.



(Réponses p 22)

# IDÉES D' ACTIONS

## METTRE EN PLACE LE TRI DES DÉCHETS DANS LES ÉCOLES ET LES CENTRES DE LOISIRS

Chaque année, les enfants dans les écoles et dans les centres de loisirs jettent de grandes quantités de déchets. Beaucoup partent à la poubelle des ordures ménagères alors qu'ils pourraient être triés (ex. papiers divers, cartons, cahiers, emballages de goûter, bidons de peintures à l'eau...).

### > QUI CONTACTER ?

La **Métropole** peut mettre en place les bacs de tri des déchets dans les écoles (en fonction de la faisabilité technique).

Le **Smédar** organise des animations sur le tri sélectif pour tous les publics.

## DÉVELOPPER DES MANIFESTATIONS ÉCORESPONSABLES DANS TA COMMUNE

Pour trier et réduire concrètement la quantité de déchets produits lors d'événements (petits ou grands), tu peux proposer que toutes les manifestations soient organisées de façon écoresponsable (ex. utilisation d'éco-cups, mise en place du tri...).

### > QUI CONTACTER ?

La **Métropole** met en place une labellisation gratuite pour accompagner ce type de dispositif. À cette occasion, elle donne du matériel et des outils de communication nécessaires à une éco-manifestation réussie.

## RÉDUIRE LES DÉCHETS DANS LES CANTINES

### 💡 IDÉE 1

Organiser une rencontre avec le responsable de la cuisine centrale de la ville et les directeurs des écoles. À cette occasion, identifier les produits qui produisent trop de déchets (ex. suremballages...) et proposer des solutions pour les réduire.

### 💡 IDÉE 2

Mettre en place un composteur collectif dans la cuisine centrale de la commune, pour réduire les ordures ménagères présentées à la collecte.

### 💡 IDÉE 3

Après le repas, mesurer dans une cantine la production de restes alimentaires, qui sont jetés et analyser les résultats. Sensibiliser ensuite tous les acteurs de l'école et demander aux élèves de proposer des solutions pour réduire ce gaspillage.

### > QUI CONTACTER ?

La **Métropole** propose des conseils et accompagne la mise en place du compostage.

Le **Smédar** organise des animations scolaires sur le gaspillage alimentaire.





# IDÉES D' ACTIONS

## ORGANISER UNE COLLECTE DE JOUETS OU DE VÊTEMENTS ENFANTS, QUI POURRAIENT ÊTRE REDISTRIBUÉS.

### 💡 IDÉE 1

Les enfants se lassent souvent de leurs jouets. Leurs vêtements deviennent vite trop petits. Ils sont alors parfois jetés ou stockés. Pour éviter cela, tu peux te rapprocher des associations et écoles de ta commune pour organiser une grande collecte de jouets et/ou de vêtements en bon état, qui seront destinés à des enfants défavorisés.

### 💡 IDÉE 2

Organiser des bourses aux jouets avec les écoles.

### > QUI CONTACTER ?

Les associations caritatives de ta commune.



En complément, voici différents liens qui t'aideront à enrichir tes projets

[www.metropole-rouen-normandie.fr](http://www.metropole-rouen-normandie.fr)

[www.smedar.fr](http://www.smedar.fr) - [www.arehn.fr](http://www.arehn.fr) - [www.ademe.fr](http://www.ademe.fr) - [www.developpement-durable.gouv.fr](http://www.developpement-durable.gouv.fr)

[www.bnf.fr](http://www.bnf.fr) - [www.ecoemballages.fr](http://www.ecoemballages.fr)

# PRÉSERVER LA RESSOURCE EN EAU



Savais-tu qu'un français consomme en moyenne 150 litres d'eau potable par jour ? Dans le domaine de l'eau, les compétences de la Métropole Rouen Normandie sont larges. En effet, elle est en charge du traitement de l'eau potable, de sa distribution et de son assainissement.

L'eau potable est indispensable à l'Homme. Préserver cette ressource, en évitant le gaspillage et les pollutions, est donc essentiel.



## TOUT SAVOIR SUR LA RESSOURCE EN EAU

Pour découvrir les enjeux de la préservation de la ressource en eau et ses équipements, la Métropole propose des actions pédagogiques pour les CMJ.

### → LES CONSOMMATIONS DE L'EAU

**Parcours pédagogique "Nos consommations d'eau":**

les conseillers des CMJ participent à une visite de la source du Robec + une animation + une visite d'usine de traitement d'eau potable. L'objectif est notamment de savoir pourquoi et comment éviter de gaspiller l'eau.

### → L'ASSAINISSEMENT DE L'EAU

**Parcours pédagogique "Le parcours d'une goutte d'eau sale":**

les conseillers des CMJ participent à une animation + une visite de station d'épuration. L'objectif est de savoir pourquoi et comment éviter les pollutions de l'eau.



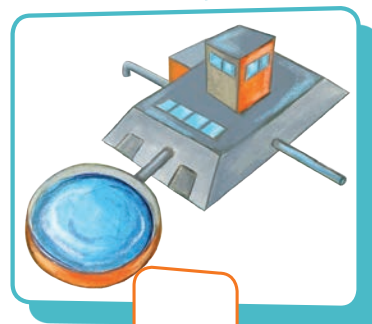
# À TOI DE JOUER

Classe dans l'ordre  
les étapes du trajet  
de l'eau domestique,  
de la source au rejet  
dans la nature.

La Seine



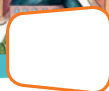
Station d'épuration



Château d'eau



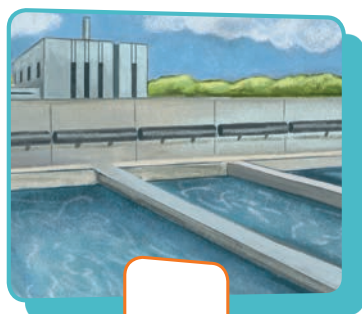
Ville



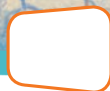
Égoûts



Station de traitement  
de l'eau potable



Station de captage



(Réponses p 22)



# IDÉES D' ACTIONS



## SENSIBILISER LES HABITANTS À LA PRÉSERVATION DE LA RESSOURCE EN EAU

Pour aider les habitants de la commune à comprendre les enjeux liés à la ressource en eau, les conseillers municipaux des jeunes pourront réaliser une exposition sur la thématique de l'eau. Cette exposition pourra être présente dans toutes les structures municipales (Mairie, résidences pour personnes âgées, écoles, centres de loisirs...).

### > QUI CONTACTER ?

Le service communication de ta commune pourra peut-être t'aider à réaliser cette exposition.

## PARTICIPER À UN PROJET DE SOLIDARITÉ INTERNATIONALE

La préservation de la ressource en eau au niveau local est un enjeu territorial important. Cependant, cet enjeu dépasse nos frontières. Les conseillers peuvent s'engager avec une association, pour développer par exemple un jumelage avec un village en Afrique, si cela n'est pas déjà mis en place. A cette occasion, ils pourront participer à la mise en place de travaux d'adduction d'eau et d'assainissement (levée de fonds pour réaliser des travaux, collecte de livre sur le thème de l'eau...).

### > QUI CONTACTER ?

La Métropole met à disposition gratuitement sur internet des outils pédagogiques d'éducation à l'eau en Afrique.

Les associations de solidarité internationale de ta commune.

## ANIMER UN BAR À EAU

Les habitants ont souvent une mauvaise image de la qualité de l'eau du robinet. Cela s'explique souvent par le petit goût de chlore qu'elle peut parfois contenir. Dans ce cas, ils peuvent préférer une eau en bouteille, qui coûte très cher. Pourtant, il existe une technique très simple pour supprimer ce goût : laisser reposer 1h à 2h une carafe d'eau au réfrigérateur. Ensuite, il est très difficile de faire la différence entre une eau de source et une eau du robinet. Pour lutter contre les préjugés, tu peux organiser une dégustation de différentes eaux (avec 2 sortes d'eau minérale au goût prononcé, de l'eau de source et de l'eau du robinet).

### > QUI CONTACTER ?

La Métropole peut mettre à disposition du matériel pour organiser un bar à eau.

**Pour aller plus loin :** l'Agence de l'eau Seine Normandie soutient l'organisation de " classes d'eau " ouverte à différents publics.

En complément, voici différents liens qui t'aideront à enrichir tes projets

[www.metropole-rouen-normandie.fr](http://www.metropole-rouen-normandie.fr)  
[www.arehn.fr](http://www.arehn.fr) - [www.ademe.fr](http://www.ademe.fr) - [www.developpement-durable.gouv.fr](http://www.developpement-durable.gouv.fr) - [www.eau-seine-normandie.fr](http://www.eau-seine-normandie.fr)  
[www.unesco.org](http://www.unesco.org)  
[www.haute-normandie.developpement-durable.gouv.fr/CIEAU/PSEAU](http://www.haute-normandie.developpement-durable.gouv.fr/CIEAU/PSEAU)

# VERS UNE MOBILITÉ DURABLE

Sur le territoire de la Métropole, il est possible de se déplacer en voiture, en transport en commun, à vélo ou bien encore à pied. Tous ces modes de déplacement ont des avantages et des inconvénients, mais certains ont un impact plus important sur l'environnement. Il est donc préférable de les choisir en fonction du déplacement à réaliser (ex. à pied ou en vélo pour aller chez le boulanger ou à l'école, en bus pour un trajet de quelques kilomètres en ville...). Pour un même déplacement, il est également possible de cumuler les modes, on parle alors d'"intermodalité". La Métropole est compétente en matière de transport sur son territoire, aussi, elle accompagne les habitants dans leur choix de mobilité. Elle a développé une offre (ex. TEOR, Filor, parking relais, parc vélo...) permettant aux habitants de ne pas choisir systématiquement la voiture, qui est le mode de transport le plus polluant et le plus coûteux.

	Le coût et la pollution des modes de déplacement					
	Pour 5 km / jour / personne / an					
Moyen de transport	Voiture	2 roues motorisées	Covoiturage à 2	Bus	Train	Vélo
Coût financier	1 035 €	818,25 €	517,50 €	141,50 €	105,60 €	105,20 €
Pollution en CO <sub>2</sub>	648 kg	190,25 kg	324,05 kg	167 kg	73,10 kg	0 kg



## TOUT SAVOIR SUR LA MOBILITÉ DURABLE

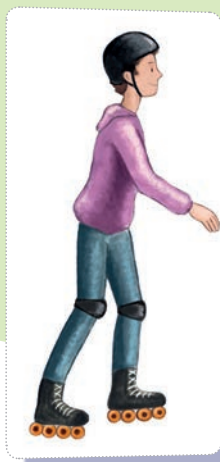
### → COMPRENDRE LES ENJEUX DE LA MOBILITÉ

La Métropole propose une animation à l'aide de la malle "Patacasse". L'objectif est de sensibiliser aux problématiques de la mobilité et de comprendre l'intérêt des modes de déplacement alternatifs.



## À TOI DE JOUER

À l'aide de plans de ta commune et du territoire de la Métropole ainsi que du site internet " Réseau Astuce " (regroupant les informations sur les transports en commun du territoire), organise une sortie avec les autres conseillers. Ce sera l'occasion d'apprendre à organiser tes déplacements et à bouger dans la Métropole de manière écoresponsable.





# IDÉES D' ACTIONS

## RÉALISATION D'UN FILM SUR LES ENJEUX DE LA MOBILITÉ

Pour amener les jeunes de ta commune à se questionner sur leur manière de se déplacer et sur les alternatives à la voiture "solo", tu pourras réaliser un film de fiction ou documentaire.

### > QUI CONTACTER ?

**Le Pôle Image** met à disposition des ressources pédagogiques.

**Pix3l, Pôle Culturel Numérique** accompagne la réalisation de films jeunesse.

**Les MJC** de votre secteur peuvent participer au projet.

## AGIR DANS LES ÉCOLES

### 💡 IDÉE 1

Mettre en place un pédibus ou un vélobus permet aux élèves de se rendre à l'école en toute sécurité, de manière conviviale et sans polluer.

### 💡 IDÉE 2

Organiser des ateliers sur la mobilité citoyenne lors des TAP.

### > QUI CONTACTER ?

**La Métropole** met à disposition gratuitement des outils pédagogiques.

**L'association Avélo** organise sur le territoire de la Métropole des vélo-écoles.

**L'association Cardere** a développé l'outil " À petits pas ", qui aide à la mise en place de pédibus.

## MISE EN PLACE D'UN SYSTÈME DE COVOITURAGE AU SEIN DES ÉCOLES

25 % des pollutions atmosphériques sont dues aux transports. Le covoiturage en diminuant le nombre d'automobilistes sur la route est une solution pour réduire les gaz à effet de serre.

Ce mode de déplacement pour aller à l'école, permettrait aussi de réduire de façon considérable les problèmes de stationnement anarchique autour des écoles, de faire faire des économies aux parents d'élèves, de créer du lien social, de remédier au manque de transports publics dans certaines communes du territoire...

## ORGANISER UNE JOURNÉE VÉLO POUR LES JEUNES DE TA VILLE

Pour sensibiliser les jeunes à la pratique du vélo, tu peux organiser une journée spéciale dans ta commune. Exemples d'animations lors de cette journée : un déplacement (chasse au trésor, sortie...), un atelier pour apprendre à entretenir son vélo...

### > QUI CONTACTER ?

**La Métropole** met à disposition gratuitement des outils pédagogiques d'éducation à la mobilité.

**L'association Guidoline** à Rouen dispose d'un atelier de réparation de vélos. Il est possible sur rendez-vous de visiter les ateliers et d'organiser une rencontre avec l'un des responsables de l'association. Cette association peut également participer à des évènementiels.

En complément, voici différents liens qui t'aideront à enrichir tes projets

[www.metropole-rouen-normandie.fr](http://www.metropole-rouen-normandie.fr) - [pix3l.org](http://pix3l.org) - [www.poleimagehn.com](http://www.poleimagehn.com)  
[www.arenh.fr](http://www.arenh.fr) - [www.ademe.fr](http://www.ademe.fr) - [www.developpement-durable.gouv.fr](http://www.developpement-durable.gouv.fr) - [www.securite-routiere.gouv.fr](http://www.securite-routiere.gouv.fr)

# RÉDUIRE LES CONSOMMATIONS D'ÉNERGIE

80% des sources d'énergie utilisées sont le pétrole, le gaz naturel et le charbon. On les appelle les énergies fossiles, car elles sont extraites du sous-sol. Si elles sont les plus consommées, c'est parce qu'elles sont faciles à transporter et à stocker. Mais malheureusement ce sont aussi les sources d'énergie les plus polluantes. Les énergies fossiles disponibles aujourd'hui se sont constituées pendant plusieurs millions d'années, ce qui fait d'elles des énergies non renouvelables, aux quantités limitées. En 50 ans, alors que la population de la Terre a été multipliée par 2.5, la consommation d'énergie a été multipliée par 5. Il est donc important de se tourner vers d'autres énergies moins polluantes et renouvelables (ex. L'énergie solaire, l'énergie éolienne, l'énergie hydraulique, la biomasse et la géothermie...).



## TOUT SAVOIR SUR, LES CONSOMMATIONS D'ÉNERGIE

Pour découvrir les enjeux liés à l'énergie et ses équipements, la Métropole propose des actions pour les CMJ.

### → CHAUFFERIE BIOMASSE

Organisation de visites de la chaufferie biomasse (production de chaleur grâce aux déchets de bois) à Mont-Saint-Aignan : explications de son fonctionnement et de son intérêt environnemental pour chauffer des bâtiments.

### → ESPACE INFO ÉNERGIE

Les techniciens de l'Espace Info Énergie de la Métropole conseillent tous les habitants du territoire sur les solutions permettant de réduire leurs consommations énergétiques. Il est possible d'organiser une rencontre avec ces professionnels, pour en savoir plus sur les économies d'énergie. Pour cela prépare des questions à l'avance. Cette rencontre pourra faire l'objet ensuite d'un article pour sensibiliser les habitants de la commune.





# À TOI DE JOUER

Repère et entoure sur ce dessin les différentes causes de surconsommation énergétique dans la maison.



(Réponses p 22)



# IDÉES D' ACTIONS

## ORGANISER DANS LES ÉCOLES UNE JOURNÉE DE L'ÉNERGIE

Les conseillers peuvent proposer, aux animateurs des temps d'activité périscolaire, de réaliser avec les enfants un travail sur les enjeux liés à l'énergie, sur les consommations énergétiques dans l'école et sur les solutions pour les réduire. Ce travail pourra se poursuivre en classe, par les enseignants qui souhaitent travailler sur le thème de l'énergie.

### > QUI CONTACTER ?

**La Métropole** met à disposition gratuitement des outils pédagogiques (exposition, fiche pédagogique) d'éducation à l'énergie.

**L'association Cardère** propose des animations sur le thème de l'énergie aux écoles du territoire.

## PROPOSER POUR LES BÂTIMENTS MUNICIPAUX UNE "CHARTRE ÉCONOMIE D'ÉNERGIE"

Les jeunes conseillers peuvent proposer à leurs aînés du conseil municipal une charte, qui engagera les élus à faire des économies d'énergie dans les bâtiments municipaux. Cette charte prendra en compte : les radiateurs, l'éclairage, l'isolation, les équipements électriques... Pour aller plus loin, il sera possible d'étendre la charte à des sujets comme les transports (qui utilisent aussi beaucoup d'énergie) ou la sensibilisation des habitants à la préservation de la ressource en eau...

### > QUI CONTACTER ?

**L'Espace Info Énergie (EIE)** peut accompagner les jeunes conseillers municipaux dans la création de la charte d'économie d'énergie.

**L'association Cardère** propose des animations sur le thème de l'énergie pour connaître tous les enjeux.

## ORGANISER UNE CAMPAGNE DE SENSIBILISATION

### 💡 **IDÉE 1**

Pendant la période des fêtes de Noël, destinée aux habitants qui installent des illuminations.

Cette initiative va permettre de sensibiliser les habitants à l'achat d'éclairage respectueux de l'environnement (ex. ampoules à led, horaires d'éclairage...) et de réduire le coût de leurs factures d'énergie.

### 💡 **IDÉE 2**

Réalise un article pour sensibiliser les habitants aux économies d'énergie. Tu pourras ensuite le proposer pour une publication dans le journal communal.

### > QUI CONTACTER ?

**Le service communication** de ta commune.

**L'Espace Info Énergie (EIE)** pour répondre à toute les questions pour préparer l'article.

En complément, voici différents liens qui t'aideront à enrichir tes projets

[www.metropole-rouen-normandie.fr](http://www.metropole-rouen-normandie.fr) (espace info énergie)  
[www.arenh.fr](http://www.arenh.fr) - [www.ademe.fr](http://www.ademe.fr) - [www.developpement-durable.gouv.fr](http://www.developpement-durable.gouv.fr)  
[www.alec27.fr/le-long-de-la-risle-les-barrages-reprennent-peu-a-peu-du-service/](http://www.alec27.fr/le-long-de-la-risle-les-barrages-reprennent-peu-a-peu-du-service/)

# SPORT & CITOYENNETÉ



Le sport véhicule des valeurs citoyennes d'égalité, de fraternité et de lien social. Il joue aussi un rôle important sur la bonne santé des habitants. Mais au-delà, le sport a un rôle économique (organisation de manifestations/compétitions sportives...) et de notoriété (qualité des équipes et des équipements) pour ta commune. Sur son territoire, la Métropole soutient de nombreux clubs sportifs et a construit un palais des sports éco-labellisé qui accueille des équipes de tous niveaux : le Kindarena.



## DÉCOUVERTE DE LA THÉMATIQUE

Pour découvrir les enjeux liés aux valeurs citoyennes du sport et ses équipements, la Métropole et le CDOS proposent des actions pédagogiques pour les CMJ.

### → SPORTS ÉCORESPONSABLES

La Métropole organise des visites du Kindarena (vestiaires, salles, salons...) et aborde la conception novatrice du bâtiment (panneaux photovoltaïques, gestion de l'eau responsable, utilisation de la géothermie...).

Elle propose également de nombreux matches sportifs dans ce bâtiment.

### → COMITÉ DÉPARTEMENTAL OLYMPIQUE & SPORTIF SEINE-MARITIME (CDOS)

Pour renforcer les connaissances des jeunes sur les thèmes de la citoyenneté dans le sport, de la santé et de la nutrition, le CDOS organise des ateliers et des rencontres sur demande ou lors de diverses manifestations.



# À TOI DE JOUER

## PRÉPARE TON SAC DE SPORT IDÉAL

Préparer son sac de sport est la première étape pour pratiquer son activité de façon écoresponsable. En effet, en choisissant le bon matériel, il est possible, par exemple, de limiter les déchets.

**Parmi les équipements proposés ci-dessous, entoure ceux qui te permettront de réaliser un sac de sport écoresponsable.**



(Réponses p 22)

# IDÉES D' ACTIONS



## CRÉER UNE CAMPAGNE DE COMMUNICATION SUR LE SPORT ET LA CITOYENNETÉ

Pour promouvoir auprès des clubs sportifs de ta commune les valeurs citoyennes et écoresponsables du sport, les conseillers peuvent organiser une campagne de communication par le biais de rencontres, d'affichage, de vidéos...

### > QUI CONTACTER ?

**La Métropole** lance au mois de janvier de chaque année un appel à projet "clubs sportifs écoresponsables". Ce programme a pour but de réduire l'impact environnemental des clubs et de leurs licenciés, notamment en matière de déchets. Il propose de les accompagner, pour une durée de 3 ans, dans la mise en place de nouvelles pratiques respectueuses de l'environnement.

**Le CDOS** propose de sensibiliser les jeunes aux valeurs citoyennes du sport.

**Le service communication de ta commune** pourra t'aider à créer des supports de communication.

## CRÉATION D'UNE CHARTE DE L'ÉCOLIER SPORTIF "ÉCORESPONSABLE"

Dans les écoles, tous les élèves pratiquent un ou plusieurs sports au cours de l'année. En créant cette charte, tu pourras proposer aux élèves des écoles de ta commune, de mettre en place des pratiques respectueuses des valeurs citoyennes et écoresponsables avant, pendant et après leurs activités sportives.

### > QUI CONTACTER ?

**Le CDOS** propose de sensibiliser les jeunes aux valeurs citoyennes du sport.

**Le service communication de ta commune** pourra t'aider à créer des supports de communication.

**Le service jeunesse de ta commune** pourra t'aider à transmettre la charte dans les écoles.

## ORGANISER DES RENCONTRES ENTRE LES JEUNES DE TA COMMUNE ET LES ATHLÈTES PROFESSIONNELS

Afin de promouvoir le sport et ses valeurs et de comprendre la vie d'un sportif de haut niveau, les conseillers peuvent organiser une rencontre avec des joueurs des clubs de la Métropole, évoluant au niveau professionnel (SPOR basket, RHE hockey, EGR gymnastique...) et les jeunes de la commune (en club sportif, en centre de loisirs, en école...)

### > QUI CONTACTER ?

**La Métropole ou le service des sports de ta commune** peut te mettre en contact avec des équipes professionnelles.

**Le CDOS** propose de sensibiliser les jeunes aux valeurs citoyennes du sport.

En complément, voici différents liens qui t'aideront à enrichir tes projets

[www.metropole-rouen-normandie.fr](http://www.metropole-rouen-normandie.fr)

[www.seinemaritime.franceolympique.com/accueil.php](http://www.seinemaritime.franceolympique.com/accueil.php) - [www.sports.gouv.fr](http://www.sports.gouv.fr)

[www.olympic.org/fr/cio](http://www.olympic.org/fr/cio)

# RÉPONSES AUX JEUX

## RÉPONSES – ATELIER DÉCHET 1

**Définition de la réduction des déchets :** Réduire ses déchets, c'est agir pour en produire le moins possible en consommant mieux et en réutilisant ce qui peut l'être. car le meilleur déchet est celui que l'on ne produit pas !

**Images à colorier :** Chargeur, gourde, enveloppe, composteur, règle en métal, sac cabas, éco-cup, paquet de biscuits.

## RÉPONSES – ATELIER DÉCHET 2

**Images à colorier :** Journaux, sac plastique, bidon en plastique, barquette alimentaire, carton, brique de lait, boîte en plastique, pot de yaourt.

## RÉPONSES – ATELIER EAU

1. Captage - 2. Usine de traitement d'eau potable - 3. Château d'eau - 4. Ville - 5. Réseau d'égouts  
6. Station d'épuration - 7. Seine

## RÉPONSES – ATELIER ÉNERGIE

### • **Lumière restée allumée :**

À chaque fois que tu quittes une pièce, pense à éteindre la lumière. Ça ne sert à rien de la laisser allumée s'il n'y a personne ! Demande à tes parents d'utiliser des ampoules basse consommation si c'est possible. Il ne faut pas non plus oublier de nettoyer régulièrement les ampoules, elles donneront plus de lumière.

### • **Radiateur allumé, fenêtre ouverte :**

Il faut toujours penser à éteindre les radiateurs quand tu aères une pièce ! Inutile de gaspiller de l'énergie pour chauffer le jardin... En programmant la température du chauffage en fonction des pièces et des heures de la journée tu peux faire beaucoup d'économies. La nuit, pense à baisser la température pour mieux dormir.

### • **Une casserole non couverte :**

Dépose un couvercle sur tes casseroles, lorsque tu cuisines, ton plat chauffera plus vite et tu utiliseras moins d'énergie. Si tu utilises une plaque électrique, tu peux aussi l'éteindre un peu avant la fin de la cuisson. Comme ça elle restera chaude pendant quelque temps et ton plat continuera de cuire.

### • **Une télévision en mode veille :**

Quand tu ne te sers pas d'un appareil électrique pense à l'éteindre complètement. Le mode veille des appareils TV, hi-fi ou informatiques consomme aussi de l'énergie en plus.

### • **Murs ou toitures mal isolés :**

Avant même de se chauffer, la priorité dans une maison c'est l'isolation. Des murs ou une toiture mal isolés peuvent provoquer d'importantes pertes de chaleur et par conséquent du gaspillage d'énergie.

### • **Porte du réfrigérateur ouverte :**

Ne laisse pas la porte du réfrigérateur ouverte et ne mets jamais un plat encore chaud dedans. Sinon le réfrigérateur consommera beaucoup plus d'énergie pour maintenir la température idéale. Le congélateur doit être dégivré régulièrement : dès 1 cm de givre il consomme le double d'énergie.

### • **Machine à laver :**

Lorsque tu achètes un appareil électrique, tu dois vérifier sa consommation d'énergie. Il comporte une étiquette "Énergie" sur laquelle on trouve une lettre allant de A à G. Le A correspond à l'appareil électrique le moins gourmand en énergie dans sa catégorie et le G à l'appareil électrique le plus gourmand. Avant de faire fonctionner le lave-linge ou le lave-vaisselle il faut bien le remplir. Si on ne le remplit pas, il faut penser à utiliser la touche de lavage "éco" ou demi-charge. Tu économises ainsi environ 25% d'énergie.

### • **Sèche-Linge :**

Il fait beau dehors, ne crois-tu pas qu'il existe une autre solution pour faire sécher le linge qui sort de la machine ? Cela permet de faire des économies d'énergie non négligeables !

## RÉPONSES – ATELIER SPORT ET CITOYENNETÉ

**Image à entourer :** Gourde, savon, fruits, une brosse à chaussure avec une paire de chaussures de sport propre.

## CONTACT

Pour tous renseignements complémentaires,  
contactez les animateurs  
de l'éducation à l'environnement  
par téléphone : 02 35 52 69 62  
ou par e-mail :  
[education.environnement@metropole-rouen-normandie.fr](mailto:education.environnement@metropole-rouen-normandie.fr)

