

20/20 LA VOIE VERS L'AIR PUR



L'Agenda 20/20 :

Une brochure pour aider les élèves et leurs familles à économiser l'énergie pour rendre notre air plus pur et réduire le changement climatique

NOM DE
L'ÉLÈVE :

NOM DU
CAMARADE
AIR PUR :



Qu'est-ce que 20/20 La Voie vers l'air pur?

Est-ce un oiseau, est-ce un avion?

NON! C'est la voie pour garder notre air pur.

Bonjour les élèves! Bienvenue à *20/20 La Voie vers l'air pur* - un programme conçu pour vous aider avec votre *famille* à réduire de 20% la consommation d'énergie domestique et l'utilisation de véhicule. Merci de *vous joindre* à des milliers d'autres élèves qui participent à 20/20 pour *aider* à assainir l'air et à diminuer les effets du changement climatique. Êtes-vous prêts à relever le défi?

Quand tu participes à 20/20, c'est toi qui deviens l'enseignant(e)! Pourquoi enseigner? M. Joseph Joubert, un auteur célèbre né en 1754, a écrit que lorsqu'on enseigne, en fait on apprend une deuxième fois. Au cours des prochaines semaines, tu enseigneras à ta famille comment économiser de l'énergie et comment la consommation d'énergie affecte l'air que nous respirons et notre santé. Cette brochure est pleine de conseils et d'activités à faire **à la maison**, pour aider les membres de ta famille à devenir des champions pour l'air pur. Elle contient deux sections :



Réduire la
consommation d'énergie
domestique de **20%**

ET



Réduire aussi
l'utilisation de
véhicules de **20%!**

Voilà pourquoi ce programme s'appelle 20/20 La Voie vers l'air pur!



20/20 The Way to Clean Air
75 rue Elizabeth
Toronto, Ontario M5G 1P4
Téléphone: 416-392-1288
Courriel: 2020@cleanairpartnership.org
www.cleanairpartnership.org/2020

Comment peux-tu participer?

C'est très facile en suivant ces simples étapes :

- 1** Choisis une personne à la maison qui veut bien devenir ton élève (tu appelleras cette personne ton ou ta Camarade Air pur). Qui cela peut-il bien être? Ton Camarade Air pur peut être ta maman ou ton papa, un frère ou une sœur plus âgés que toi, ou bien une personne adulte et amie.
- 2** Apporte cette brochure à la maison, et suis-en les étapes page par page, pour motiver et enseigner ton Camarade Air pur à en savoir plus sur la conservation d'énergie. Commence par demander à ton camarade de lire la lettre « Cher Camarade Air pur » qui se trouve à la page suivante.
- 3** Finalement, partagez ensemble ce que vous avez appris. Peut-être y aura-t-il des choses que vous voudrez apprendre plus tard? Continuez à apprendre ensemble en suivant la Voie vers l'air pur.
- 4** Visitez le site www.cleanairpartnership.org/2020, afin de remplir le formulaire d'engagement en ligne et le calculateur de gaz à effet de serre, et vos actions seront ajoutées à celles de milliers d'autres participants à 20/20. Tous ensemble, nous pouvons faire une différence et, en prime, vos noms seront automatiquement inscrits pour la tombola du prix 20/20.

Pourrez-vous trouver du soutien en ligne?

Oui! Un diaporama en PowerPoint a été spécialement conçu pour t'aider avec ton Camarade Air pur. Si vous avez accès à un ordinateur et à Internet, vous pouvez aller à l'adresse www.cleanairpartnership.org/2020 pour télécharger le programme. C'est un diaporama avec des paroles, donc vous aurez besoin de haut-parleurs. Si vous n'avez pas d'ordinateur, cela ne fait rien. Lisez la brochure et travaillez tout en vous amusant!



(Élèves, veuillez montrer cette lettre à votre Camarade Air pur, à la maison)

Cher Camarade Air pur,

« Unless someone like you cares a whole awful lot, Nothing is going to get better. It's not. »

— Dr. Seuss

Cette citation est tirée d'un livre pour enfants appelé *The Lorax* et écrit par Dr. Seuss. Le Lorax, qui est le personnage principal de l'histoire, encourage les lecteurs à arrêter la pollution et à protéger l'environnement. 20/20 La Voie vers l'air pur est un programme conçu pour encourager les familles à protéger l'environnement, en les aidant à réduire la pollution de l'air, ce qui est bon pour notre santé. Il leur apprend comment réduire la consommation d'énergie domestique à la maison et l'utilisation d'énergie pour les véhicules de... vous l'avez deviné... 20 pour cent!

Vous sentez-vous très concerné? La première étape pour améliorer la qualité de l'air que nous respirons est de participer à 20/20, en tant que partenaire d'apprentissage d'une jeune personne. Votre nom de partenaire sera « Camarade Air pur ».

Pourquoi participer? Non seulement vous réduirez la consommation d'énergie et économiserez de l'argent, mais vous passerez du temps de qualité avec _____ en travaillant ensemble pour assainir l'air dans votre voisinage et au-delà. Le programme 20/20 offre des opportunités d'action pour tout le monde. Que vous habitiez dans un appartement ou dans une maison, vous pouvez entreprendre un grand nombre d'actions.

NOM DE L'ÉLÈVE

Qui est impliqué dans ce programme? 20/20 vous est offert par le Clean Air Partnership qui travaille en partenariat avec des unités de services de santé de la région du Grand Toronto et de l'Ontario, des conseils scolaires et le programme ÉcoÉcoles.

Avec quelqu'un comme vous qui se sent très concerné, nous pourrions améliorer les choses! Amusez-vous bien!

Que trouve-t-on dans l'Agenda 20/20?

Agenda pour l'énergie domestique

(vous aide à réduire la consommation d'énergie domestique de 20%)

	Page	Activité	En apprendre plus sur...
Section Un:	4	Jeu-questionnaire sur l'économie d'énergie domestique	La consommation d'énergie dans votre maison, appartement ou condominium
	5	Liste de contrôle sur l'économie d'énergie domestique - Partie 1	L'économie d'énergie (et d'argent) pendant deux semaines (après deux semaines, retournez cette liste à l'enseignant(e) ou bien remplissez la en ligne à www.cleanairpartnership.org/2020
	7	Liste de contrôle sur l'économie d'énergie domestique dans une maison - Partie 2	L'économie d'énergie (et d'argent) au-delà de deux semaines
	9	Liste de contrôle sur l'économie d'énergie dans un appartement (ou condominium)	L'économie d'énergie dans tout l'immeuble (cette activité est réservée aux familles vivant en appartements ou condos)



Pour découvrir la réduction de gaz à effet de serre effectuée grâce à vos actions choisies sur 20/20, utilisez le formulaire d'engagement 20/20 et le calculateur en ligne à www.cleanairpartnership.org/2020 ; en rapportant vos actions vous serez automatiquement inscrits pour gagner le prix de la tombola 20/20.

Agenda de transport pour les élèves dont les camarades

conduisent un véhicule (vous aidera à réduire votre temps de conduite de 20%)

	Page	Activité	En apprendre plus sur...
Section Deux:	10	Laissez votre voiture à la maison	Comment faire ses trajets quotidiens en utilisant des moyens plus écologiques
	11	Fini les émissions!	Comment réduire la pollution des émissions de tuyaux d'échappement
	12	Quelle distance parcourez-vous?	Comment estimer votre quantité de conduite par semaine
	13	Assainissez l'air	Comment réduire votre conduite pendant deux semaines (après deux semaines, retournez cette liste à l'enseignant(e) ou bien remplissez la en ligne à www.cleanairpartnership.org/2020

Section Un: Agenda pour l'énergie domestique

Pour les élèves dont les camarades Air pur habitent dans une maison, un appartement ou un condominium



Jeu-questionnaire sur l'économie d'énergie domestique

Est-ce que votre climatiseur consomme beaucoup d'électricité? Est-ce une bonne chose d'éclairer votre maison avec des ampoules électriques normales? Une nouvelle chaudière peut-elle faire baisser votre facture d'énergie? Les réponses à ces questions, parmi d'autres, vous permettront de réduire votre consommation d'énergie domestique.

Mais avant de vous donner les réponses, nous voulons que vous vous amusiez! Alors les élèves, posez les questions suivantes à votre Camarade Air pur. Placez un ✓ dans la case qui correspond à votre réponse. Ensuite, **vérifiez vos réponses sur les pages 15 et 16**. Bonne chance!

	Affirmation	Vrai	Faux
1	Utiliser des ventilateurs peut réduire de moitié l'usage de votre climatiseur (A/C).		
2	Recouvrir les fenêtres avec du plastique ne fait rien pour empêcher la chaleur de s'échapper de votre maison durant l'hiver.		
3	Les ampoules électriques fluorescentes compactes (CFLs) consomment plus d'énergie que les ampoules électriques normales.		
4	On peut réduire la consommation d'énergie domestique de 20% en remplaçant une vieille chaudière par une nouvelle chaudière à haut rendement.		
5	Le fait de calfeutrer votre maison trop hermétiquement peut causer des problèmes de circulation d'air pouvant affecter la santé.		
6	Les détergents à lessive ne sont efficaces qu'avec de l'eau chaude.		
7	Baisser votre thermostat de 2°C en hiver peut vous faire économiser jusqu'à 3% de vos coûts de chauffage.		
8	Installer une pomme de douche à débit réduit peut vous faire économiser jusqu'à 1400 \$ en coûts d'énergie sur une période de cinq ans.		
9	En 2008, la pollution de l'air a contribué à causer 9 500 morts prématurées et plus de 16 000 admissions en hôpitaux en Ontario.		
10	Un robinet qui perd une goutte d'eau par seconde peut remplir 724 verres d'eau en une semaine.		



Liste de contrôle pour l'économie d'énergie domestique - Partie 1

Comment pouvez-vous économiser de l'énergie (et de l'argent) pendant deux semaines?

Cochez certaines ou toutes les activités listées ci-dessous et essayez de les appliquer pendant deux semaines. **Les élèves, au bout de deux semaines, remplissez le dos de cette liste et retournez la à votre enseignant(e), ou bien remplissez-la en ligne à : www.cleanairpartnership.org/2020.** Si ton camarade et toi faites toutes

les activités mentionnées sur la liste, vous réduirez votre consommation d'énergie domestique de 5%, ce qui économisera de l'argent et aidera l'environnement. Alors, assurez-vous de continuer ces activités, même après la fin des deux semaines!!

JE LE FERAI
PENDANT
2 SEMAINES

JE LE
FAIS
DÉJÀ

Activité d'économie d'énergie

- Exemple : baisser le thermostat (du chauffage)...., etc.**
- Baissez le thermostat (du chauffage) de 1°C durant le jour et/ou de 2°C durant la nuit
- Montez le thermostat (du climatiseur) de 1°C durant le jour et/ou de 2°C durant la nuit
- Afin de garder la chaleur (en hiver), fermez les couvre-fenêtres pendant la nuit, et ouvrez-les pendant les heures ensoleillées du jour
- Afin de garder l'air frais (en été), fermez les couvre-fenêtres pendant les heures ensoleillées du jour
- Nettoyez ou remplacez le filtre de votre chaudière (cela devrait être fait tous les deux mois)
- Utilisez de l'eau froide à la place de l'eau chaude pour faire votre lessive
- Réduisez de moitié le nombre de cycles de séchage (en étendant votre linge, ou en vous assurant que le sèche-linge est plein)
- Gardez fermés tous les événements d'aération et les portes des pièces non utilisées lorsque votre chaudière ou climatiseur est en marche
- Nettoyez les serpentins à l'arrière du réfrigérateur en brossant la poussière ou en y passant l'aspirateur
- Ne mettez en marche le lave-vaisselle que quand il est plein; utilisez le cycle économe en énergie ou le cycle court, sélectionnez l'option de séchage à l'air
- Éteignez toutes les lumières, ordinateurs, télévisions et lecteurs DVD; pour éviter l'alimentation fantôme ou la puissance absorbée au repos, branchez vos appareils électriques dans une barre multiprises que vous éteindrez quand vous n'utilisez pas les appareils
- Fermez la clé de tuyau de votre foyer ou fermez hermétiquement sa porte, après l'avoir utilisé



Feuille de réponse sur l'économie d'énergie domestique

Élèves! Veuillez remplir cette page avec votre **Camarade Air pur**, découpez-la, et apportez la à votre enseignant(e).

Ensuite, votre enseignant(e) enverra par courrier ce formulaire à: 20/20 La Voie vers l'air pur / Clean Air Partnership / 75 rue Elizabeth / Toronto, Ontario M5G 1P4

Aidez-nous à en apprendre plus

Faites-nous savoir si vous avez complété la Partie 1 (page 5) et si vous avez l'intention de compléter la Partie 2 (pages 7 et 8) en cochant un des choix ci-dessous :

- Nous avons complété la Partie 1, mais nous NE FERONS PAS la Partie 2.
- OU
- Nous avons complété la Partie 1, et nous FERONS la Partie 2 plus tard. En faisant cela, nous économiserons encore plus d'énergie (comme des milliers d'autres participants à 20/20!) en essayant d'atteindre la cible de 20% de réduction de consommation d'énergie domestique.

Nom de l'élève

École

Année d'étude

Enseignant(e)

Restez en contact

Le programme 20/20 aimerait vous envoyer des mises à jour du programme et mesurer comment vos actions ont contribué à améliorer la qualité de l'air dans votre communauté.

- Nous donnons à 20/20 la permission de nous contacter.**

Non du camarade, parent ou tuteur

Adresse

Ville

Code postal

Téléphone

()

Courriel

VEUILLEZ ÉCRIRE TRÈS CLAIEMENT

- Nous ne souhaitons plus être contactés par 20/20.**

Le Clean Air Partnership travaille avec des unités de santé locales en tant que coordonnateur régional de la Campagne 20/20. C'est un organisme de bienfaisance enregistré, et collecte les données personnelles de ce formulaire, conformes au règlement municipal N° 239 – 2000 de l'autorité de la Ville de Toronto. Ces renseignements seront strictement utilisés dans le seul but de contacter les personnes qui participent à la campagne 20/20 La Voie vers l'air pur, afin d'évaluer ce programme. Pour toute question concernant la collecte de ces renseignements et/ou si vous souhaitez être retiré de la liste, veuillez contacter la coordonnatrice régionale de 20/20 au 416-338-1288 ou au 1-866-583-2020.





Liste de contrôle pour l'économie d'énergie domestique – Partie 2

Existe-t-il d'autres moyens d'économiser de l'énergie (et de l'argent)?

Oui! Établissez un plan pour compléter cette liste de contrôle petit à petit et vous serez contents d'approcher le 20% d'économie d'énergie. Remplissez le formulaire d'engagement 20/20 en ligne à l'adresse www.cleanairpartnership.org/2020, et vous obtiendrez automatiquement le total de réduction de gaz à effet de serre associé à vos actions. Vous serez aussi inscrits automatiquement pour le tirage au sort de la tombola des prix 20/20.

Activité d'économie d'énergie	Colonne 1		Colonne 2
	NOUS FERONS CELA	NOUS LE FAISONS DÉJÀ	RÉDUCTION D'ÉNERGIE
Les choses que vous faites chaque jour (Actions Partie I) Continuez la liste de contrôle facile de la Partie I à la page 5	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	5 %
Montez-le, baissez-le (chauffage et climatisation) Réglez le thermostat du chauffage en le baissant : (sélectionnez un choix)			
• De 2°C 24 heures par jour	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	6 %
• De 2°C pendant la nuit seulement	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	2 %
• De 2°C pendant le jour et de 3°C pendant la nuit	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	8 %
Réglez le thermostat du climatiseur en le montant : (sélectionnez un choix)			
• De 2°C plus haut 24 heures par jour	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	1 %
• De 4°C plus haut pendant la nuit seulement	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	1 %
• De 2°C plus haut pendant le jour et 4°C pendant la nuit	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	2 %
Utilisez des ventilateurs pour réduire de moitié l'usage de votre climatiseur	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	2 %
Halte aux courants d'air!			
• Fermez hermétiquement et calfeutrez les portes et les fenêtres			
• Recouvrez les fenêtres et les portes non utilisées avec des feuilles de plastique	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	10 %
• Mettez des coupe-froid spéciaux dans les prises de courant et les interrupteurs, et insérez des bouchons protecteurs pour sécurité-enfants (en particulier sur les murs extérieurs)			
Améliorez l'isolation du grenier avec un isolant R40 (environ un pied de profondeur)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	5 %
Améliorez l'isolation du sous-sol avec un isolant R-18	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	10 %
Installez des fenêtres éconergétiques dans toute votre maison	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	3 %
Scellez un foyer non utilisé de façon permanente	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	3 %
Ne vous brûlez pas! (eau chaude) Baissez de 5°C la température du réservoir d'eau chaude et visez la température économe d'énergie idéale de 49°C (faites couler l'eau chaude de votre robinet sur un thermomètre à viande pour en lire la température) À noter : Si vous avez un chauffe-eau électrique, ne baissez pas la température. L'eau est réchauffée irrégulièrement avec ce type de chauffe-eau, et cela pourrait entraîner la croissance de bactéries.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	3 %

Liste de contrôle pour l'économie d'énergie domestique – Partie 2


Activité d'économie d'énergie	Colonne 1		Colonne 2
	NOUS FERONS CELA	NOUS LE FAISONS DÉJÀ	RÉDUCTION D'ÉNERGIE
Ne vous brûlez pas! (eau chaude), SUITE Placez de l'isolation autour du premier mètre de tuyaux attachés à votre chauffe-eau	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	1 %
Installez une pomme de douche à débit réduit et des brise-jet aérateurs sur vos robinets	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	3 %
Réparez les fuites de robinets et de pommes de douche dans toute votre maison	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	2 %
Tu éclaires ma vie! (Éclairage) Remplacez les ampoules électriques normales avec des ampoules à faible consommation d'énergie			
• Remplacez 2 ampoules	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	1 %
• Remplacez 4 ampoules	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	2 %
• Remplacez 6 ampoules	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	3 %
<i>À noter: ne pas utiliser ces ampoules pour les luminaires extérieurs ou les gradateurs (timers)</i>			
Remplacez les lampes extérieures avec des lampes à détecteur de mouvements	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	1 %
Installez des minuteries pour les lampes d'extérieur	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	1 %
Trop de machines! (appareils ménagers) N'utilisez plus de second réfrigérateur	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	3 %
N'utilisez plus de congélateur autonome	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	1 %
Remplacez votre chaudière à faible rendement avec une chaudière Energy Star à haut rendement	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	20 %
Installez un chauffe-eau instantané ou un chauffe-eau solaire	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	10 %
Remplacez un vieux réfrigérateur avec un modèle efficace Energy Star	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	3 %
Splich et splach (piscines) Baissez le thermostat de votre réchauffeur de piscine			
• De 1°C	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	7 %
• De 2°C	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	14 %
• De 3°C	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	20 %
Utilisez une couverture solaire pour recouvrir votre piscine pendant chaque nuit d'été lorsque la température de l'air est plus fraîche que l'eau de la piscine	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	20 %



Liste de contrôle pour l'économie d'énergie domestique en appartement (ou condominium)

Vous pouvez contribuer à économiser de l'énergie dans tout votre immeuble!

Élèves, même si votre Camarade ne paye pas de factures d'énergie, l'économie d'énergie est toujours aussi importante parce qu'elle contribue à réduire la pollution de l'air. Aussi, pensez-vous que le loyer et les charges de copropriété pourraient baisser si vous consommez moins d'énergie? Complétez cette liste de contrôle avec votre Camarade et voyez combien de coches vous pouvez mettre sous « oui »!

	Est-ce que votre camarade et vous...	Oui	Nous le ferons bientôt
1	Reconnaissez l'importance de réduire la consommation d'énergie domestique dans votre appartement ou condominium?		
2	Avez choisi certaines activités listées dans la Liste de contrôle pour l'économie d'énergie domestique – Partie 1 à la page 5? (Si vous choisissez de continuer avec la Partie 2, vous trouverez également des activités à faire dans un appartement ou un condo.)		
3	Cherchez le logo ÉNERGY STAR® lorsque vous achetez des appareils pour la maison qui consomment de l'électricité (comme des ampoules, des ordinateurs et des climatiseurs)?		
			
4	Avez contacté Eneract pour suivre un atelier SmartLiving? Ces ateliers suggèrent des actions simples et économiques pour diminuer la consommation d'énergie dans votre appartement et votre immeuble. Appelez le: 416-488-3966 ou visitez www.eneract.org .		
5	Avez discuté avec votre propriétaire ou gérant de l'immeuble des possibilités d'économiser de l'énergie? Ils peuvent faire une grande différence en réparant les fuites de robinets, en fermant les événements de ventilation dans les appartements non utilisés qui n'ont pas besoin d'être chauffés. Ils peuvent aussi faire plus d'économies en faisant faire une inspection d'énergie à travers tout l'immeuble.		



Laissez votre voiture à la maison

Choisissez des moyens de transport plus écologiques pour faire vos trajets quotidiens

Smog! Embouteillages! Prix de l'essence qui grimpent! Pas de place pour les bicyclettes! Combien vous faut-il de raisons de plus pour réduire votre quantité de conduite? Une grande partie de la pollution de l'air dans le Sud de l'Ontario est produite par les voitures et les camions.

Élèves, à la place de sa voiture, est-ce que votre Camarade peut utiliser certains moyens de transport plus propres listés ci-dessous? Travaillez avec votre Camarade pour remplir le tableau suivant.

Un choix plus écologique	Oui	Non	Expliquez pourquoi
Transport en commun (autobus, tramway ou métro)			
Marche ou bicyclette (Excellent exercice!)			
Télétravail (Travailler à domicile)			
Covoiturage (Partager une voiture pour aller au travail, à l'école ou à des événements divers)			
Magasinage en chaîne (Faire plusieurs achats en un seul voyage, plutôt que de faire plusieurs voyages séparément)			

Le saviez-vous?

L'Organisation mondiale de la Santé recommande de marcher jusqu'à 5 km (environ 50 minutes) par jour pour rester en bonne santé.



Finis les émissions!

Réduire la pollution des tuyaux d'échappement

Pour atteindre une réduction de 20% d'utilisation de véhicule, votre Camarade Air pur devra plus souvent prendre les transports en commun, marcher, faire du vélo ou du covoiturage. Mais quand il/elle a besoin de sa voiture, il existe des moyens simples de réduire la pollution toxique des tuyaux d'échappement. Complétez cette liste de contrôle avec votre Camarade.

	Oui	nous le ferons bientôt
<p>Les pneus de votre voiture sont-ils gonflés correctement?</p> <p>Gardez vos pneus bien gonflés pendant toute l'année et cela vous économisera le prix de Deux semaines en coûts d'essence! Vérifiez la pression des pneus au moins deux fois par mois et ajouter de l'air au besoin. Pour obtenir de l'information sur la vérification de la pression des pneus, visitez le site www.betiresmart.ca</p>		
<p>Votre moteur est-il bien réglé?</p> <p>Un moteur mal réglé crée plus de pollution et coûte plus d'argent en réparations. Demandez à votre mécanicien de faire une mise au point de votre véhicule, en suivant le programme d'entretien ou une fois par an.</p>		
<p>Le conducteur prend-il son temps pour accélérer et ralentir?</p> <p>Les accélérations et les arrêts rapides gaspillent du carburant et usent votre véhicule.</p>		
<p>Votre véhicule est-il économe en énergie?</p> <p>Les voitures et moteurs plus puissants consomment souvent plus de carburant et sont plus chers à faire fonctionner. Lorsque vous cherchez à acheter une nouvelle voiture, assurez-vous de chercher une voiture plus petite et économe en carburant.</p>		
<p>Le conducteur fait-il attention de ne pas tourner au ralenti?</p> <p>La marche au ralenti signifie que le moteur est en marche et que la voiture n'avance pas. La marche au ralenti gaspille du carburant, et crée la pollution de l'air et les gaz à effet de serre qui causent le changement climatique. En Ontario, de plus en plus de municipalités sont en train d'adopter des règlements anti-ralenti qui font de la marche au ralenti un délit passible d'amende, tout comme le stationnement illicite.</p>		



Quelle distance conduisez-vous?

Élèves, complétez ce tableau avec votre Camarade pour estimer la distance qu'il/elle conduit chaque semaine. (Pour trouver le nombre exact de kilomètres, allez à <http://ca.maps.yahoo.com>)

Événement	Lieu	Estimation de la distance (km)	Peut-on Réduire? Comment?
Exemple : Achats au magasin d'alimentation	No Frills	8 km	Oui – il y a un autre magasin d'alimentation plus proche
Voyages à l'école			
Voyages à la garderie			
Voyages au travail			
Activités des enfants – après l'école ou pendant la fin de semaine			
Cinéma/ Divertissements			
Visites au centre d'achats			
Voyages de fin de semaine			
Magasinage de nourriture			
Autre:			
Nombre total de kilomètres parcourus en une semaine			

Voici un défi pour vous!

Quelle quantité de dioxyde de carbone pensez-vous qu'il sort du tuyau d'échappement d'une voiture de taille moyenne avec la consommation d'un litre de carburant? (Un litre d'essence pèse 0.75 kg). Quand vous avez une réponse, vérifiez avec votre enseignant(e), il/elle a la réponse dans le Guide de l'enseignant(e).

Assainissez l'air

Réduisez la conduite de votre véhicule pendant deux semaines

Élèves, aidez votre Camarade à faire un plan pour réduire sa conduite en suivant les étapes ci-dessous. Ensuite, souhaitez lui **BONNE CHANCE** pour mettre ce plan en action pendant deux semaines. **Après les deux semaines, remplissez le dos de cette page, découpez-la et apportez-la à votre enseignant(e) ou bien remplissez le formulaire en ligne à www.cleanairpartnership.org/2020**

ÉTAPE 1

Calculez votre cible de réduction de 20%

Nombre total de kilomètres conduits au cours de la semaine dernière. (Utilisez votre estimation de la page 12)	Réduction de 20%	Votre cible de réduction de kilomètres par semaine
_____ km	x 0,20	= _____ km

ÉTAPE 2 Prenez votre **NOMBRE CIBLE** de réduction de kilomètres par semaine, et écrivez-le dans une (ou plus) des destinations listées ci-dessous. Essayez ce plan pendant deux semaines!

Destination 1

Trajets à l'école, à des événements sportifs et/ou pour d'autres activités

Nous réduirons notre conduite vers cette destination chaque semaine en :

- Prenant les transports en commun _____ km
- Faisant du covoiturage _____ km
- Bicyclette ou marche _____ km

RÉDUCTION TOTALE _____ km

Destination 2

Trajet quotidien au travail

Nous réduirons notre conduite vers cette destination chaque semaine en :

- Prenant les transports en commun _____ km
- Faisant du covoiturage _____ km
- Bicyclette ou marche _____ km
- Télétravail/téléconférence _____ km

RÉDUCTION TOTALE _____ km

Destination 3

Achats d'alimentation, faire des courses, sorties pour se divertir

Nous réduirons notre conduite vers cette destination chaque semaine en :

- Prenant les transports en commun _____ km
- Faisant du covoiturage _____ km
- Bicyclette ou marche _____ km
- Magasinage en chaîne _____ km

RÉDUCTION TOTALE _____ km

Destination 4

Voyages de fin de semaine (aller dans une autre ville/jours fériés)

Nous réduirons notre conduite vers cette destination chaque semaine en :

- Prenant l'autobus ou le train _____ km
- Faisant du covoiturage _____ km

RÉDUCTION TOTALE _____ km



Feuille de réponse sur la réduction de la conduite
Élèves! Remplissez cette page avec votre Camarade Air pur, découpez-la et apportez-la à votre enseignant(e). N'oubliez pas d'encourager votre Camarade à réduire son temps de conduite durant toute l'année, et à essayer différents plans pour chaque saison. La bicyclette et la marche conviennent bien pour les mois chauds, alors que le covoiturage et les transports en commun sont plus appropriés pendant les mois froids.

Ensuite, votre enseignant(e) enverra par courrier ce formulaire à: 20/20 La Voie vers l'air pur / Clean Air Partnership / 75 rue Elizabeth / Toronto, Ontario M5G 1P4 ou vous pouvez remplir et soumettre le formulaire en ligne à : www.cleanairpartnership.org/2020

Aidez-nous à en apprendre plus

Dis-nous si ton Camarade a réussi à réduire son temps de conduite, et s'il a l'intention de continuer à le faire durant toute l'année. Coche UN des choix ci-dessous:

- Nous avons réduit notre temps de conduite pendant deux semaines, mais NOUS NE CONTINUERONS PAS.
OU
- Nous avons réduit notre temps de conduite pendant deux semaines et NOUS CONTINUERONS à le réduire pendant toute l'année. En faisant cela, nous contribuerons encore plus à assainir notre air (comme des milliers d'autres participants à 20/20!) en essayant d'atteindre la cible de 20% de réduction d'utilisation de notre véhicule.

Nom de l'élève

École

Année d'étude

Enseignant(e)

Restez en contact

Le programme 20/20 aimerait vous envoyer des mises à jour du programme et mesurer comment vos actions ont contribué à améliorer la qualité de l'air dans votre communauté.

- Nous donnons à 20/20 la permission de nous contacter.**

Non du camarade, parent ou tuteur

Ville

Adresse

Code postal

Téléphone

()

Courriel

VEUILLEZ ÉCRIRE TRÈS CLAIREMENT

- Nous ne souhaitons plus être contactés par 20/20.**

Le Clean Air Partnership travaille avec des unités de santé locales en tant que coordonnateur régional de la Campagne 20/20. C'est un organisme de bienfaisance enregistré, et collecte les données personnelles de ce formulaire, conformes au règlement municipal N° 239 – 2000 de l'autorité de la Ville de Toronto. Ces renseignements seront strictement utilisés dans le seul but de contacter les personnes qui participent à la campagne 20/20 La Voie vers l'air pur, afin d'évaluer ce programme. Pour toute question concernant la collecte de ces renseignements et/ou si vous souhaitez être retiré de la liste, veuillez contacter la coordonnatrice régionale de 20/20 au 416-338-1288 ou au 1-866-583-2020.



Clé de correction sur l'économie d'énergie domestique et plus encore!

1 Utiliser des ventilateurs peut réduire de moitié l'usage de votre climatiseur (A/C).

VRAI

Les ventilateurs font circuler de l'air frais, donc vous n'avez pas besoin d'utiliser autant d'air conditionné. Vous pouvez aussi réduire votre utilisation d'A/C (et recevoir 25,00\$) en vous inscrivant au programme Every Kilowatt Counts peaksaver. Téléphonnez à votre compagnie d'électricité ou visitez le site www.everykilowattcounts.ca/residential/peaksaver pour obtenir plus de renseignements ou pour vous inscrire. Les arbres peuvent aussi rafraîchir votre maison – plantez des arbres caduques (les arbres qui perdent leurs feuilles à l'automne) sur le côté sud de votre maison et des conifères (arbres à feuillage persistant) sur le côté nord de votre maison.

2 Recouvrir les fenêtres avec du plastique ne fait rien pour empêcher la chaleur de s'échapper de votre maison durant l'hiver.

FAUX

25% de la chaleur de votre maison s'échappe par les fenêtres. Recouvrir vos fenêtres avec du plastique est une option économique qui réduira de moitié cette perte de chaleur. Lorsque vous serez prêts à remplacer vos vieilles fenêtres, assurez-vous de chercher des fenêtres et des entrepreneurs certifiés par le Window Wise program. Contactez le 1-800-813-9616 ou visitez le site www.windowwise.com. Saviez-vous que les fissures autour des portes et des fenêtres sont la cause d'une perte de chaleur de 30% dans les maisons plus anciennes? Cela équivaut à vivre avec un trou de la taille d'un ballon de basket-ball dans votre maison! Vous pouvez économiser jusqu'à 10% sur votre facture de chauffage en bouchant les fissures.

3 Les ampoules électriques fluorescentes compactes (CFLs) consomment plus d'énergie que les ampoules électriques normales.

FAUX

Les ampoules fluorescentes compactes CFLs consomment beaucoup moins d'énergie et durent beaucoup plus longtemps. Alors que les ampoules électriques normales durent environ six mois, les ampoules CFLs peuvent durer jusqu'à plus de six années! L'énergie verte, comme le vent, l'eau et le soleil produit de l'électricité en ne créant presque aucune pollution de l'air. Contactez votre fournisseur d'énergie local, ou Bullfrog Power, pour vous renseigner sur la possibilité de passer à l'énergie verte. Contactez le 1-877-360-3464 ou visitez le site www.bullfrogpower.com.

4 On peut réduire la consommation d'énergie domestique de 20% en remplaçant une vieille chaudière par une nouvelle chaudière à haut rendement.

VRAI

En moyenne, une vieille chaudière à faible rendement gaspille jusqu'à 45% de la chaleur qu'elle produit. Cela représente presque la moitié de la chaleur! Quand vous déciderez de remplacer votre chaudière, assurez-vous de voir si votre fournisseur d'énergie local offre des primes en argent comptant. Contactez aussi le Programme ontarien d'économies d'énergie domiciliaire de la province de l'Ontario (www.homeenergyontario.ca ou bien contactez le 1-888-668-4636), et le programme écoÉNERGIE Rénovation – Maisons du gouvernement du Canada (www.ecoaction.gc.ca ou contactez le 1-800-622-6232) pour obtenir des subventions en vue d'améliorer le rendement énergétique de votre maison.

5 Le fait de calfeutrer votre maison trop hermétiquement peut causer des problèmes de circulation d'air pouvant affecter la santé.

VRAI

C'est une bonne chose de bloquer les courants d'air pour économiser de l'énergie, mais le fait de calfeutrer votre maison trop hermétiquement peut rendre l'air malsain à respirer. Vous pouvez éviter cela en faisant d'abord un audit énergétique de votre maison, afin d'apprendre quels sont les meilleurs moyens de bloquer les courants d'air, d'économiser de l'argent et d'améliorer le confort de votre maison. Contactez le Centre d'écologie de Windfall au 416-465-6333 ou à www.windfallcentre.ca, ou bien visitez www.cleanairpartnership.org/2020 pour trouver une liste de tous les auditeurs compétents dans votre secteur.

6 Les détergents à lessive ne sont efficaces qu'avec de l'eau chaude.

FAUX

Les détergents à lessive sont maintenant conçus pour nettoyer les vêtements à l'eau froide. Cela simplifie votre tâche pour réduire l'usage de l'eau chaude, économiser de l'argent, tout en diminuant la pollution de l'air.

7 Baisser votre thermostat de 2°C en hiver peut vous faire économiser jusqu'à 3% de vos coûts de chauffage.

FAUX

Baisser votre thermostat de 2°C en hiver peut vous faire économiser jusqu'à 6% de vos coûts de chauffage, tout en réduisant les émissions nocives dans l'air. Envisagez d'acheter un thermostat programmable. Il fera le travail pour vous en baissant le réglage de votre chaudière quand vous n'êtes pas à la maison, ou quand vous allez vous coucher.

8 Installer une pomme de douche à débit réduit peut vous faire économiser jusqu'à 1400\$ en coûts d'énergie sur une période de cinq ans.

VRAI

L'eau chaude que beaucoup d'entre nous tiennent pour acquis peut représenter jusqu'à 25% du montant total de coûts d'énergie de votre maison. Une pomme de douche à débit réduit peut réduire la quantité d'eau utilisée de moitié, ou même plus, sans avoir à sacrifier la « sensation » d'une bonne douche. Visitez www.cleanairpartnership.org/2020 pour voir si votre municipalité offre des rabais pour les dispositifs d'économie d'eau.

9 En 2008, la pollution de l'air a contribué à causer 9 500 morts prématurées et plus de 16 000 admissions en hôpitaux en Ontario.*

VRAI

Et c'est souvent les personnes atteintes de conditions respiratoires et cardiaques qui souffrent le plus de la pollution de l'air. Si vous habitez dans la RGT, vérifiez la cote air santé sur le site www.airhealth.ca pour savoir quand l'air est sain pour sortir et faire des activités en plein air. Pour connaître les conditions de la qualité de l'air à travers tout l'Ontario, veuillez visiter le site www.airqualityontario.com. Marchez, faites du vélo ou prenez les transports en commun pour réduire la pollution de l'air.

10 Un robinet qui perd une goutte d'eau par seconde peut remplir 724 verres d'eau en une semaine.

VRAI

Un tel gaspillage d'eau vous coûte 420,00\$ par an, alors n'attendez pas pour réparer ces fuites!

*Ontario Medical Association, Illness Costs of Air pollution www.oma.org

La pollution de l'air, le changement climatique et votre santé

Prenez part à la solution

Chaque fois que nous conduisons nos véhicules et que nous consommons de l'énergie dans nos maisons, nous brûlons des combustibles fossiles – comme le gaz, le pétrole et le charbon – et nous envoyons de la pollution et des gaz à effet de serre dans l'air. Tout cela contribue au smog et au changement climatique.

Le changement climatique et le smog sont en relation directe. Les gaz à effet de serre (comme le dioxyde de carbone) s'accumulent dans l'atmosphère et bloquent la chaleur du soleil tout près de la Terre, ce qui augmente le réchauffement planétaire et les changements climatiques. Étant donné que le smog est créé par les effets combinés de la chaleur et de la lumière solaire, le réchauffement planétaire augmente le nombre de journées de smog, ce qui entraîne de sérieuses complications de santé pour les personnes atteintes de problèmes cardiaques ou respiratoires. Même chez les personnes en bonne santé, la pollution de l'air peut réduire la capacité respiratoire, et irriter les yeux, le nez et la gorge.

Commencez à agir dès aujourd'hui pour protéger votre santé et améliorer la qualité de l'air dans votre communauté. Joignez-vous à des milliers d'autres élèves qui participent déjà à 20/20 La Voie vers l'air pur, et contribuez à la solution de la pollution de l'air. Si vous vivez dans la région du Grand Toronto, vérifiez la Cote air santé sur le site www.airhealth.ca, afin d'apprendre comment protéger votre santé de la pollution lorsque vous planifiez des activités de plein air.

Pour connaître les conditions de la qualité de l'air à travers tout l'Ontario, veuillez visiter le site www.airqualityontario.com

Le saviez-vous?

La Cote air santé est un instrument qui mesure la qualité de l'air par rapport à votre santé sur une échelle de 1 à 10. Une lecture de 1 signifie un risque faible et une lecture de 7 ou plus signifie un risque élevé. Cette cote peut vous aider à savoir quand l'air est pur et sain pour aller jouer dehors. On peut trouver les conditions et les prévisions atmosphériques sur le site: www.airhealth.ca.



75 rue Elizabeth
Toronto, Ontario
M5G 1P4

Téléphone: 416-392-2020
Télécopieur: 416-338-0616
Courriel: 2020@cleanairpartnership.org
www.cleanairpartnership.org/2020

