



526804 - C.O.S. VILLERS LES NANCY

Calendrier de l'avent Ecocitoyen

ACTION

Nom de l'action

Calendrier de l'avent Ecocitoyen

Date de l'action

01/12/2023

Public cible

Globalité du club

Nombre de participants

380

Thème de l'action

Environnement

Fiches liées

Se déplacer en toute sécurité

Réduire sa production de déchets

Laisser les installations en bon état

Trier ses déchets

Identifier la nature des déchets

Réduire sa consommation d'énergie

Economiser l'eau

Mon équipe en or

L'énergie verte

La montée-descente verte

En vert et contre tout

Capitaine de vestiaire

One-Tout-Tri

L'eau est un trésor

Ca coule de source

La journée d'enver(t)gure

Le ballon béré

Utiliser des transports éco-responsables

Sensibiliser à l'éco-citoyenneté

Descriptif de l'action

Du 1er au 24 décembre, nous avons décidé de créer un calendrier de l'avent autour de l'écologie et des gestes à avoir au quotidien pour protéger notre terre et notre environnement. 24 publications sur FB avec une question et 24 story avec la réponse.

Lien de la vidéo

<https://www.facebook.com/photo?fbid=863608349100413&set=a.490019616459290>

Photo(s)

CALENDRIER DE L'AVENT



14) Boire l'eau du robinet ?

Sauf indication contraire de votre commune, il est ????? de boire l'eau du robinet en France.

Si le goût vous dérange, vous pouvez utiliser un filtre qui se fixe sur le robinet ou une carafe filtrante.

Plus écologique encore, le bâton de charbon activé a une durée de vie de 6 mois : il suffit de le placer dans une bouteille ou une bonbonne pendant quelques heures. De plus, il est compostable !

Boire de l'eau du robinet, possible ou pas ?

A. Possible

B. Impossible



CALENDRIER DE L'AVENT



13) ????????? sur chaque casserole

Pour faire bouillir de l'eau, préparer ou réchauffer, il est conseillé ?????. Les temps de cuisson sont réduits. Dans la cuisine, choisissez vos ustensiles pour respecter votre santé privilégier le verre, le bambou, l'inox et délaissier le téflon, le plastique,...

Qu'est-il conseillé de faire pour réduire le temps de cuisson ?

- A. de couvrir sa casserole grâce à un couvercle
- B. d'augmenter le thermostat de la plaque de cuisson



CALENDRIER DE L'AVENT



Trier ses déchets

Pour pratiquer le « tri sélectif », il suffit de suivre les consignes inscrites sur les emballages et d'utiliser des poubelles colorées pour ne pas se tromper lorsque l'on sépare ses ordures ménagères.



CALENDRIER DE L'AVENT



22) Pour les longs voyages, préférer ???? à l'avion

??? est de loin le mode de transport le moins polluant. Pour protéger notre environnement, il est conseillé de le privilégier aux autres modes de transport pour les trajets longs.

Que faut-il prendre pour les longs voyages ?

A. le bateau B. le bus C. le train



CALENDRIER DE L'AVENT



1) Trier ses déchets

Pour pratiquer le « tri sélectif », il suffit de suivre les consignes inscrites sur les emballages et d'utiliser des poubelles ??????? pour ne pas se tromper lorsque l'on sépare ses ordures ménagères.

Comment sont les poubelles ?

A. Colorées

B. Ouvertes

C. Couchées



CALENDRIER DE L'AVENT



2) Coller un "stop-pub" sur sa boîte aux lettres

Coller une étiquette « stop-pub » permet d'éviter ???????? de prospectus dans sa boîte aux lettres qui finiront aussitôt à la poubelle. Une bonne façon de prévenir et réduire les déchets.

Que permet un "stop-pub" ?

A. La réduction

B. La destruction

C. L'accumulation



CALENDRIER DE L'AVENT



3) Ne rien jeter par terre

Ne jetez rien par terre afin de protéger notre environnement. Un chewing-gum met plus de 5 ans à se dégrader, il faut près de ??? ans pour une canette en aluminium et 450 ans pour un sac en plastique. Lors de votre prochaine balade, vous pouvez aussi prendre un sac poubelle et nettoyer la nature !

Combien de temps met une canette à se dégrader ?

A. 100 ans

B. 350 ans

C. 600 ans



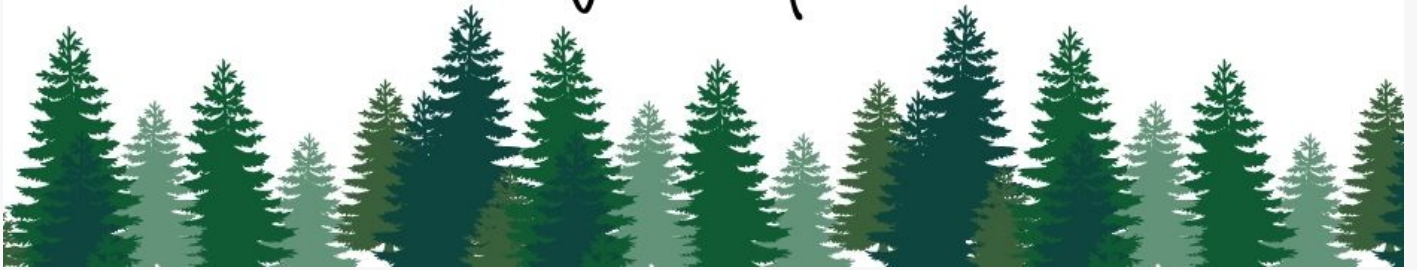
CALENDRIER DE L'AVENT



24) Participer à un défi familial zéro déchet

Organisés par des collectivités, des associations ou des particuliers, les « défis familles zéro déchet » sont de plus en plus fréquents. Ils permettent de se former aux gestes écologiques de réduction des déchets dans une ambiance ludique et conviviale.

JOYEUX
~ Noël ~



CALENDRIER DE L'AVENT



7) DÉbrancher les chargeurs lorsqu'ils ne servent pas

Le chargeur d'un Smartphone ou d'un ordinateur portable, par exemple.

Est-ce qu'un chargeur branché mais qui ne sert pas, consomme de l'énergie ?

A. OUI

B. NON



CALENDRIER DE L'AVENT



5) Limiter l'usage de la climatisation l'été

En voiture, la climatisation contribue à l'effet de serre en consommant beaucoup de carburant. Quand c'est possible, gardez votre voiture à l'ombre ou utilisez des pare-soleil. Dans la maison, elle consomme de l'énergie. L'été, il faut ouvrir les fenêtres ?????? pour faire rentrer l'air frais puis fermer les volets pour garder la fraîcheur à l'intérieur.

Quand faut-il ouvrir les fenêtres en été ?

- A. Tard le soir B. Pile à midi C. Tôt le matin



CALENDRIER DE L'AVEC



4) Chauffer sans excès sa maison

Pour faire des économies d'énergie (et d'argent), inutile de surchauffer. Dans une chambre, la température idéale se situe aux alentours de ???°C. Pensez à fermer les volets ou les rideaux la nuit pour éviter les déperditions de chaleur.

Quelle est la température idéale pour une chambre ?

A. 14° B. 17° C. 20°



CALENDRIER DE L'AVENT



6) Éteindre les appareils électriques

Utilisez le bouton de mise sous tension de vos appareils électriques pour les éteindre complètement ou débranchez-les lorsque cela n'est pas possible. Les appareils simplement mis en veille consomment ??? % d'électricité en plus !

Combien d'électricité consomme un appareil mis en veille ?

A, 5 % B, 10 % C, 15 %



CALENDRIER DE L'AVENT



8) Éteindre la lumière en sortant d'une pièce

Éteindre systématiquement la lumière en sortant d'une pièce est un autre geste écologique très simple. Pour vous motiver, pensez que 3 pièces éclairées chaque soir consomment en moyenne ?????? d'électricité qu'un réfrigérateur. Inutile d'éclairer un endroit vide !

Que consomment 3 pièces éclairées par rapport à un réfrigérateur ?

A. Plus B. Moins C. Autant



CALENDRIER DE L'AVENT



9) Privilégier les ampoules LED

Les ampoules LED consomment ??? % d'électricité en moins que les ampoules classiques et ont une durée de vie plus longue. Cela vaut donc la peine de remplacer au fur et à mesure vos vieilles ampoules à incandescence.

Combien d'électricité, une ampoule LED consomme en moins qu'une ampoule classique ?

A. 65 % B. 80 % C. 95%



CALENDRIER DE L'AVENT



10) Faire sa lessive à basse température

Si possible, lavez votre linge à 10°C ou du moins à basse température. En effet, 80 % de l'électricité utilisée pour faire une machine sert à chauffer l'eau. Votre linge n'en sera pas moins bien lavé : votre lessive est là pour ça !

A quelle température faut-il laver son linge ?

A. 10° B. 20° C. 30°



CALENDRIER DE L'AVENT



11) Dégivrer son réfrigérateur/congélateur

Tous les ???? mois, dégivrez vos appareils pour réduire votre consommation d'électricité. Des appareils mal entretenus avec une couche de 4 mm de givre consomment deux fois plus d'énergie !

Tous les combien de mois, faut-il dégivrez ses appareils ?

A, 3 mois B, 6 mois C, 9 mois



CALENDRIER DE L'AVENT



12) Décongeler sans micro-ondes

En s'y prenant à l'avance, les plats ou ingrédients congelés peuvent très bien se décongeler en les plaçant ?????? pour respecter la chaîne du froid.

Quelle est la température idéale pour une chambre ?

A. Au réfrigérateur

B. Sur le balcon/la fenêtre

C. à l'air libre



CALENDRIER DE L'AVENT



15) Prendre des douches plutôt que des bains

Pour économiser votre consommation d'eau, préférez toujours les douches courtes aux bains. Un bain consomme 150 à 200 litres d'eau alors qu'une douche de 4 à 5 minutes ne nécessite que ??? litres d'eau.

Une douche nécessite combien de litres d'eau ?

A. 30 à 80L B. 40 à 90L C. 50 à 100L



CALENDRIER DE L'AVENT



16) Ne rien jeter dans les toilettes

Les toilettes ne sont pas une poubelle. N'y jetez rien, hormis le papier toilette, pour éviter la prolifération des déchets et protéger la planète.

Que peut-on jeter dans les toilettes ?

A. Rien

B. Le papier toilette

C. un portable



CALENDRIER DE L'AVENT



17) Ne pas laisser le robinet ouvert

Un robinet qui coule inutilement consomme inévitablement de l'eau dont vous n'avez pas besoin. ?????? votre robinet dès que possible (lorsque vous vous brossez les dents ou que vous faites la vaisselle par exemple !).

Que faut-il faire ?

A, Pensez à ouvrir B, Pensez à couper C, Pensez à jouer avec



CALENDRIER DE L'AVENT



18) Récupérer les eaux ??????

Pour économiser l'eau et protéger notre planète, on peut récupérer les eaux ???? (comme l'eau froide qui coule avant qu'elle ne devienne chaude).

Pensez aussi à valoriser l'eau que vous utilisez pour faire la cuisine. L'eau qui vous aura servi à nettoyer la salade peut également être récupérée pour l'arrosage des plantes.

Recueillir l'eau de pluie pour arroser ses plantes.

Quelles eaux faut-il récupérer ?

A. inutilisées B. potables C. pétillantes



CALENDRIER DE L'AVENT



20) Utiliser les transports en commun

Pour lutter contre la pollution et protéger la planète, préférez toujours les transports en commun ou le covoiturage à la voiture. Cela évite les encombrements sur la route et ????

Ou se mettre à la marche ou au vélo

Qu'est-ce que ça évite de prendre les transports en commun ?

A: la pollution B. l'ennui C. la dégradation des routes



CALENDRIER DE L'AVENT



21) Vérifier l'état de ses pneus de voiture

Des pneus ??? gonflés s'usent plus vite et entraînent une surconsommation de carburant.

Rouler à vitesse régulière de façon souple

Une vitesse excessive et / ou une mauvaise conduite entraînent un excès de carburant et génèrent donc davantage de pollution.

Comment doivent être les pneus ?

A, Trop B, Mal C, Pas assez



CALENDRIER DE L'AVENT



23) Rapporter ses médicaments ?? chez le pharmacien

Du côté de votre armoire à pharmacie, il est aussi possible de faire un geste pour l'environnement. Les médicaments ????? doivent être ramenés en pharmacie afin d'être valorisés énergétiquement.

Quels médicaments faut-il ramener ?

A, non utilisés B, périmés C, périmés ou non utilisés



CALENDRIER DE L'AVENT



19) Préférer les engrais naturels

Côté jardin, évitez les engrais chimiques, nocifs pour la planète. Préférez les engrais naturels comme le purin d'orties, la cendre de bois ou les algues vertes séchées.

Installez un ???? dans votre jardin. Il permet d'éliminer la plupart des ordures ménagères (épluchures de fruits et légumes, marc de café, coquilles, fleurs fanées, ...).

Que peut-on installer dans son jardin ?

- A. Un toboggan B. Un compost C. Un trampoline



JOYEUX ~ Noël ~

CALENDRIER DE L'AVENT SUR L'ENVIRONNEMENT



CALENDRIER DE L'AVECT



2) Coller un "stop-pub" sur sa boîte aux lettres

Coller une étiquette « stop-pub » permet d'éviter l'accumulation de prospectus dans sa boîte aux lettres qui finiront aussitôt à la poubelle. Une bonne façon de prévenir et réduire les déchets.



CALENDRIER DE L'AVENT



3) Ne rien jeter par terre

Ne jetez rien par terre afin de protéger notre environnement. Un chewing-gum met plus de 5 ans à se dégrader, il faut près de 100 ans pour une canette en aluminium et 450 ans pour un sac en plastique. Lors de votre prochaine balade, vous pouvez aussi prendre un sac poubelle et nettoyer la nature !



CALENDRIER DE L'AVENT



9) Privilégier les ampoules LED

Les ampoules LED consomment 80 % d'électricité en moins que les ampoules classiques et ont une durée de vie plus longue. Cela vaut donc la peine de remplacer au fur et à mesure vos vieilles ampoules à incandescence.



CALENDRIER DE L'AVENT



12) Décongeler sans micro-ondes

En s'y prenant à l'avance, les plats ou ingrédients congelés peuvent très bien se décongeler en les plaçant au réfrigérateur pour respecter la chaîne du froid.



CALENDRIER DE L'AVENT



7) DÉbrancher les chargeurs lorsqu'ils ne servent pas

Le chargeur d'un Smartphone ou d'un ordinateur portable, par exemple, continue d'utiliser de l'électricité lorsqu'il est branché, même s'il ne sert pas.



CALENDRIER DE L'AVENT



16) Ne rien jeter dans les toilettes

Les toilettes ne sont pas une poubelle. N'y jetez rien, hormis le papier toilette, pour éviter la prolifération des déchets et protéger la planète.



CALENDRIER DE L'AVENT



6) Éteindre les appareils Électriques

Utilisez le bouton de mise sous tension de vos appareils électriques pour les éteindre complètement ou débranchez-les lorsque cela n'est pas possible. Les appareils simplement mis en veille consomment 10 % d'électricité en plus !



CALENDRIER DE L'AVENT



5) Limiter l'usage de la climatisation l'été

En voiture, la climatisation contribue à l'effet de serre en consommant beaucoup de carburant. Quand c'est possible, gardez votre voiture à l'ombre ou utilisez des pare-soleil. Dans la maison, elle consomme de l'énergie. L'été, il faut ouvrir les fenêtres tôt le matin pour faire rentrer l'air frais puis fermer les volets pour garder la fraîcheur à l'intérieur.



CALENDRIER DE L'AVENT



10) Faire sa lessive à basse température

Si possible, lavez votre linge à 30°C ou du moins à basse température. En effet, 80 % de l'électricité utilisée pour faire une machine sert à chauffer l'eau. Votre linge n'en sera pas moins bien lavé : votre lessive est là pour ça !



CALENDRIER DE L'AVENT



8) Éteindre la lumière en sortant d'une pièce

Éteindre systématiquement la lumière en sortant d'une pièce est un autre geste écologique très simple. Pour vous motiver, pensez que 3 pièces éclairées chaque soir consomment en moyenne autant d'électricité qu'un réfrigérateur. Inutile d'éclairer un endroit vide !



CALENDRIER DE L'AVENT



11) Dégivrer son réfrigérateur/congélateur

Tous les trois mois, dégivrez vos appareils pour réduire votre consommation d'électricité. Des appareils mal entretenus avec une couche de 4 mm de givre consomment deux fois plus d'énergie !



CALENDRIER DE L'AVEVENT



13) Mettre un couvercle sur chaque casserole

Pour faire bouillir de l'eau, préparer ou réchauffer, il est conseillé de couvrir sa casserole grâce à un couvercle. Les temps de cuisson sont réduits. Dans la cuisine, choisissez vos ustensiles pour respecter votre santé privilégier le verre, le bambou, l'inox et délaissier le téflon, le plastique,...



CALENDRIER DE L'AVENT



14) Boire l'eau du robinet

Sauf indication contraire de votre commune, il est possible de boire l'eau du robinet en France. Elle est potable et naturellement riche en sels minéraux.

Si le goût vous dérange, vous pouvez utiliser un filtre qui se fixe sur le robinet ou une carafe filtrante. Plus écologique encore, le bâton de charbon activé a une durée de vie de 6 mois : il suffit de le placer dans une bouteille ou une bonbonne pendant quelques heures. De plus, il est compostable !



CALENDRIER DE L'AVECT



15) Prendre des douches plutôt que des bains

Pour économiser votre consommation d'eau, préférez toujours les douches courtes aux bains. Un bain consomme 150 à 200 litres d'eau alors qu'une douche de 4 à 5 minutes ne nécessite que 30 à 80 litres d'eau.



CALENDRIER DE L'AVENT



4) Chauffer sans excès sa maison

Pour faire des économies d'énergie (et d'argent), inutile de surchauffer. Dans une chambre, la température idéale se situe aux alentours de 17°C. Pensez à fermer les volets ou les rideaux la nuit pour éviter les déperditions de chaleur.



CALENDRIER DE L'AVENT



17) Ne pas laisser le robinet ouvert

Un robinet qui coule inutilement consomme inévitablement de l'eau dont vous n'avez pas besoin. Pensez à couper votre robinet dès que possible (lorsque vous vous brossez les dents ou que vous faites la vaisselle par exemple !).



CALENDRIER DE L'AVENT



18) Récupérer les eaux inutilisées

Pour économiser l'eau et protéger notre planète, on peut récupérer les eaux inutilisées (comme l'eau froide qui coule avant qu'elle ne devienne chaude).

Pensez aussi à valoriser l'eau que vous utilisez pour faire la cuisine. L'eau qui vous aura servi à nettoyer la salade peut également être récupérée pour l'arrosage des plantes.

Recueillir l'eau de pluie pour arroser ses plantes.



CALENDRIER DE L'AVENT



20) Utiliser les transports en commun

Pour lutter contre la pollution et protéger la planète, préférez toujours les transports en commun ou le covoiturage à la voiture. Cela évite les encombrements sur la route et la pollution.

Ou se mettre à la marche ou au vélo



CALENDRIER DE L'AVENT



19) Préférer les engrais naturels
Côté jardin, évitez les engrais chimiques,
nocifs pour la planète. Préférez les engrais
naturels comme le purin d'orties, la cendre de
bois ou les algues vertes séchées.

Installez un compost dans votre jardin. Il
permet d'éliminer la plupart des ordures
ménagères (épluchures de fruits et légumes,
marc de café, coquilles, fleurs fanées, ...).



CALENDRIER DE L'AVECT



21) Vérifier l'état de ses pneus de voiture

Des pneus mal gonflés s'usent plus vite et entraînent une surconsommation de carburant.

Rouler à vitesse régulière de façon souple

Une vitesse excessive et / ou une mauvaise conduite entraînent un excès de carburant et génèrent donc davantage de pollution.

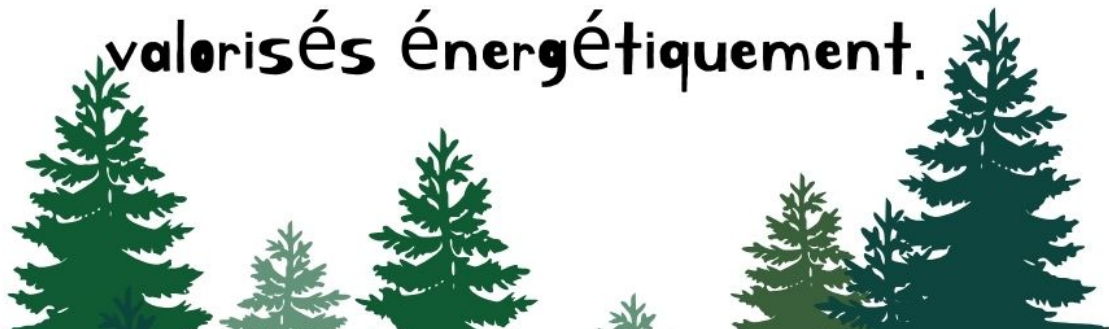


CALENDRIER DE L'AVENT



23) Rapporter ses médicaments périmés chez le pharmacien

Du côté de votre armoire à pharmacie, il est aussi possible de faire un geste pour l'environnement. Les médicaments périmés ou non utilisés doivent être ramenés en pharmacie afin d'être valorisés énergétiquement.



JOYEUX
~ Noël ~

CALENDRIER DE L'AVENT



24) Participer à un défi familial zéro déchet

Organisés par des collectivités, des associations ou des particuliers, les « défis familles zéro déchet » sont de plus en plus fréquents. Ils permettent de se former aux gestes écologiques de réduction des déchets dans une ambiance ludique et conviviale.



CALENDRIER DE L'AVENT



22) Pour les longs voyages, préférer le train à l'avion

Le train est de loin le mode de transport le moins polluant. Pour protéger notre environnement, il est conseillé de le privilégier aux autres modes de transport pour les trajets longs.



JOYEUX ~ Noël ~

CALENDRIER DE L'AVENT SUR L'ENVIRONNEMENT





	Expliquez le détail de votre action
NOM DE L'ACTION	CALENDRIER DE L'AVENT ÉCOCITOYEN
DATE DE L'ACTION	DU 1ER AU 24/12
NBRE DE PARTICIPANTS	ABONNÉS FB (ENVIRONS 2.100)

*Rédigez un résumé de l'action en pensant à préciser le(s) public(s) cible(s), l'implication d'acteurs extérieurs, etc...
Vous pouvez également intégrer le lien d'une éventuelle publication spécifique à votre action sur votre site internet ou vos réseaux sociaux.*

RÉSUMÉ

DU 1ER AU 24 DÉCEMBRE, NOUS AVONS DÉCIDÉ DE CRÉER UN CALENDRIER DE L'AVENT AUTOUR DE L'ÉCOLOGIE ET DES GESTES À AVOIR AU QUOTIDIEN POUR PROTÉGER NOTRE TERRE ET NOTRE ENVIRONNEMENT.

24 PUBLICATIONS SUR FB AVEC UNE QUESTION ET 24 STORY AVEC LA RÉPONSE.



	Indiquez le nom de votre club
LIGUE	GRAND EST
DISTRICT	MEURTHE ET MOSELLE
CLUB	COS VILLERS FOOTBALL



**AUTRE ENTITÉE
EXTERIEUR***

Mettre une croix dans la case que vous souhaitez



Choix de la thématique		Mettre une croix dans la case
	Santé	
	Engagement citoyen	
	Environnement	X
	Fair-Play	
	Règles du jeu et arbitrage	
	Culture foot	



PROGRAMME ÉDUCATIF FÉDÉRAL

- FICHE ACTION 2023/2024 - "CALENDRIER DE L'AVENT - ECOCITOYEN"



CALENDRIER P.E.F - 2023/24 Décembre 2023

L'environnement



UNE SEULE
COULEUR
CELLE DU
MAILLOT



#MARQUER
DEMAIN

lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi	samedi	dimanche
				1 Calendrier de l'avent	2 Calendrier de l'avent	3 Calendrier de l'avent
4 Calendrier de l'avent	5 Calendrier de l'avent 2ème Initiation Catégorie U12/U13	6 Calendrier de l'avent	7 Calendrier de l'avent	8 Calendrier de l'avent	9 Sensibilisation Handisport Calendrier de l'avent	10 Calendrier de l'avent
11 Calendrier de l'avent	12 Calendrier de l'avent	13 Calendrier de l'avent	14 Calendrier de l'avent	15 Fin Opération : "Un sourire pour Noël" Calendrier de l'avent	16 Calendrier de l'avent	17 Calendrier de l'avent
18 Calendrier de l'avent	19 Calendrier de l'avent	20 Remise Collecte Calendrier de l'avent	21 Calendrier de l'avent	22 Calendrier de l'avent	23 Calendrier de l'avent	24 Calendrier de l'avent

- La Santé
- L'engagement Citoyen
- L'environnement
- Le Fair-Play
- Les Règles du Jeu & Arbitrage
- La Culture Foot

Eco-Stade + Tri

Récolte de bouchons pour l'association "Les bouchons de l'espoir Lorraine"



PATRICK