



for a living planet[®]



C'est le pied!

**Livret d'accompagnement
pour la simulation en ligne**

Introduction

Vous venez de calculer l'empreinte de votre classe grâce à notre calculateur en ligne (= calcul de base) ...maintenant il est temps d'AGIR!

Pour chaque thème, nous vous proposons une liste d'actions à entreprendre afin de réduire l'empreinte écologique de votre classe. Grâce au simulateur en ligne vous pourrez déterminer quel sera l'influence de telle ou telle action sur l'empreinte de votre classe (= simulation). Vous pourrez ensuite vous engager à mener à bien certaines de ces actions avec votre classe. Les m² épargnés seront affichés sur le compteur en page d'accueil et feront monter proportionnellement le montant disponible pour l'appel à projet !

Pour utiliser le simulateur, vous devez être connecté (utilisez le même nom d'utilisateur et mot de passe que pour l'utilisation du calculateur)

Pour un certain nombre d'actions, un simple clic suffit pour simuler la diminution d'empreinte. Pour d'autres, vous devrez calculer la quantité d'électricité, d'eau ou de mazout que vous consommerez en moins. La diminution de votre empreinte obtenue grâce à ces actions sera ensuite convertie en m² par le simulateur en ligne.

Cependant, certaines actions seront difficiles à chiffrer. En effet, le calcul des engagements est parfois trop complexe ou nécessite des données inaccessibles. Mais entreprendre ces actions malgré tout peut toutefois s'avérer très utile pour inciter votre entourage à changer de comportement, il ne faut donc pas les négliger ! Vous pouvez évidemment mettre ces actions en valeur sur le blog de votre « fiche-classe ».

Nous vous proposons un service d'assistance tout au long de la campagne « C'est le pied ». Vous pourrez y poser vos questions concernant une action que vous auriez aimé mener, mais pour laquelle vous avez besoin d'être aidé (évaluation de la diminution d'empreinte et calcul des m² épargnés). Pour en bénéficier il suffit de nous envoyer un courriel à cestleped@wwf.be. Nous essayerons autant que possible de répondre à vos questions.

La surface bâtie

Nous ne proposons pas d'action à entreprendre concernant le thème de la surface bâtie. Il est difficile d'envisager une diminution du terrain scolaire et de ses bâtiments.

Il y a du reste une foule de petites choses que vous pourriez entreprendre afin de rendre votre environnement scolaire plus agréable et plus écologique. Attention, ces actions n'auront pourtant pas d'effet direct sur votre empreinte écologique car ils ne réduiront pas la surface nécessaire pour répondre à vos besoins.

Entre autres :

- planter des arbres dans la cour
- aménager des lieux d'accueil pour les animaux, comme des tas de bois ou de pierres, des nichoirs pour les oiseaux, des roseaux évidés pour les insectes...
- installer des jardinières avec des bulbes et des herbes aromatiques
- planter des grimpantes le long de vieux murs
- bannir l'utilisation de pesticides à l'école
- ...

Energie

Au niveau de la classe et de l'école

Le chauffage

Vous pouvez diminuer votre consommation d'énergie tout simplement en chauffant moins. Plusieurs actions peuvent être entreprises dans ce sens.

Sur le thème du chauffage, des actions peuvent être entreprises tant au niveau de la classe qu'au niveau de l'école tout entière, ce qui aura un impact d'autant plus accru. En plus de la réduction de l'empreinte de votre classe, vous obtiendrez aussi l'impact en m² pour l'ensemble de l'école.

2.1 Baisser le chauffage d'un degré

Nombre de degrés en moins :
Nombre de demi-jours par semaine pendant lesquels le chauffage est baissé :
Nombre de semaines (max 24) pendant lesquelles le chauffage est baissé:

a) classe b) école

Cette action est-elle menée seulement dans votre classe ou dans toute l'école?

Comment s'y prendre?

- La température optimale d'une pièce que vous devez chauffer en hiver varie en fonction des activités qui y sont pratiquées. Dans une salle de classe on conseille une température de 19 à 20 ° C. Dans les couloirs, où vous n'êtes pas tout le temps et où vous ne devez généralement pas vous attarder : 15 ° C est une bonne température.
- Assurez-vous que vous que la température locale puisse être réglée (grâce à des vannes thermostatiques). Dans ce cas, vous pouvez, dans votre salle de classe déterminer vous-mêmes la température idéale.
- Si la température ne peut pas être réglée par salle de classe ou si vous désirez entreprendre une action à plus large échelle, vous devrez voir ce qu'il est possible de faire au niveau de toute l'école. Qui est responsable ? Le thermostat est-il situé à la bonne place ? Le chauffage peut-il être mieux réglé? Vous pouvez aller faire un tour d'un certain nombre de locaux avec le responsable et mesurer la température qui y règne : si elle est systématiquement trop élevée, proposez de régler le thermostat plus bas.
- Nous partons du principe qu'une année scolaire compte au maximum 24 semaines pendant lesquelles le chauffage est en fonctionnement. Vous ne pouvez donc pas compléter la réponse à la question avec plus de 24.

2.2 Eteindre le chauffage les jours où il n'y a pas cours (s'il restait auparavant allumé)

Nombre de demi-jours par semaine pendant lesquels le chauffage est éteint:
Nombre de semaines (max 24) pendant lesquelles le chauffage est éteint :

a) classe b) école

Cette action est-elle menée seulement dans votre classe ou dans toute l'école?

Comment s'y prendre?

- Le mercredi après-midi et le week-end, cela n'a pas de sens de maintenir une température aussi élevée que durant une journée de cours. La température idéale sera alors inférieure à 15 ou 16 ° C, mais pas beaucoup plus basse car cela prendrait trop de temps pour qu'elle remonte pour les cours. Pendant les vacances scolaires, il ne faut pas hésiter à laisser la température à 8 ° C.
- Une minuterie permet de couper le chauffage de manière automatique pour les mercredis après-midi, durant les weekends et les vacances. Votre système de chauffage permet-il d'utiliser ce genre d'appareil et est-il possible de s'en procurer un?
- Si le chauffage était habituellement utilisé le mercredi après-midi et qu'il est maintenant diminué dans toute l'école, alors vous pouvez noter que l'action est menée un demi-jour par semaine pendant 24 semaines pour toute l'école.

2.3 Eteindre le chauffage une demi-heure plus tôt (s'il restait auparavant allumé)

Nombre de jours par semaine pendant lesquels le chauffage est éteint ½ h plus tôt:

Nombre de semaines (max 24) pendant lesquelles le chauffage est éteint ½ h plus tôt :

Cette action est-elle menée seulement dans votre classe ou dans toute l'école?

a) classe b) école

Comment s'y prendre?

- Une fois que le chauffage est éteint, la pièce reste chaude encore au moins une demi-heure.
- Il existe des systèmes permettant de couper le chauffage de manière automatique. Peut-être est-il actuellement programmé pour éteindre le chauffage à 16 heures alors que l'école est vide dès 15h30 ? Il serait alors peut être plus opportun de le fixer à 15h puisque la température restera certainement encore agréable durant la dernière demi-heure de cours.

2.4 Placer des feuilles réfléchissantes derrière les radiateurs

Nombre de mètres carrés par local (max 20 m²):

Cette action est-elle menée seulement dans votre classe ou dans toute l'école?

a) classe b) école

Comment s'y prendre?

- Les radiateurs situés sur les murs extérieurs sont parfois à l'origine d'une grande perte de chaleur. Une feuille réfléchissante permet d'éviter que toute cette chaleur ne se perde contre la paroi. Vous pourrez trouver des feuilles de ce type dans les magasins de bricolage.
- Faites le calcul du nombre de feuilles réfléchissantes qui seront nécessaires. Calculez pour cela la surface de l'un des radiateurs et multipliez celle-ci par le nombre de radiateurs présents dans le local. Si vous comptez en installer dans l'ensemble de l'école, multipliez ce résultat par le nombre de salles de classe.
- Si vous comptez placer des feuilles réfléchissantes dans la plupart des locaux de l'école, avec l'aide des autres classes, par exemple, choisissez la case « école » pour répondre à la question.

2.5 Placer un isolant (bandes adhésives, joints en caoutchouc, boudin de calfeutrage etc.) le long

des fenêtres et des portes

Nombre de mètres par local (max 20 mètres):

a) classe	
b) école	

 m

Cette action est-elle menée seulement dans votre classe ou dans toute l'école?

Comment s'y prendre?

- L'air froid peut s'infiltrer par des fissures dans les fenêtres et les portes. Si c'est le cas, vous pouvez l'empêcher en collant des bandes adhésives le long de celles-ci. Notez cependant qu'un minimum de ventilation est nécessaire, le but n'est donc pas de boucher hermétiquement toutes les fissures et les crevasses.

2.6 Courte description des autres actions éventuellement entreprises au niveau du chauffage:

Litres de mazout épargnés par an :		Litre/an
Gaz naturel en kWh épargnés par an :		kWh/an
Electricité en kWh épargnés par an:		kWh/an

Comment s'y prendre?

- En dehors des actions proposées, il existe de nombreuses autres mesures possibles. Proposez-en vous-même!
- Calculez ensuite combien de pétrole, de gaz naturel ou d'électricité, seront épargnés au total sur une année suite à votre action.
- Gardez à l'esprit que l'impact des actions n'est pas toujours aussi facile à calculer. Cela est parfois même impossible. Cela ne signifie pas que ces actions ne sont pas utiles ou intéressantes! Vous pouvez toujours décrire ce type d'action dans votre fiche-classe.

Exemples d'autres actions à entreprendre :

- L'installation d'un chauffe-eau solaire pour l'eau-chaude : de cette façon, moins de gaz naturel, de pétrole ou de l'électricité seront nécessaires pour chauffer l'eau et vous pourrez calculer l'économie réalisée.
- Isoler la tuyauterie pour réduire la perte de chaleur
- Purger les radiateurs, car l'air empêche les radiateurs de chauffer correctement.
- ...

L'électricité

2.7 Passer à l'électricité verte :

<input type="checkbox"/>

Comment s'y prendre?

- Depuis 2007, le marché de l'électricité est libéralisé en Wallonie. La libéralisation signifie que vous pouvez choisir votre fournisseur d'électricité et qu'une concurrence est possible entre fournisseurs. Sur le site de Greenpeace (http://www.greenpeace.org/belgium/fr/electricite_verte/ranking) vous pouvez comparer différents fournisseurs et savoir quelle est leur offre en électricité verte. Sur ce site vous trouverez également une explication sur la façon de changer simplement de fournisseur.

- Recherchez la personne qui est responsable du choix du fournisseur en électricité pour l'école. Vous pouvez lui préparer le travail en allant visiter le site Greenpeace et les simulateurs de prix (<http://simulateur.ugr.be/> pour la Région wallonne et <http://www.brugel.be/Simulation/index.php> pour la Région bruxelloise). L'énergie verte n'est pas nécessairement plus chère!

2.8 Courte description des autres actions éventuellement entreprises au niveau de l'électricité :

Nombre total de kWh épargnés par an :

Comment s'y prendre?

- En dehors des actions proposées, il existe de nombreuses autres mesures possibles. Proposez-en vous-même!
- Calculez ensuite combien d'électricité sera épargnée au total sur une année suite à votre action.
- Gardez à l'esprit que l'impact des actions n'est pas toujours aussi facile à calculer. Cela est parfois même impossible. Cela ne signifie pas que ces actions ne sont pas utiles ou intéressantes! Vous pouvez toujours décrire ce type d'actions dans votre fiche-classe.

Exemples d'autres actions à entreprendre:

- Installer des panneaux solaires photovoltaïques : ceux-ci transforment les rayons solaires en électricité. Vous serez ainsi moins dépendants de votre fournisseur et pourrez comptabiliser l'énergie que vous produisez vous même dans les kWh épargnés par an.
- ...

Au niveau de la classe

L'éclairage

Encodez ici le résultat de vos actions sur une semaine. Nous les prendrons comme échantillon et nous les extrapolerons pour l'ensemble de l'année scolaire.

2.9 Eteindre les lampes lorsqu'elles ne sont pas nécessaires

Nombre moyen d'heures d'utilisation par semaine en moins par rapport à l'utilisation habituelle: gemiddeld aantal gebruiksuren per week **minder** dan 'normaal' (zonder deze tip toe te passen)

	Heures en moins/semaine
--	-------------------------

Comment s'y prendre?

- Il est évidemment inutile d'éclairer la classe si personne n'y est présent. Même durant de courtes pauses il est intéressant d'éteindre les lampes. Cela s'avère utile dès qu'on dépasse 16 secondes, y compris avec des lampes fluorescentes. A certains moments de la journée la lumière extérieure suffit peut être par elle-même.
- Si vous choisissez cette action, nommez quelqu'un qui est responsable d'éteindre chaque fois qu'elle n'est pas nécessaire (comme pendant les récréations...) pour chaque jour de la semaine ou une semaine entière. Calculez le nombre d'heures pendant lesquelles la lumière reste éteinte par rapport à la situation habituelle. Si elle n'était jamais éteinte durant les pauses, vous pouvez calculer le nombre d'heures total consacré aux pauses sur une semaine et noter le résultat dans la case correspondant au « nombre moyen d'heure d'utilisation par semaine en moins par rapport à l'utilisation habituelle ».

L'occupation des locaux

Faites une liste d'occupation des différents locaux dans lesquels vous avez cours. Vous pouvez normalement demander cette information au secrétariat. Afficher cette liste dans chaque classe. Ainsi vous saurez qui a cours dans ce local pour les pauses et qui le quitte en dernier et devrait éteindre le local. De cette manière vous saurez aussi quel groupe oublie systématiquement d'éteindre et vous pourrez les prévenir.

2.10 Changer les néons ou diminuer le nombre de lampes

Diminution totale de la puissance de tout le dispositif d'éclairage de la classe :

Watt

Nombre moyen d'heures d'utilisation de l'éclairage par semaine :

heures/semaine

Comment s'y prendre?

- Pour le "nombre moyen d'heures d'utilisation de l'éclairage par semaine" prenez le chiffre que vous aviez rempli dans le calcul de base à la question 2.6.
- Pouvez-vous remplacer certaines lampes à incandescence par des lampes économiques? Une lampe économique de 15 W fournit la même intensité lumineuse qu'une lampe à incandescence de 60 W. Vous pouvez donc épargner 45 W en faisant cet échange. Si vous voulez remplacer vos lampes à incandescence par des lampes économiques, choisissez celles-ci en divisant la puissance des lampes traditionnelles par quatre.

Lampes à incandescence	Lampes économiques
15 W	4 W
25 W	7 W
40 W	10 W
60 W	15 W
75 W	19 W
100 W	25 W

- Y-a-t-il trop de lumière dans la salle de classe? Vous pouvez la mesurer avec un luxmètre. S'il y a trop de lumière, vous pouvez supprimer certaines lampes inutiles, les dévisser ou remplacer certaines ampoules par des ampoules d'une intensité plus faible. Cela pourrait être le cas le long des fenêtres. Si

l'installation d'un circuit distinct n'est pas possible (voir la question 2.11), vous pouvez diminuer la puissance des lampes situées le long des fenêtres et en tenir compte pour cette question.

- Observez l'éclairage de toutes les salles de classe où vous avez cours. Essayez, autant que possible, de diminuer la puissance de l'éclairage dans tous les locaux. Pour la question concernant la diminution de la puissance totale de tout le dispositif d'éclairage, prenez comme référence votre local standard. Vous pouvez également entamer cette action dans tous les locaux en ensuite déterminer une moyenne pour répondre à la question.

Le bon éclairage... au bon endroit

La lumière d'un lieu particulier est exprimée en "lux" et peut être mesurée à l'aide d'un luxmètre. Cela n'a pas de sens d'éclairer trop. Pour les salles de classe dans les écoles secondaires, une luminosité de 300 lux est prescrite. Pour les cours du soir il faudra par contre un minimum de 500 lux.

2.11 Utiliser un circuit d'éclairage différencié, par exemple pour l'éclairage situé le long des fenêtres

Puissance du circuit différencié:

Watt

Nombre moyen d'heures d'utilisation de ce circuit différencié par semaine **en moins par rapport à l'utilisation du circuit habituel** :

Heures en moins /semaine

Comment s'y prendre?

- Si un circuit séparé peut être installé, par exemple le long des fenêtres, calculez la puissance de ce nouveau circuit. Vous pouvez également entamer cette action dans tous les locaux et ensuite déterminer une moyenne pour répondre à la question.
- Déterminer combien d'heures en moins le circuit distinct est allumé sur une semaine par rapport au circuit ordinaire. Pour déterminer le nombre d'heures de moins par semaine, comme vous prenez en compte tous les lieux avec un circuit séparé où votre position sur une semaine avec votre classe

Les appareils électriques

2.12 Ne pas laisser les appareils électriques présents dans la classe se mettre en veille en les éteignant dorénavant complètement :

	Supprimer la mise en veille
Ordinateur (+ écran)	<input type="checkbox"/>
Installation sonore	<input type="checkbox"/>
TV	<input type="checkbox"/>
Lecteur vidéo ou DVD	<input type="checkbox"/>
Projecteur	<input type="checkbox"/>
Rétroprojecteur	<input type="checkbox"/>

Comment s'y prendre?

- Si l'appareil restait normalement en veille et ne le reste maintenant plus, vous pouvez cocher la case. Nous partons du principe que vous continuerez à appliquer cet engagement et l'action sera calculée sur toute l'année scolaire.
- Arrêtez la fonction veille de ces appareils électriques dans toutes les salles de classe où vous avez cours. Si vous n'êtes pas les seuls à utiliser ce local, vous pouvez avoir une discussion avec les autres utilisateurs du local pour vous accorder sur quand et comment éteindre complètement tous les appareils

De même, pour les appareils électriques qui sont typiques à votre discipline (voir la question 2.7 du calcul de base) vous pouvez aussi envisager des actions pour réduire la consommation d'électricité. Vous pouvez remplir le résultat lié à ces actions à la question 2.8.

Eau

AU NIVEAU DE L'ECOLE

3.1 Consommer moins d'eau

Économie d'eau en mètres cubes par semaine:
besparing in m³ per week

m³ d'eau en
moins/semaine

Comment s'y prendre?

- Il y a de nombreuses façons d'épargner l'eau (voyez le cadre pour quelques exemples).
- Si vous avez choisi quelques trucs pour épargner l'eau, vous devrez calculer le nombre de m³ économisé par semaine. Remplissez dans le cadre de cette question-ci cette épargne, c'est-à-dire le nombre de m³ que vous utilisez en moins par semaine. Nous partons du principe que vous continuerez à appliquer cet engagement et l'action sera calculée sur toute l'année scolaire.

Comment économiser l'eau?

- Repérer les fuites et les réparer. Pour connaître la quantité d'eau gaspillée par les fuites, vous pouvez récolter l'eau qui fuit pendant une heure, puis extrapoler pour un jour, puis pour une semaine. Vous pouvez également noter le soir et le matin l'état du compteur d'eau. Vous devez être sûr que durant cette période, aucune eau n'est consommée. La consommation que vous percevrez éventuellement au compteur sera donc due à des fuites. Une fois les fuites réparées, faites à nouveau la même expérience. La différence que vous percevez pourra être prise en compte dans le calcul des économies réalisées avec cette action.
- Diminuer le volume d'eau utilisé par la chasse des toilettes. Ceci peut se faire de diverses façons. Vous pouvez changer les anciens systèmes de chasses par des chasses avec touche économique ou avec touche d'arrêt. Certains mécanismes peuvent aussi être changés. La façon la plus simple d'économiser l'eau si vous avez encore des anciens systèmes est de placer dans les réservoirs une ou deux bouteilles d'eau. Veillez à ce que les bouteilles n'entravent pas le flotteur et le mécanisme de la chasse d'eau. N'utilisez pas de briques pour cela, elles pourraient se briser, les débris endommager les joints et finalement des fuites pourraient se produire.
- Placer un tonneau pour récolter l'eau de pluie et l'utiliser pour arroser les plantes ou pour nettoyer le tableau si la configuration des locaux le permet. Vous pourrez reporter le montant de l'eau économisée dans le cadre de cette question (car sinon vous auriez employé l'eau du robinet).

Litres ou mètres cubes ?

Sur la facture d'eau, la consommation d'eau est exprimée en mètres cubes. C'est pourquoi cette unité est aussi utilisée ici pour évaluer l'économie d'eau. Si vous connaissez le résultat de votre action pour une semaine en litre, il suffit de convertir en m³ avant de répondre.

1 litre = 1 dm³ donc 1 litre = 0,001 m³ donc 1 m³ = 1000 litres

Par exemple, si vous avez une économie de 200 litres par semaine, cela correspond à 0,2 m³ par semaine

Mobilité

Au niveau de la classe

Trajets domicile - école

Vous devez préciser ici pendant combien de temps vous mènerez cette action au maximum pendant les 37 semaines que compte l'année scolaire.

4.1 Utiliser un moyen de transport plus écologique à la place de celui que vous utilisez habituellement :

	Nombre de km/semaine	Nombre de semaines (max 37)
Nombre de km à pied ou à vélo à la place de prendre la voiture:		
Nombre de km à pied ou à vélo à la place de prendre le bus ou le train :		
Nombre de km en bus à la place de prendre la voiture :		
Nombre de km en train à la place de prendre la voiture :		
Nombre de km effectués en covoiturage :		
Nombre de km effectués en voiture en adoptant une conduite douce (si votre façon de conduire est habituellement plus agressive) :		
Nombre de km parcourus en voiture sans air conditionné (si vous l'utilisez habituellement):		

Comment s'y prendre?

- Vous pouvez choisir par exemple une journée au cours de laquelle le plus d'élèves possible de la classe viendraient en vélo à l'école. Comptez alors pour tous les élèves qui viennent normalement en voiture le nombre de km aller-retour. Inscrivez ces kilomètres dans la case « nombre de km à pied ou à vélo à la place de prendre la voiture ». Même chose pour ceux qui viennent habituellement en train ou en bus. Si vous décidez de maintenir cette action toute l'année, comptez le nombre de semaines (sans les vacances) et remplissez le tableau. Vous trouverez facilement le nombre de semaines restantes dans votre journal de classe. Si vous n'accomplissez cette action qu'une fois, notez 1 dans la colonne du nombre de semaines.
- Si quelqu'un choisit de ne plus venir en voiture mais plutôt en bus, comptez le nombre de kilomètres aller-retour et multipliez-le par le nombre de trajet par semaine (pour une semaine normale ce sera donc 10 fois) . Encodez aussi le nombre de semaines. De cette façon, le « nombre de km en bus au lieu d'en voiture » sera calculé pour cet élève. Si plusieurs étudiants désirent passer de la voiture au bus, comptez tous les kilomètres par semaine des élèves concernés.
- Le covoiturage, c'est partager la même voiture avec d'autres personnes pour aller à l'école ou au travail. Si quelqu'un de la classe peut partager son trajet avec un autre élève, calculez le « nombre de km effectués en covoiturage. Prenez le nombre kilomètres aller-retour qui sont faits en covoiturage et multipliez par le nombre de fois par semaine. Entrez aussi le nombre de semaines. Si plusieurs élèves de la classe covoiturent, comptez le nombre total de km épargnés par eux tous.
- Si vous venez aller à l'école en voiture, vous pouvez décider de conduire plus calmement dès aujourd'hui selon les principes de l'éco-conduite (voir encadré). Si vous ne conduisez pas vous-même,

vous pouvez essayer de convaincre le conducteur d'adapter son style de conduite. Comptez le nombre de kilomètres aller-retour et multipliez par le nombre de fois par semaine ou vous avez choisi de conduire plus calmement. Encodage aussi le nombre de semaines. Si plusieurs élèves décident de faire de même, comptez le nombre de kilomètres par semaine effectués de cette façon par tous les élèves ensemble.

Qu'est-ce que l'éco-conduite?

L'éco-conduite allie les avantages envers l'environnement et une plus longue durée de vie de votre moteur. Voici quelques trucs :

- Passez rapidement la vitesse supérieure et rouler dans la vitesse la plus haute possible, cela économise le carburant et minimise l'usure.
- Modérez votre vitesse. Celui qui roule sur l'autoroute 105 km / h au lieu de 120 km / h, économise plus d' 1 litre par 100 km.
- Anticiper et éviter de freinage brusquement. Anticiper signifie aussi regarder aussi loin que possible.
- Vérifiez la pression de vos pneus.
- Ne laissez pas le moteur tourner inutilement dès que vous faites un arrêt de plus de 30 secondes.
- Limitez l'utilisation de la climatisation. L'air conditionné dans la voiture consomme jusqu' à 20% de carburant en plus pour une différence de 8 ° C entre l'extérieur et l'intérieur.

Mettre sur pied un plan de déplacement scolaire

Proposez un plan de déplacement pour toute la classe, ou même pour l'école. Un ensemble de mesures et conseils pour les gens afin de se rendre d'une façon respectueuse de l'environnement à l'école, en tenant compte de la sécurité.

Excursions

4.2 Utiliser un moyen de transport plus écologique à la place de celui que vous choisissez habituellement et/ou choisir une destination plus proche.

Excursions uniques:

Nom de l'excursion	Distance totale (en km)	Moyen transport de	Nombre de voitures
		Vélo Autocar Train Bus/tram/métro Auto Avion	

Excursions récurrentes:

Nom de l'excursion	Distance totale (en km)	Moyen de transport	Nombre de fois par an	Nombre de voitures
		Vélo Autocar Train Bus/tram/métro Auto Avion		

Comment s'y prendre?

- Les excursions qui apparaissent sont celles que vous avez encodées lors du calcul de base. Si l'excursion a déjà eu lieu, vous ne pouvez plus rien modifier. Pour les autres, vous avez encore la possibilité d'entreprendre quelque chose.
- Vous pouvez par exemple choisir une destination moins éloignée, en accord avec les professeurs concernés. Remplissez alors la nouvelle distance en km en face du nom de l'excursion.
- Choisir un moyen de transport plus écologique est aussi l'une des possibilités à ne pas négliger. Changez alors en face du nom de l'excursion le moyen de transport avec lequel vous avez finalement décidé de l'effectuer. Par exemple : au lieu de vous rendre à Rome en avion comme cela était prévu, vous décidez de prendre le car.
- Si vous décidez d'annuler une excursion prévue, indiquez tout simplement 0 dans la colonne réservée aux km en face du nom de l'excursion concernée.
- Pour les excursions récurrentes, vous pouvez lorsque cela est possible décider de vous y rendre en vélo plutôt qu'en bus. Comptez le nombre de semaines pendant lesquelles vous prendrez moins l'autocar. Changez dans le tableau le nombre de fois par an où vous prendrez l'autocar sur l'année scolaire suite à cet engagement. Ce sera donc moins que lors du calcul de base!

Papier

Au niveau de la classe

Pour le papier, vous devrez calculer le résultat de vos actions sur une semaine. Vous pouvez partir d'un échantillon effectué durant une semaine. Nous considérons que les actions seront poursuivies et nous les comptons automatiquement sur l'ensemble d'une année scolaire.

5.1 Utiliser moins de photocopies

Photocopies épargnées par rapport à votre utilisation habituelle :

En kg en
moins/semaine

OU

En nombre de
feuilles A4 en
moins/semaine

5.2 Faire des photocopies recto-verso à la place de ne les imprimer que sur une seule face :

Photocopies recto-verso à la place de photocopies une face :

En kg /semaine

OU

En nombre de
feuilles A4
/semaine

Comment s'y prendre?

- Retournez voir dans le tableau rempli lors du calcul de base pour quelles cases les professeurs ne fournissaient pas de photocopies recto-verso.
- Interpellez le professeur sur la raison de ne photocopier les feuilles que d'un côté. Y'a-t-il une bonne raison à cela ? Etes-vous d'accord avec ces raisons ? Une solution ne serait-elle pas de photocopier recto-verso et d'employer le papier brouillon pour prendre des notes lorsque cela est nécessaire?
- Si lors de votre discussion avec l'enseignant vous arrivez à la conclusion qu'il serait mieux de copier en recto-verso à l'avenir, vous pouvez prendre en compte le poids des photocopies que vous aviez comptabilisées dans « non recto-verso » lors du calcul de base. Divisez le poids par 37 (puisque'il y a 37 semaine dans une année scolaire) pour connaître la moyenne par semaine.
- Si vous arrivez à convaincre d'autres professeurs, prenez en compte la somme des photocopies des différentes branches.

5.3 Utiliser moins de feuilles volantes et de cahiers :

Feuilles volantes et cahiers **épargnés** par rapport à votre utilisation habituelle:

En kg en moins/semaine

OU

En nombre de feuilles A4 /semaine

Comment s'y prendre?

- Il existe bien des façons de réduire sa consommation de papier (voir le cadre). Envisagez avec la classe ce que vous pourriez mettre en place. Vous pourriez par exemple installer une boîte en classe pour le papier imprimé sur une face qui peut encore servir afin de l'utiliser comme papier de brouillon.
- Afin d'estimer la quantité de papier que vous utiliserez en moins en appliquant les conseils, vous pouvez faire un échantillon durant une semaine. Pour l'exemple de la boîte avec le papier brouillon, vous pouvez au début de la semaine comptabiliser le nombre de feuilles dans la boîte (et ne pas en utiliser au cours de la semaine). Comptez le nombre de feuilles à nouveau en fin de semaine. La différence sera égale au nombre de feuilles économisées puisque vous pouvez vous en servir comme papier de brouillon.

Quelques trucs pour utiliser moins de papier

- Lisez d'abord attentivement sur l'écran de l'ordinateur ce que vous désirez imprimer et utilisez le correcteur d'orthographe. Vous éviterez ainsi de devoir réimprimer à cause d'une faute découverte après l'impression.
- Regardez d'abord l'aperçu avant d'imprimer. Si tout semble en ordre, vous pouvez imprimer.
- Si vous devez absolument imprimer, faites le en recto-verso.
- Utilisez le papier déjà imprimé sur une face comme papier de brouillon y compris pour imprimer!
- ...

5.4 Optez pour papier recyclé:

Papier recyclé **à la place** du papier habituel

En kg /semaine

OU

En nombre de feuilles A4 /semaine

Comment s'y prendre?

- Si vous n'avez pas pu remplir la case concernant le papier 100% recyclé lors du calcul de base, c'est que le papier recyclé n'est pas utilisé à l'école ou pas régulièrement. Essayez de savoir qui est responsable des achats. Le secrétariat, la direction ou le service technique pourront probablement vous répondre.

- Allez ensemble voir le responsable des achats de papier et demandez-lui pourquoi l'école ne choisit pas le papier recyclé. S'agit-il d'une question de prix, de raisons techniques ? S'agit-il de raisons argumentées ou éventuellement de préjugés ?
- Essayez de vaincre les résistances et d'ouvrir la discussion à l'aide de bons arguments. Calculez éventuellement le surcoût éventuel et voyez si l'école serait d'accord d'assumer ce coût pour amoindrir son impact sur l'environnement. En cas de problème technique, plusieurs sortes de papier peuvent être testées afin de déterminer lesquelles fonctionnent le mieux.
- Si l'école décide de passer au papier 100% recyclé, prenez la somme des «recto verso» et «non recto verso» que vous avez rempli concernant les photocopies lors du calcul de base et calculez le poids total à prendre en compte ici . Divisez d'abord ce poids par 37 (les 37 semaines de cours par année scolaire), cela vous donnera le poids moyen par semaine à prendre en compte. Si l'école décide de ne passer qu'à 60% au papier recyclé, ne prenez en compte que 60% de ce poids.
- Vous pouvez aussi décider avec votre classe de choisir des cahiers et blocs de feuilles en papier recyclé. Si tout le monde décide de mettre cette action en place, vous pouvez prendre en compte la totalité du poids encodé lors du calcul de base dans "cahiers et feuilles volantes en nouveau papier". Divisez d'abord ce poids par 37 (les 37 semaines de cours par année scolaire), pour connaître le poids moyen par semaine. Si tout le monde n'est pas convaincu mais seulement quelques élèves de la classe, divisez ce « poids par semaine » par le nombre d'élèves qui n'utilisent pas de papier recyclé et multipliez le par le nombre d'élèves ayant décidé de mettre cette action en pratique.

Pourquoi du papier recyclé?

La production de papier, qu'il soit recyclé ou non, nécessite de l'eau et de l'énergie. Le but est donc d'utiliser le moins de papier possible. Mais le papier recyclé est bien évidemment plus écologique et meilleur pour votre empreinte que le papier neuf. En effet, choisir du papier recyclé à la place d'un papier neuf permet d'économiser jusqu'à 45% d'énergie et de nombreuses matières premières.

D'après des études récentes et il s'avère que pour le papier à photocopier, il n'y a plus de différence de qualité détectable entre papier recyclé et papier neuf. La condition est que vous choisissiez un papier adapté à l'utilisation que vous souhaitez en faire. Si vous choisissez le papier avec le label Blue Angel, vous avez la garantie de choisir à la fois un papier de bonne qualité et respectueux de l'environnement. Les prix pour les papiers fabriqués à partir de nouvelles fibres et les papiers recyclés gris sont sensiblement les mêmes. Les papiers recyclés blancs sont légèrement plus chers.



Si vous choisissez tout de même un papier fabriqué à partir de nouvelles fibres de bois, choisissez de préférence un papier dont les fibres proviennent de forêts gérées de façon durable. Vous pourrez le reconnaître grâce au label FSC.

Déchets

Pour cette partie sur les déchets, vous encodez les résultats de votre action sur une semaine. Nous partirons du principe que ces actions resteront d'actualité durant toute l'année scolaire et les comptabiliserons automatiquement comme telles.

AU NIVEAU DE L'ECOLE

6.1 Produire moins de déchets au niveau de l'école

Type de déchet	Type de conteneur	Nbre de conteneurs en moins/semaine
Déchets ménagers	Sac de 35 litres	
	Sac de 60 litres	
	Conteneur de 120 litres	
	Conteneur de 240 litres	
	Conteneur de 660 litres	
	Conteneur de 1100 litres	
Déchets organiques (restes de fruits, légumes, tonte etc.)	Sac de 30 litres	
	Sac de 60 litres	
	Conteneur de 40 litres	
	Conteneur de 120 litres	
	Conteneur de 240 litres	
PMC	Sac de 60 litres	
	Conteneur de 120 litres	
		Kg en moins/semaine

Verre

Papier

Comment s'y prendre ?

- Si vous avez décidé de mettre en pratique des actions afin de réduire votre quantité de certains types déchets (voir encadré ci-dessous). Vous pourrez alors calculer quelle réduction aura été obtenue pour ces types de déchets.
- Une façon de faire est d'estimer la quantité de déchets pour une semaine qui ne sera plus produite grâce aux actions entreprises. Vous pouvez par exemple estimer combien il y aura de sacs poubelle en moins sur une semaine si l'ensemble de l'école décide d'apporter son pique-nique dans une boîte à tartines plutôt qu'emballé dans de l'aluminium. Essayez de remplir un petit sac poubelle de 35 litres avec des feuilles de brouillon chiffonnées (de la même taille que les feuilles d'aluminium) afin de vous faire une idée du nombre de feuilles qui peuvent entrer dans ce type de sac. Si 500 feuilles rentrent dans ce type de sac et que vous menez l'action avec 750 élèves, cela signifie que vous épargnez 1,5 sac par jour et 6 sacs par semaine. Vous épargnez donc au total 6 sacs de 35 litres par semaine en menant à bien cette action.

Comment produire moins de déchets ?

- en compostant : par le compostage, les épilures, les feuilles et les restes de fruits et légumes sont transformés en compost. Vous diminuerez donc votre quantité de déchets organiques en mettant en place un compost. Vous trouverez toute l'info nécessaire sur <http://environnement.wallonie.be/education/compost/commentutiliserlecompost.htm>
- En élevant des poules : les poules mangent toutes sortes de déchets organiques, ce qui allège d'autant votre poubelle !
- Utiliser une boîte à tartines à la place de feuilles d'aluminium pour diminuer vos déchets ménagers
- Utiliser une gourde à la place de bouteilles en plastiques, de berlingots ou de canettes afin de réduire le sac des PMC
- Boire l'eau du robinet : idem
- Utiliser des verres réutilisables à la place des canettes du distributeur à boissons : idem
- ...

Attention, le but n'est pas d'entamer des actions pour ne réduire qu'un des types de déchets et du coup en avoir beaucoup plus dans un autre type de poubelle !

En premier lieu il faut essayer de prévenir la production de déchets (prévention). Si cela n'est pas possible, réutiliser les produits est la meilleure option. Si la réutilisation n'est pas possible, essayez de trier aussi bien que possible afin que le recyclage soit possible.

AU NIVEAU DE LA CLASSE

6.2 Produire moins de déchets au niveau de la classe

Type de déchet

En moins/semaine

Bois

kg en moins/semaine

Métal

kg en moins/semaine

Huile de moteur

litres en moins/semaine

Matériel électronique/câbles/...

kg en moins/semaine

Déchets organiques
Peinture
Huile de friture
Solvants chimiques

	kg en moins/semaine
	litres en moins/semaine
	litres en moins/semaine
	litres en moins/semaine

Comment s'y prendre?

- Voir question 6.1.

Alimentation

Au niveau de la classe

Pour cette partie sur l'alimentation, vous devrez encoder les résultats de votre action sur une semaine. Nous partirons du principe que ces actions resteront d'actualité durant toute l'année scolaire et les comptabiliserons automatiquement comme telles.

7.1 Choisir une alternative plus écologique pour manger ou boire à la place de ce vous consommez habituellement à l'école :

Repas

	Nombre/semaine
Nombre de repas chauds végétariens à la place de repas chauds à base de viande ou de poisson	<input type="text"/>
Nombre de tartines végétariennes à la place de tartines à la viande ou au poisson	<input type="text"/>
Nombre de sandwiches végétariens à la place de sandwiches à la viande ou au poisson	<input type="text"/>

Boissons

	Litres/semaine
Nombre de litres d'eau du robinet à la place de boissons fraîches	<input type="text"/>

Collations

	Nombre/semaine
Nombre de fruits locaux et de saison à la place de fruits exotiques	<input type="text"/>
Nombre de fruits locaux et de saison à la place de snacks	<input type="text"/>

Comment s'y prendre?

- Vous avez par exemple décidé avec votre classe de faire du jeudi un jour végétarien ? Divisez alors par 4 le nombre de tartines à la viande ou au poisson par rapport à ce que vous aviez rempli lors du calcul de base (si vous ne mangez pas le mercredi à l'école). De cette façon, vous saurez combien de tartines à la viande ou au poisson sont mangées par votre classe en un jour. Vous pouvez donc encoder ce nombre dans la ligne concernant les tartines végétariennes et appliquer le même raisonnement pour les repas chauds et les sandwiches.
- Si vous décidez de remplacer les snacks et les boissons fraîches (sodas) par une alternative plus écologique, divisez alors ce que vous aviez encodé lors du calcul de base par 5 (le mercredi vous buvez et mangez aussi !) pour savoir ce que consomme en moyenne votre classe sur une journée. Vous pouvez ensuite multiplier ce montant par le nombre de jours où vous décidez de mettre cette action en pratique.
- Si tous les élèves de la classe ne désirent pas choisir d'alternative plus respectueuse de l'environnement, divisez à nouveau ce nombre par le nombre d'élèves de la classe pour connaître la

moyenne par jour et par élève. Multipliez ensuite avec le nombre d'élèves prêts à choisir l'alternative plus écologique.

- Nous allons supposer pour faire le calcul que vous continuerez à mettre en pratique les actions que vous avez choisies. Choisissez donc plutôt une ou des actions que vous vous sentez capables de maintenir à plus long terme !
- Avec un peu d'ambition et de bonne volonté de la part de tous, peut-être pourriez-vous même instaurer le jeudi végétarien dans toute l'école!

Pourquoi pas végétarien ?

Le végétarisme est un mode d'alimentation dans lequel les gens ne mangent pas de chair animale : ni viande ni poisson. Or produire de la viande requiert énormément d'eau et d'énergie : pour la préparation des aliments pour bétail, pour la transformation, pour gérer les déchets. La viande pèse donc beaucoup sur l'empreinte écologique. De plus, avec la crise alimentaire actuelle se pose également la question du fait qu'une grande proportion des céréales et de la production de soja est utilisée pour l'alimentation animale.

Manger végétarien n'est pas seulement favorable à l'environnement, c'est aussi manger moins de graisses animales et de cholestérol, plus de fibres, plus de légumes et de fruits, et donc adopter un régime alimentaire sain. Une consommation excessive de viande augmente en effet le risque de maladies cardiovasculaires, certains cancers, l'obésité et le diabète.

En ce qui concerne le poisson, selon la FAO (Food and Agriculture Organization) 75% des stocks mondiaux de poisson sont surexploités ou sur le point de l'être.

Pourquoi pas l'eau du robinet ?

Elle vient du robinet, l'eau ne doit donc ni être mise en bouteille, ni parcourir des centaines de kilomètres pour être mise en rayon en magasin, vous ne devez pas vous déplacer pour aller l'acheter, vous n'avez aucun déchet de bouteille à éliminer. Idéal pour votre empreinte !

Et vous pouvez dormir sur vos deux oreilles : l'eau du robinet est la plus contrôlée des matières alimentaires! Elle doit correspondre à des exigences très strictes : il existe des normes de qualité pour plus de 60 paramètres différents.

Pourquoi local et de saison ?

Aujourd'hui, on ne peut pas dire que nous mangeons davantage en quantité qu'il y a 30 ans. Or, les transports d'aliments ont doublé sur cette période. Cela s'explique par le fait qu'à l'heure actuelle, nous pouvons acheter des produits venant du monde entier : pommes du Cap Vert, bananes du Costa Rica, kiwis de Nouvelle-Zélande... Combien de kilomètres auront été parcourus par ces fruits avant de combler nos papilles gustatives? Or qui dit transport, dit utilisation de combustibles fossiles. C'est pourquoi le choix de produits régionaux, dits du terroir, est un plus pour l'environnement et pour votre empreinte.

Les exigences de production et de conservation de produits consommés hors saison (cultures sous serre chauffée, réfrigération, emballages...) multiplient la consommation énergétique et le niveau global d'émission de gaz à effet de serre. Il est donc mieux pour votre empreinte écologique de choisir des fruits et légumes frais et de saison.

Pour vérifier si c'est bien la saison de tel fruit ou légume, consultez le calendrier du Crioc : www.oivo-crioc.org/files/fr/3190fr.pdf .

Et les produits équitables ?

Choisir des produits locaux n'est pas toujours possible, si vous ne pouvez par exemple pas vous passer de boire du café ou de manger une banane.

Vous pouvez alors choisir des produits issus du commerce équitable. Leur choix garantit non seulement

que les producteurs sont rémunérés équitablement, mais souvent aussi que les produits répondent à de plus hautes exigences environnementales.

Vous pouvez reconnaître les produits issus du commerce équitable (entre autres) grâce à ce logo :

