

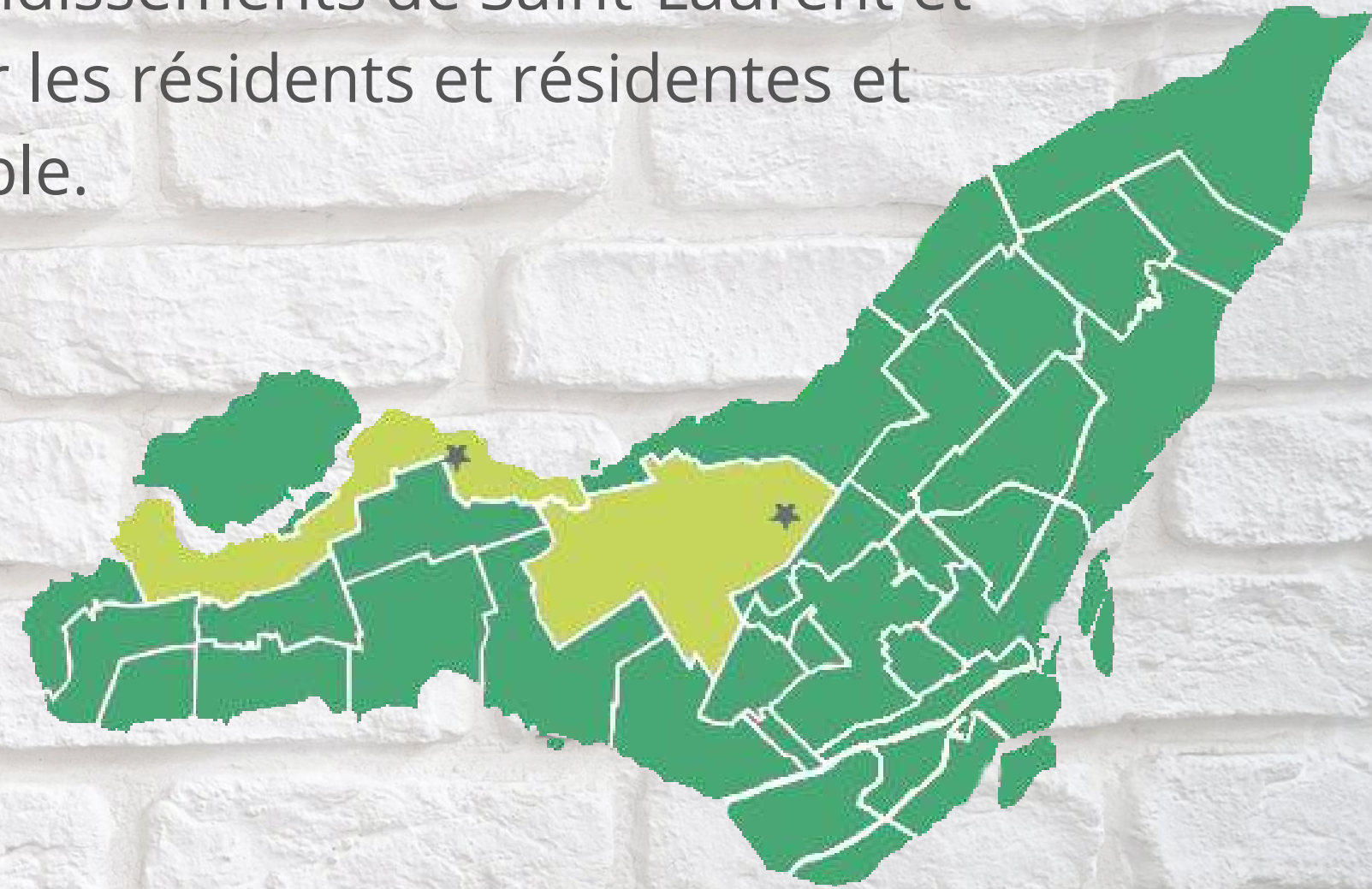


Conférences et ateliers Catalogue 2021-2022

VertCité, c'est quoi?

VertCité est un OBNL qui crée, accompagne et gère des projets en environnement dans l'île de Montréal.

Mandataires des programmes éco-quartiers des arrondissements de Saint-Laurent et Pierrefonds-Roxboro, nous sommes la ressource pour les résidents et résidentes et partenaires pour vos projets en développement durable.



Pourquoi choisir VertCité?

- Plus de 15 ans d'expériences
- Expertise varié au sien de l'équipe
- Dynamique et tournée vers l'action
- Conférences disponible en ligne ou en personne

Dans le cadre des programmes éco-quartier de Saint-Laurent et Pierrefonds Roxboro, nous offrons gratuitement la majorité de ces conférences pour les institutions de ces arrondissements. Contactez-nous pour connaître nos modalités ou nos tarifs si vous êtes à l'extérieur de ce territoire.



514-744-8333 poste 103



info@vertcite.ca

Listes des conférences et ateliers

Agriculture urbaine

Jardiner à l'intérieur p.7

Pousses et germinations p.8

Insectes au jardin p.9

Le Potager sur Balcon p.10

Potager 101 : initiation à l'agriculture urbaine
p.11

Réaliser ses semis au printemps p.12

Nourrir le sol et les plantes p.13

Lutte biologique contre les principales
maladies au potager p.14

Lutte biologique contre les ravageurs p.15

Découvrir les plantes sauvages comestibles
p.16

Bien fermer son jardin : techniques et
plantations d'automne p.17

Alimentation durable

De la racine à la fleur : transformer toutes les parties de vos
légumes p.19

Repas végétarien, comment l'intégrer à votre routine ?
p.20

Choisir une alimentation responsable, pour le bien-être de
notre planète ! p.21

Nos systèmes alimentaires à l'ère du COVID-19. p.22

Réduire le gaspillage alimentaire p.23

Biodiversité urbaine

Introduction à la biodiversité p.25

Attirer les oiseaux au jardin p.26

Jardiner pour la biodiversité p.27

Observation de la faune urbaine p.28

Les pollinisateurs urbains p.29

Découverte du Boisé du parc Marcel-Laurin p.30

Insectes et changements climatiques p.31

Listes des conférences et ateliers

Transition écologique

Entretien écologique de la maison p.33

Maison écoresponsable p.34

Temps des fêtes écoresponsable p.35

Sauver le Saint-Laurent une goutte à la fois p.36

GMR

Consommation responsable p.38

Vers une vie zéro déchet p.39

Boîte à lunch zéro déchets p.40

Tri des déchets p.41

Compostage domestique p.42

Le vermicompostage p.43



Conférences et ateliers
Agriculture urbaine

Jardiner à l'intérieur

La saison de jardinage terminée, il peut être tentant de vouloir la prolonger en cultivant des plantes comestibles à l'intérieur. Une fenêtre ensoleillée ou un petit éclairage horticole est suffisant pour débuter la culture. Cette conférence présente les différentes options possibles pour jardiner à l'intérieur.



1- 2 heures



Adultes



Pousses et germinations



Réaliser des pousses et germinations à la maison est une façon simple d'avoir des aliments frais à l'année. La technique est simple et ne demande que peu de matériel et de temps. Cette conférence présente la méthode et les différentes options de matériel pour débuter la réalisation des pousses et germinations.



1 heures



Adultes,
Adolescents

Insectes au jardin

Le jardin sert d'abri pour de nombreux insectes et arthropodes. Ceux-ci ont plusieurs rôles dans nos potagers et leur présence est donc favorable pour notre production de fruits et légumes. Cette activité présente les insectes, leurs différents rôles, les espèces favorables et celles qu'on veut éviter. Elle peut s'effectuer à l'extérieur dans un jardin ou à l'intérieur.



1 heures



Adultes,
Adolescents



Le potager sur balcon



Aimeriez-vous cultiver des herbes et légumes à l'extérieur, mais vous n'avez qu'un petit balcon?

Apprenez à créer votre jardin sur un balcon. Nous vous enseignons comment maximiser le petit espace que vous avez, en cultivant différents légumes et herbes.



1- 2 heures



Enfants,
Adultes,
Adolescents

Potager 101 : initiation à l'agriculture urbaine

Vous avez envie de vous lancer dans la création d'un potager urbain mais vous ne savez pas par où commencer?

Voici les étapes essentielles pour bien réussir votre projet et vous assurer de belles récoltes!



1 heures



Adultes



Réaliser ses semis au printemps



Quoi de plus satisfaisant que de partir de la semence pour arriver jusqu'au fruit tant désiré?

Il est tout à fait possible de réaliser ses propres semis avec peu de matériel si on respecte quelques étapes clés qui vous garantiront de beaux plants en santé pour le reste de la saison!



1 heures



Enfants,
Adultes,
Adolescents

Nourrir le sol et les plantes

Le sol est vivant et c'est lui qui nourrit vos plantes, voilà pourquoi il est si important d'en prendre soin!

Un sol vivant en bonne santé est un élément essentiel à la croissance de vos plantes et leur capacité à résister aux éléments extérieurs. Nous verrons comment le protéger et le nourrir tout au long de la saison.



1 heures



Adultes



Lutte biologique contre les principales maladies au potager



Apprenez à reconnaître les principales maladies au potager, à les prévenir et à les traiter tout en respectant l'environnement.



1 heures



Adultes

Lutte biologique contre les ravageurs

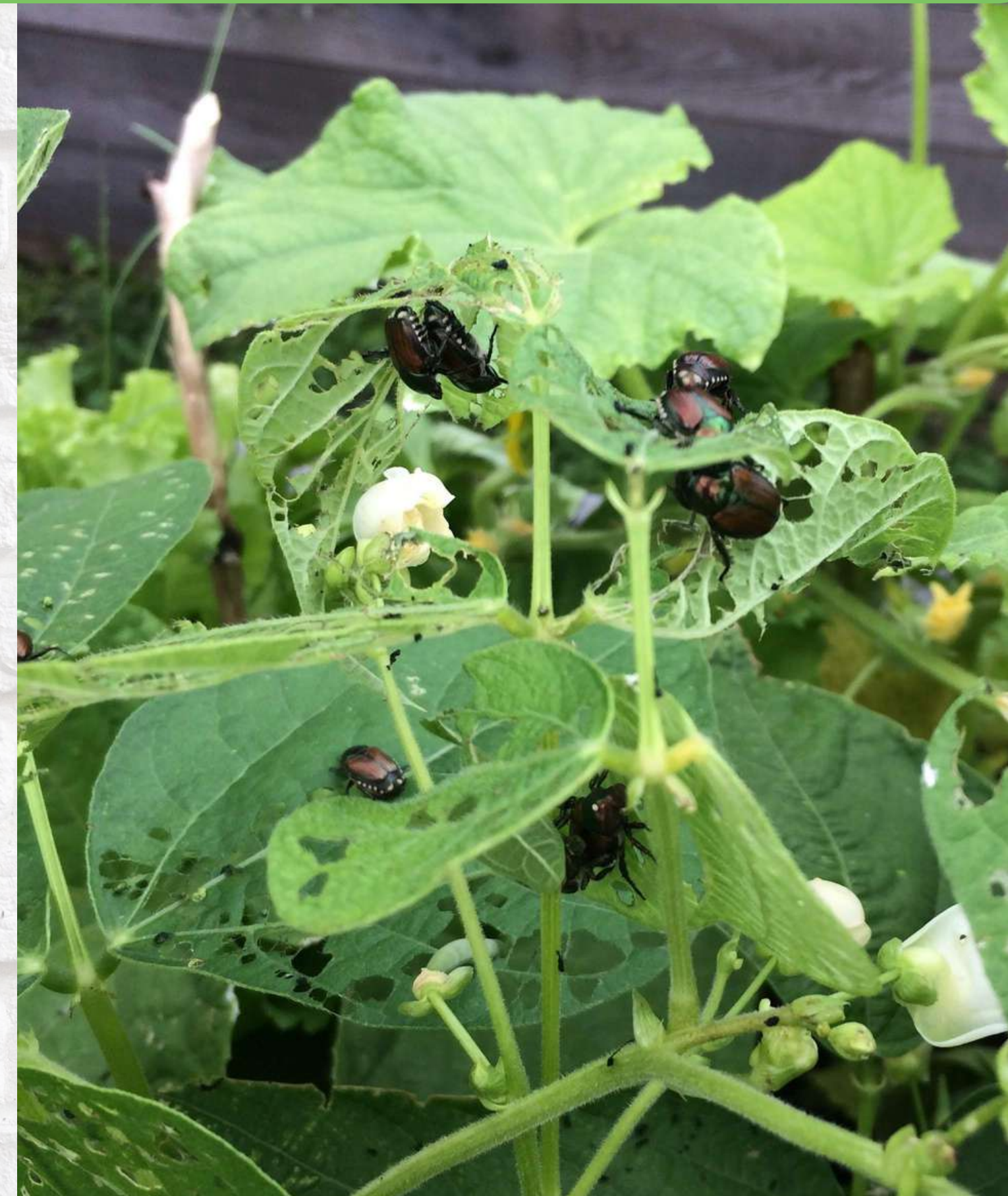
Qui sont les ravageurs au potager et comment les éloigner grâce à des remèdes naturels? C'est ce que nous verrons dans cet atelier qui vous donnera des conseils et recettes à réaliser vous-mêmes.



1 heures



Adultes



Découvrir les plantes sauvages comestibles



Dans votre cour, votre potager, un jardin public...

Chaque jour, nous passons à côté de dizaines de variétés de plantes comestibles que nous connaissons souvent visuellement sans en connaître les délicieux secrets. Vous ne regarderez plus vos "mauvaises" herbes de la même manière!



1 heures



Adultes,
Adolescents

Bien fermer son jardin : techniques et plantations d'automne

L'été tire à sa fin, mais il reste encore des tâches à effectuer au jardin! L'automne est le parfait moment pour entretenir vos vivaces, planter vos bulbes et préparer votre sol pour la saison suivante.



1 heures



Adultes





Conférences et ateliers
Alimentation durable

De la racine à la fleur: transformer toutes les parties de vos légumes

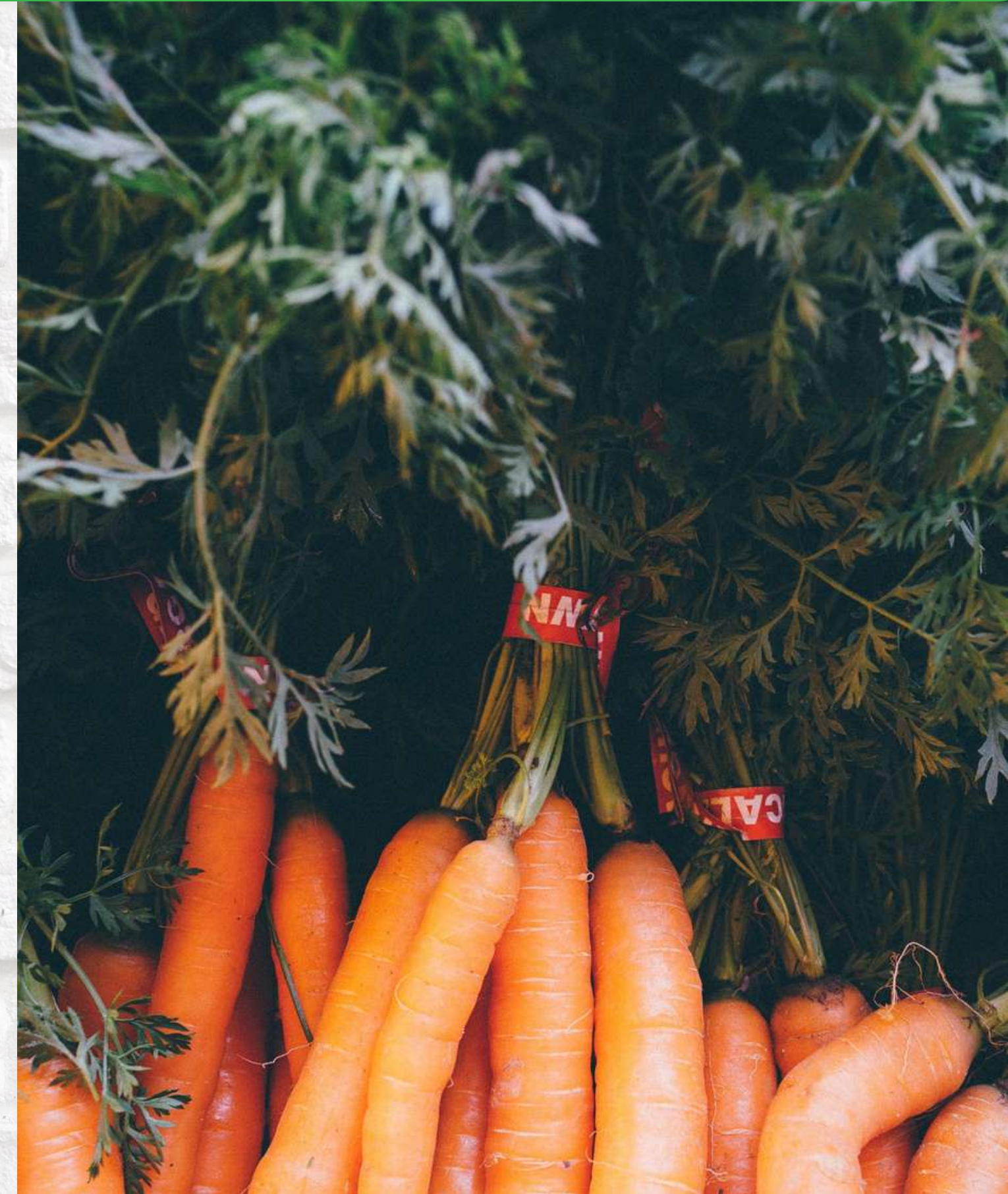
Cet atelier vise à sensibiliser les personnes inscrites au gaspillage alimentaire et à donner des outils et idées pratiques afin de transformer toutes les parties d'un fruit ou d'un légume à la maison. Plusieurs idées faciles de recettes anti-gaspillage seront au rendez-vous !



1- 2 heures



Adultes,
Adolescents



Repas végétarien, comment l'intégrer à votre routine?



Cet atelier vise à sensibiliser les personnes inscrites aux bienfaits pour leur santé et pour l'environnement d'inclure des repas végétariens à leur alimentation. Présentation des principaux ingrédients clés et de quelques recettes afin de réussir des repas végétariens délicieux à la maison !



1-2 heures



Adultes,
Adolescents

Choisir une alimentation responsable, pour le bien-être de notre planète !

Cet atelier vise à sensibiliser les personnes inscrites sur les tenants et aboutissants de la chaîne alimentaire; de la production à la consommation. On vous propose une exploration des principaux enjeux sociaux et environnementaux ainsi que quelques pistes de réflexion afin de réduire l'empreinte écologique de notre alimentation.



1- 2 heures



Adultes



Nos systèmes alimentaires à l'ère du COVID-19.



La pandémie du COVID-19 a fait ressortir les failles de notre système alimentaire actuel, tout en ouvrant la voie à sa transformation. Quelles ont été les failles de notre système alimentaire tant au niveau environnemental que social et surtout quelles sont les pistes de réflexions que nous pouvons tirer de cette pandémie mondiale ?



1-2 heures



Adultes

Réduire le gaspillage alimentaire

Du champ à notre assiette, plusieurs aliments consommables sont gaspillés. Dans nos cuisines, c'est plus de la moitié de ce qui est mis au bac brun qui aurait pu être consommé. En plus d'avoir un coût monétaire, le gaspillage alimentaire a un impact environnemental élevé. Il est donc important de faire notre part pour tenter de limiter le gaspillage dans nos cuisines. Cette activité présente des trucs et des gestes simples qui peuvent permettre de limiter le gaspillage alimentaire à la maison



1 heures



Adultes



A close-up photograph of a grey squirrel with a white belly, climbing a tree trunk. The squirrel is positioned in the upper left quadrant, facing right. Its tail is visible, extending towards the top left. The tree bark is rough and textured. In the upper right corner, there are some green leaves on a branch. The background is a blurred view of the tree's interior structure.

Conférences et ateliers Biodiversité urbaine

Introduction à la biodiversité

On entend souvent parler de la biodiversité et du fait que plusieurs espèces disparaissent. Mais qu'est-ce que la biodiversité et comment pouvons-nous participer à sa conservation? Lors de cette conférence, les personnes inscrites en apprendront davantage sur la biodiversité, les enjeux la touchant et sur les gestes qu'il est possible de poser pour la protéger.



1 heure



Adultes,
Adolescents,
Enfants



Attirer les oiseaux au jardin



Plusieurs espèces d'oiseaux sont présentes en ville et il est possible de les attirer dans votre jardin pour les observer et profiter de leur présence.

Cette activité permettra aux personnes inscrites d'en apprendre plus sur les oiseaux et comment aménager un jardin qu'ils viendront fréquenter.



1 heure



Adultes

Jardiner pour la biodiversité

Plusieurs espèces animales ont trouvé une place en ville et il est possible de leur donner un coup de pouce en aménageant un petit coin jardin où elles trouveront un abri et des sources de nourriture. Quelques bacs ou boîtes à fleurs peuvent vous permettre d'aménager un jardin pour la biodiversité.

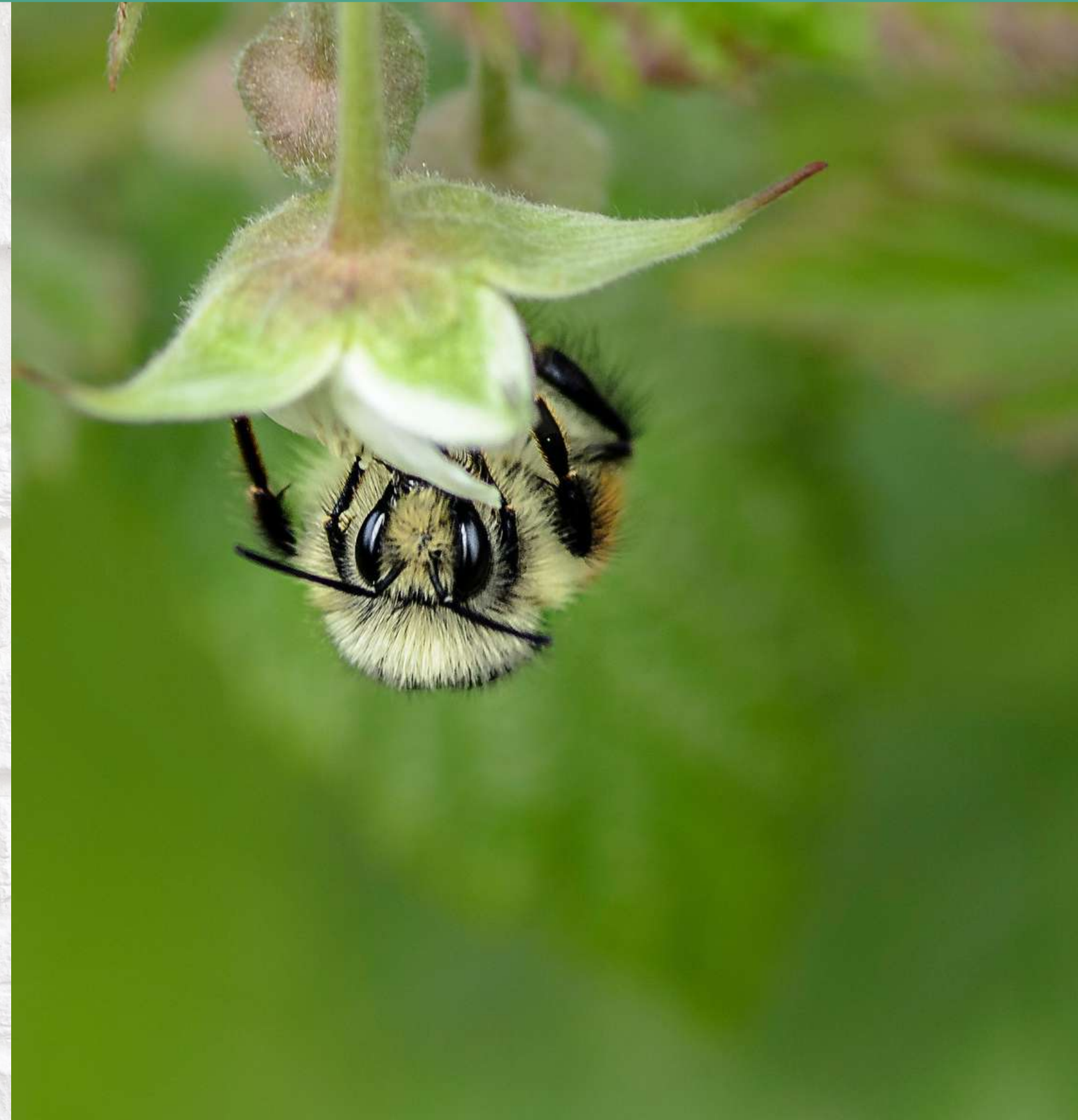
Cette activité permettra aux personnes inscrites d'en apprendre davantage sur la biodiversité urbaine, le choix des végétaux et l'entretien écologique du jardin.



1 heure



Adulte



Observation de la faune urbaine



Plusieurs espèces animales sont présentes en ville et il n'est pas nécessaire d'aller loin pour les observer.

Cette activité permettra aux personnes inscrites d'en apprendre davantage sur les techniques d'observation de la faune et certaines des espèces présentes en ville.



1 heure



Adultes,
Adolescents,
Enfants

Les pollinisateurs urbains

La pollinisation permet la reproduction de plusieurs plantes et la production de fruits et légumes. Pendant cette activité, les personnes inscrites pourront découvrir certains pollinisateurs et apprendront comment il est possible de leur donner un coup de pouce pour favoriser leur présence en ville et des astuces d'observations.



1 heure



Adultes,
Adolescents,
Enfants



Découverte du boisé du parc Marcel-Laurin



Le Boisé du parc Marcel-Laurin est un espace vert situé à Saint-Laurent et où on retrouve plusieurs espèces animales et végétales. Renards, lapins, cardinaux et plusieurs espèces d'abeilles sauvages peuvent y être observés pendant la saison estivale. Lors d'une sortie dans le boisé, les personnes inscrites pourront en apprendre davantage sur les espèces présentes et les façons de les observer.



1 heure



Familiales



Présentiel (max de 15 personnes)

Insectes et changements climatiques

Les changements climatiques affectent les humains, mais aussi les autres habitants de la planète dont les insectes. En effet, les modifications du climat ont un impact sur leur croissance, leur distribution géographique et sur les relations qu'ils ont avec les végétaux.



1 heure



Adultes,
Adolescents





Conférences et ateliers
Transition écologique

Entretien écologique de la maison



Il est possible de faire l'entretien de la maison en utilisant des produits écologiques fait maison. Pendant cette activité, les personnes inscrites verront comment les produits ménagers se retrouvent dans l'environnement, les effets qu'ils ont sur les organismes vivants et les options pour faire un entretien écologique de la maison.



1 heure



Adultes,
Adolescents,
Enfants

Maison écoresponsable



Transformer progressivement sa maison afin de réduire son empreinte écologique ? C'est possible avec quelques petits gestes concrets. Cette conférence présente différentes actions qui peuvent être posées à la maison afin de réduire notre impact sur l'environnement. Énergie, eau, chauffage, produits nettoyants, gestion des matières résiduelles, sont tous des domaines où il est possible de repenser nos habitudes quotidiennes.



1-2 heures



Adultes

Temps des fêtes écoresponsable

Le temps des fêtes est une période de l'année dont l'empreinte écologique peut être élevée. Plusieurs gestes peuvent permettre de diminuer l'impact environnemental des festivités. Lors de cette activité, les personnes inscrites verront des trucs et des gestes simples permettant d'avoir un temps des fêtes plus écoresponsable.



1 heure



Adultes



Sauver le Saint-Laurent une goutte à la fois



Le fleuve Saint-Laurent et les organismes qui y résident sont exposés à plusieurs produits qui se retrouvent dans nos eaux usées. Certains gestes peuvent nous aider à réduire notre consommation d'eau et à limiter les produits que nous rejetons dans l'environnement. Les personnes inscrites verront les principaux enjeux en lien avec la pollution aquatique et les gestes qu'il est possible de poser pour protéger le fleuve Saint-Laurent.



1 heures



Adulte,
Adolescents



Conférences et ateliers
Gestion des matières résiduelles

Consommation responsable

Sur tous nos écrans et à tous les coins de rue, une nouvelle publicité veut nous faire croire que votre bonheur passera par un nouvel achat. Êtes-vous à l'abri ? Tentez-vous d'acheter votre bonheur ? Afin de faire le tour de la question, cette conférence visite le cycle de vie des objets et sa relation avec son consommateur.



1-2 heures



Adultes,
Adolescents



Vers une vie zéro déchet



Nombreux sont ceux et celles qui souhaitent réduire l'impact de leur consommation, et le mouvement "zéro déchet" prend considérablement de l'ampleur. L'objectif est d'adopter un mode de vie qui laisse le minimum de déchets derrière nous. Cette conférence apportera des conseils afin de tendre vers un mode de vie zéro déchet, tout en respectant ses limites personnelles et son contexte de vie.



1-2 heures



Adultes

Boîte à lunch zéro déchets

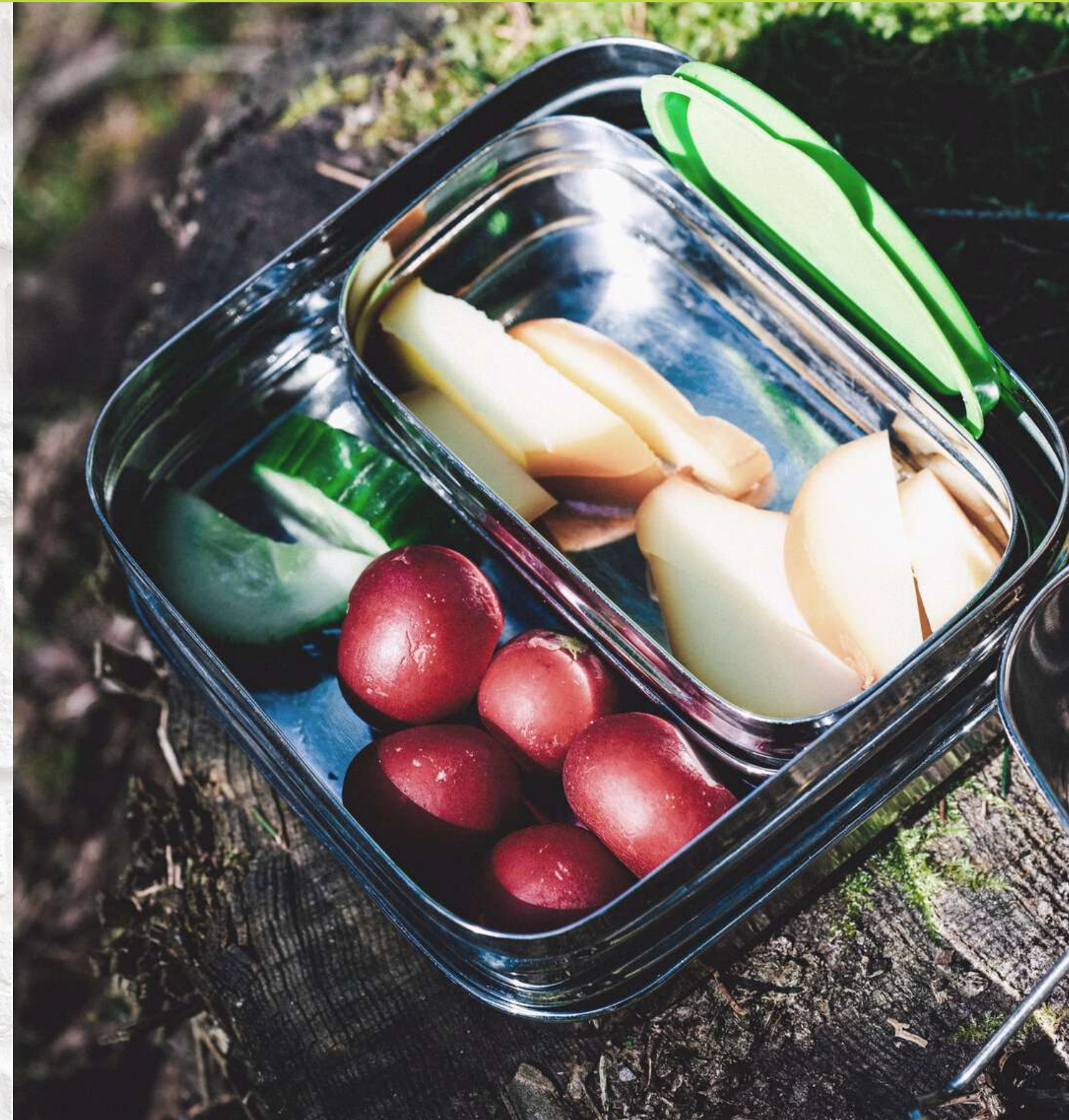
Les boîtes à lunch contiennent de nombreux produits emballés individuellement et dont les emballages finissent à la poubelle. Il existe des alternatives à ces produits qui ne nécessitent pas plus de temps et qui sont parfois plus économiques. Pendant cette activité, les personnes inscrites en apprendront davantage sur les impacts environnementaux des déchets produits par nos boîtes à lunch et sur les options écologiques offertes pour diminuer l'impact environnemental de nos repas.



1 heures



Adultes,
Adolescents,
Enfants



Tri des déchets



Il est parfois difficile de savoir quoi faire avec certains déchets. Matières mélangées, résidus domestiques dangereux, plastique numéro 6; chaque déchet doit être mis au bon endroit pour permettre son recyclage ou éviter qu'il ne se retrouve dans l'environnement. Cette activité permet aux personnes inscrites d'apprendre l'importance de bien trier ses déchets et de revoir les consignes en lien avec les différentes collectes offertes à Saint-Laurent ou Pierrefonds-Roxborro.



1 heures



Adultes,
Adolescents,
Enfants

Compostage domestique

Ce tutoriel est destiné aux citoyens qui veulent faire leur propre compostage dans leur cour ou aux élèves qui veulent commencer à composter dans leur cour d'école. Nous offrons une présentation éducationnelle sur le compostage domestique et pouvons également offrir une démonstration pour les écoles.



1 heures



Adultes,
Adolescents,
Enfants



Le vermicompostage



Découvrez l'importance du compostage et le rôle que jouent les vers dans la décomposition des déchets organiques. Les étudiants apprendront d'une présentation théorique informative, suivie d'une expérience pratique et des démonstrations de notre équipe.



1 heures



Adultes,
Adolescents,
Enfants

Vous ne trouvez pas ce que vous cherchez?

Contactez-nous pour discuter des possibilités de conférences
ou ateliers qui répondront à vos besoins.



514-744-8333 poste 103



info@vertcite.ca



Pour aller plus loin

Notre service d'accompagnement offre un support à la réalisation de projets environnementaux en milieu scolaire et institutionnel. Nous serons présents à toutes les étapes du projet pour vous orienter et ce gratuitement.

Que vous ayez déjà une idée claire du projet ou que soyez en phase de réflexion, n'hésitez pas à nous contacter.



514-744-8333 poste 103



info@vertcite.ca

