



**TROUSSE DE PLANIFICATION  
DE LA JOURNÉE DE L'AIR PUR**





## QU'EST-CE QUE LA JOURNÉE DE L'AIR PUR?

Chaque année, le premier mercredi du mois de juin, des activités de la **Journée de l'air pur** auront lieu dans les collectivités de tout le pays afin de reconnaître les efforts de chacun pour promouvoir l'air pur!

Tout le monde est encouragé à participer - individus, familles, groupes communautaires, organisations, écoles et lieux de travail - afin de démontrer leur engagement à améliorer l'air que nous partageons tous. Même les événements organisés en dehors du calendrier spécifique peuvent être liés à la Journée de l'air pur. Nous devrions tous travailler à la protection de l'air que nous respirons tout au long de l'année!

Des activités et des événements auront lieu dans de nombreuses collectivités, écoles et lieux de travail partout au Canada lors de la **Journée de l'air pur**. Consultez le site [Web de la Journée de l'air pur](#) pour inscrire votre activité et voir ce qui se passe près de chez vous.

## EFFETS SUR LA SANTÉ ET L'ENVIRONNEMENT

Selon l'Organisation mondiale de la santé (OMS), la pollution de l'air représente le premier risque environnemental en importance pour la santé humaine dans le monde et peut gravement perturber l'environnement. **Même à de faibles concentrations**, la pollution atmosphérique est clairement associée à une augmentation du nombre de troubles cardiaques et respiratoires, à une augmentation du nombre d'hospitalisations et de visites à l'urgence ainsi qu'à des décès prématurés. [Santé Canada](#) estime que la pollution atmosphérique contribue à environ 15 300 décès au Canada chaque année, ainsi qu'à de nombreux impacts non mortels, avec un coût économique total de 120 milliards de dollars par an.

Une meilleure qualité de l'air réduit le nombre de crises cardiaques et de visites à l'hôpital, prévient des dizaines de milliers de crises d'asthme chez les enfants et prévient la perte de millions de journées de travail et d'école au Canada seulement. Elle peut aussi réduire les dommages causés aux cultures, forêts, eaux de surface et infrastructures (p. ex. immeubles et ponts) et peut contribuer à atténuer l'impact des changements climatiques, puisque certains polluants atmosphériques sont aussi des gaz à effet de serre ou contribuent à la formation de gaz à effet de serre.

[Pour en savoir plus : effets sur la santé et l'environnement](#)





# CHOISISSEZ VOTRE PROPRE AVENTURE :

## *Idées pour votre activité ou votre événement*

Si vous souhaitez planifier quelque chose pour la **Journée de l'air pur**, mais que vous avez besoin d'aide pour savoir par où commencer, nous avons ce qu'il vous faut.

- **Réfléchissez à la façon dont vous pouvez élaborer des activités qui favorisent le contact avec la nature et l'air que nous partageons tous.**
- **Demandez-vous si votre activité encourage les individus à :**
  - Reconnaître, utiliser et partager leurs compétences et leurs forces.
  - Se sentir connectés à leurs pairs, leur lieu de travail, leur école, leur communauté ou leur groupe.
- **Et n'oubliez pas de partager votre activité en vous inscrivant auprès de [l'Équipe de la Journée de l'air pur](#) afin que tout le monde soit au courant de toutes les choses extraordinaires qui se passent dans notre pays!**

**VOICI QUELQUES SUGGESTIONS POUR VOUS AIDER À TROUVER VOS PROPRES IDÉES POUR LA JOURNÉE DE L'AIR PUR :**



Bien que les écoles soient encouragées à planifier des événements spécifiquement pour la Journée de l'air pur, la journée vise également à célébrer ce qui se passe déjà dans votre école. Envisagez de mettre davantage l'accent sur les résultats du programme d'études qui s'appliquent à la compréhension de la science du climat et de ses répercussions sur la santé. Pour aider les élèves à bien saisir l'importance de la protection de l'air et à comprendre pourquoi tout le monde doit aider à protéger l'air, nous avons créé des activités **GRATUITES pour la Journée de l'air pur**.

Pour vous aider à démarrer, voici quelques idées d'activités pour la **Journée de l'air pur** dans votre école :

### • **Planifiez un Trottibus pour la Journée de l'air pur.**

Faites du Trottibus une partie de votre Journée de l'air pur. Organisez un comité de planification, comprenant des étudiants, des parents, des enseignants, des voisins de l'école ou des partenaires communautaires. Faites participer les étudiants à la planification. Invitez les partenaires communautaires et les voisins de l'école à participer ou à encourager les étudiants pendant les événements. Pour en savoir plus sur la manière de faire en sorte que votre école

## **LA JOURNÉE DE L'AIR PUR DANS LES ÉCOLES**



ait son propre Trottibus, rendez-vous sur notre [page de ressources éducatives](#).

Et n'oubliez pas d'inscrire votre activité auprès de [l'Équipe de la Journée de l'air pur](#), même si votre événement n'est pas ouvert au public. Cela contribuera à inspirer d'autres personnes et à mettre en valeur le travail formidable accompli dans les écoles pour promouvoir la **Journée de l'air pur**.



## LA JOURNÉE DE L'AIR PUR EN MILIEU DE TRAVAIL



Voici quelques suggestions pour célébrer la Journée de l'air pur dans votre milieu de travail :

### • **Concours de photos de la Journée de l'air pur.**

Les employés prennent des photos d'activités physiques, d'activités de ressourcement mental en pleine nature ou de la façon dont ils vivent sans tabac.

Mettez en place un comité de planification composé d'employés pour créer les catégories, et assurez-vous que tous les employés ont la possibilité d'être juge. Incluez des catégories de photos telles que l'individu, les collègues de travail, la famille et les amis! Les trois meilleures photos de chaque catégorie sont affichées et les gagnants pourraient recevoir une reconnaissance de la part de l'employeur. Partagez vos photos gagnantes sur les médias sociaux avec nos mots-clés **#AirPurPartout** et **#JournéeDeLAirPur**.

### Autres idées:

- Organisez une marche à l'heure du midi ou un défi amical de marche entre groupes de travail.
- Encouragez les employés à participer à une journée sans tabac ni vapotage sur le lieu de travail ou sur le terrain.

Et n'oubliez pas d'inscrire votre activité auprès de [\*\*l'Équipe de la Journée de l'air pur\*\*](#), même si votre événement n'est pas ouvert au public. Cela aidera à inspirer d'autres lieux de travail dans tout le pays et à montrer aux gens de votre communauté ce que votre lieu de travail fait pour protéger l'air que nous partageons.



Parmi les sources courantes de pollution de l'air intérieur, on peut citer la fumée de cigarette et les vapes, les moisissures, les nettoyeurs et produits chimiques ménagers, les produits parfumés, le radon, la fumée de bois et la fumée des feux de forêt.

De petits changements à la maison peuvent faire une grande différence, en favorisant des environnements intérieurs plus sains et en contribuant à l'objectif global de la Journée de l'air pur. Bien que nos maisons ne sont pas imperméables aux effets d'une mauvaise qualité de l'air, il existe de nombreuses mesures que vous pouvez prendre pour promouvoir un air plus sain à la maison.

### • **Des habitudes saines pour des maisons saines**

Il est possible de substituer à la plupart des produits ménagers chimiques des ingrédients communs non toxique et de qualité alimentaire qui sont tout aussi efficaces que les produits de marque, permettant ainsi d'économiser de l'argent ! [\*\*Consultez le site Web du programme des habitudes saines pour des maisons saines\*\*](#) pour accéder à des ressources sur les moyens de réduire l'exposition chimique dans votre maison.

## LA JOURNÉE DE L'AIR PUR DANS VOTRE MAISON



Les filtres à ventilateur en boîte DIY sont une solution abordable à court terme pour créer une salle d'air pur dans votre maison pendant les événements affectant la qualité de l'air tels que les feux de forêt. Utilisés de manière appropriée, les ventilateurs aspirent l'air à travers des filtres fixés à leurs côtés et expulsent de l'air pur, pour un coût minime par rapport à de nombreuses autres méthodes de filtrage de l'air. [\*\*Voir notre vidéo-guide\*\*](#) de bricolage et [\*\*découvrez ici\*\*](#) les matériaux dont vous aurez besoin pour fabriquer votre propre filtre à ventilateur.

### • **Qualité de l'air intérieur**

Santé Canada crée des outils afin de vous aider à comprendre les risques pour la santé de la pollution de l'air intérieur et les mesures que vous pouvez prendre pour réduire ces risques. [\*\*En savoir plus sur la qualité de l'air intérieur.\*\*](#)



## LA JOURNÉE DE L'AIR PUR DANS VOTRE COMMUNAUTÉ



Lorsque vous planifiez des activités communautaires, pensez à des moyens d'atteindre des groupes et des personnes qui ne participent pas habituellement à ce genre d'événements. Incluez les jeunes et les personnes handicapées. Invitez des groupes et des organismes qui offrent d'importants services de soutien, comme des organismes de lutte contre la pauvreté, des banques alimentaires et des organismes de personnes âgées. Pensez aux personnes qui peuvent se sentir isolées ou qui sont nouvelles dans votre communauté.

Organisez un événement communautaire intitulé « En autant que vous bougez », qui met l'accent sur le mouvement et l'exploration de la nature par tous les moyens possibles. Prévoyez des jeux et des activités pour tous les âges. Organisez une promenade dans la nature pour donner aux gens l'occasion d'apprendre à connaître la faune et la flore locales qui se trouvent dans leur propre jardin.



### • Journée porte ouverte

Organisez une journée porte ouverte pour offrir au public la possibilité d'essayer un nouveau sport ou une nouvelle activité gratuitement ou à prix réduit. Pensez à contacter le service des loisirs de votre municipalité pour un partenariat.

Et n'oubliez pas d'inscrire votre activité auprès de [l'Équipe de la Journée de l'air pur](#) afin que davantage de personnes de votre collectivité assistent à votre événement et que tout le monde soit au courant de ce que votre groupe fait pour promouvoir la **Journée de l'air pur**.

## PROMOTION

Votre activité n'a pas besoin d'être très médiatisée ou même de grande envergure pour faire partie de la Journée de l'air pur! Un événement de quartier qui célèbre l'air que nous respirons est tout aussi valable! Tous les Canadiens et Canadiennes sont encouragés à organiser des activités et des événements pour célébrer et aider à promouvoir la protection de l'air pur partout. Tous ceux qui participent devraient se sentir connectés à quelque chose de grand, de puissant, qui se passe partout au Canada.

Bien que certaines organisations, écoles, communautés et entreprises planifient une activité spécifiquement pour la Journée de l'air pur, la journée vise également à célébrer ce qui se passe déjà dans tout le pays. Par exemple, un groupe de marche habituel du jeudi midi peut célébrer sa participation à la Journée de l'air pur en inscrivant son activité auprès de [l'Équipe de la Journée de l'air pur](#).

Nous vous invitons à faire le suivi de la participation afin d'évaluer votre événement. Nous vous encourageons à partager votre succès et vos chiffres de participation en utilisant les mots-clés **#AirPurPartout** ou en envoyant un courriel à [l'Équipe de la Journée de l'air pur](#).

## DIFFUSEZ L'INFORMATION SUR VOTRE ÉVÉNEMENT DE LA JOURNÉE DE L'AIR PUR!

Nous avons préparé des affiches modifiables pour vous aider à promouvoir votre activité auprès de votre collectivité.

Pour faciliter la planification de votre événement de la Journée de l'air pur, nous avons créé des affiches « Réservez la date » pour vous aider à promouvoir votre activité! [Cliquez ici pour télécharger votre modèle d'affiche dès aujourd'hui.](#)



## ADAPTEZ-LES À VOS BESOINS

Les affiches étant basées sur Word, elles sont faciles à personnaliser et à imprimer. Cela signifie également que vous pouvez utiliser le modèle à d'autres fins que la réservation de la date. L'arrière-plan est verrouillé et ne peut pas être modifié, mais vous pouvez remplir le reste avec tous les détails amusants de votre événement. Une fois que vous avez téléchargé le modèle d'invitation à réserver la date pour votre événement, vous êtes prêt à commencer :

L'affiche comprend des zones de texte. Cliquez sur chaque zone pour la sélectionner et modifier le texte pour ajouter des informations sur votre événement. Supprimez/ajoutez des zones si nécessaire. Vous pouvez les sauvegarder en format jpeg pour les utiliser sur toutes vos plateformes de médias sociaux. N'oubliez pas d'utiliser les mots-clés **#AirPurPartout** et **#JournéeDeLAirPur** dans tous vos messages.

**Vous avez imprimé votre affiche, et maintenant?** Placez vos affiches dans les lieux d'affichage publics comme les tableaux d'affichage du centre commercial local, les patinoires, les écoles locales, la bibliothèque, etc. Faites passer le mot pour que le plus grand nombre possible de personnes les voient et participent!

## APRÈS L'ÉVÉNEMENT

Publiez des messages de remerciement, des statistiques, des informations, etc. pour entretenir les relations avec la communauté et créer un dialogue continu.

Faites savoir à [l'Équipe de la Journée de l'air pur](#) comment tout s'est déroulé et partagez votre succès! Vous n'êtes pas obligé de prendre les présences à votre événement, mais si vous avez fait un décompte pour avoir une bonne idée du nombre de personnes présentes, partagez-le! De cette façon, nous pourrions relier tous les événements et savoir combien de personnes ont participé à la Journée de l'air pur d'un océan à l'autre! Si vous avez besoin de plus de soutien pour planifier une activité dans le cadre de la **Journée de l'air pur**, communiquez avec [l'Équipe de la Journée de l'air pur](#).

## CALENDRIER

Découvrez comment participer à un événement de la Journée de l'Air Pur en consultant notre [calendrier de la Journée de l'Air Pur](#) pour trouver un événement près de chez vous !

Nous mettrons régulièrement à jour le calendrier, alors revenez régulièrement pour voir qui prévoit un événement près de chez vous !



Financial contribution from  
Avec le financement de

Health Canada Santé Canada