



Fondation
de la **cité de l'énergie**

CAMPAGNE PARTICIPATIVE

Deuxième édition, 2026

 conomie
et Innovation

Québec 

 **Hydro
Québec**


La **cité**
de l'** nergie**

Contenu

3 Tous les jours, jour de la Terre !

4 La campagne

5 Bilan de l'édition 2025

6 Participer

7 Prix à gagner

Prix individuels
Prix de classe
Prix de participation

10 Règlements

11 Récolte de Points Planète

Points individuels
Points de classe

14 Activités et ressources éducatives



Découvrez **Alix et Édison**, les aventuriers du livre jeunesse

Alix et Édison à la rescousse des renards !

Tous les jours, jour de la Terre !

Chaque année, le 22 avril, le Jour de la Terre est célébré un peu partout dans le monde. À cette date précise, nous rendons hommage à notre belle planète en soulignant l'importance d'en prendre soin. Cet événement participatif et de sensibilisation est grandement pertinent et nécessaire, alors que notre monde est confronté à des enjeux environnementaux importants et en constante évolution. Cependant, la Terre a besoin qu'on prenne soin d'elle à chaque jour de l'année ! L'écologiste Denis Hayes, co-créateur du Jour de la Terre aux États-Unis en 1970, croit que les individus sont susceptibles de s'engager et poser des gestes uniquement s'ils réalisent comment la pollution ou les changements climatiques les touchent directement eux et leur famille. La Fondation de la Cité de l'énergie croit que cette prise de conscience passe par l'éducation et l'action, en participant à des activités accessibles et concrètes, engagées dans le changement. Protéger la planète, c'est l'affaire de tous, et cela passe par une multitude de petits gestes posés au quotidien. C'est pourquoi nous lançons aujourd'hui une campagne de sensibilisation participative avec les écoles préscolaires et primaires du Québec. Avec vos élèves et leurs familles, entrez dans le mouvement et contribuez à faire de chaque jour le jour de la Terre !



La **Fondation de la Cité de l'énergie** a pour mission d'amener les jeunes à découvrir les sciences et les technologies à l'œuvre dans les domaines de l'énergie et des industries et à comprendre leurs enjeux passés, actuels et futurs ainsi que leurs impacts sur l'environnement et la société.

La Fondation croit fermement que l'éducation aux sciences et aux technologies outille les jeunes d'aujourd'hui pour bâtir un futur meilleur pour tous.

La campagne Tous les jours la Terre



Nous invitons toutes les classes et les élèves du préscolaire et du primaire du Québec à prendre part à la première édition de la campagne Tous les jours la Terre, du 6 au 19 avril 2026.

DATES À RETENIR :

Lancement des inscriptions : **17 mars 2026**

Inscription en ligne des classes participantes : **Jusqu'au 2 avril 2026**

Déroulement de la campagne participative : **Du 6 au 19 avril 2026**

Date limite pour transmettre la fiche de points de la classe complétée : **28 avril 2026**

Dévoilement des Champion(ne)s de la campagne 2026 : **11 mai 2026**

Site web de la campagne : www.citedelenergie.com/activites/touslesjourslaterre

Fonctionnement et prix à gagner

Pour inscrire leur groupe-classe, les enseignant(e)s ou représentant(e)s doivent d'abord compléter le formulaire d'inscription sur la page web de la campagne : www.citedelenergie.com/activites/touslesjourslaterre et prendre connaissance des différentes modalités de la campagne détaillées dans le présent cahier.

Pendant la campagne participative, du 6 au 19 avril 2026, les élèves individuellement (avec la contribution des membres de leur famille) ainsi que les classes **amasseront des Points Planète** en réalisant **différentes actions simples, bénéfiques pour l'environnement**. La liste des actions proposées est disponible dans la section **Récolte de Points Planète**.

Au terme de la période de récolte de points, les représentant(e)s des groupes devront compléter la fiche de classe, qu'ils auront reçue lors de leur inscription, avec les scores de la classe (individuels et de groupe), puis la transmettre par courriel **au plus tard le 28 avril 2026**. Par la suite, les grands Champion(ne)s de la campagne seront dévoilés et ils se mériteront différents prix, individuels, de classe et d'école. Plusieurs prix de participation seront aussi remis.

La campagne Tous les jours la Terre

Bilan de l'édition 2025

Nous souhaitons féliciter tous les participant(e)s de la première édition de la campagne Tous les jours la Terre !

Voici le bilan de la campagne 2025 en chiffres :

- **88 classes participantes (de partout au Québec)**
- **17 088 Points Planète récoltés = 17 088 gestes concrets pour la planète !**

Inscrivez-vous cette année et contribuez à la poursuite de ces efforts !



Participer

Voici les étapes et les modalités de participation à l'édition 2025 de la campagne Tous les jours la Terre :



ÉTAPE 1

Inscrivez votre groupe

Du 17 mars au 2 avril

Rendez vous à l'adresse suivante pour compléter le formulaire d'inscription en ligne: www.citedelenergie.com/activites/touslesjourslaterre. Dans les 2 à 5 jours suivant votre inscription, vous recevrez votre « Fiche de classe » par courriel. (Pensez à vérifier régulièrement vos courriers indésirables.)

ÉTAPE 2

Amassez des Points Planète !

Du 6 au 19 avril

Imprimez et remettez le cahier de participation à chaque élève de votre classe. Expliquez-leur le fonctionnement de la récolte des points. Et c'est parti ! Il est maintenant le temps de poser des gestes pour la planète, en famille et en classe !

ÉTAPE 3

Réalisez des activités éducatives en classe

Entre le 6 et le 9 avril

Nous vous invitons à réaliser différentes actions en classe, dont les activités éducatives proposées à la page 14 ainsi que sur le site de la campagne au : www.citedelenergie.com/activites/touslesjourslaterre-ressources.

Ces activités font découvrir aux élèves les impacts de certains gestes et l'importance de réaliser des actions bénéfiques pour l'environnement au quotidien. *À noter que la réalisation de ces activités avec vos élèves permet d'accumuler des Points Planète pour la classe.

ÉTAPE 4

Comptabilisez et inscrivez les points

Entre le 9 et le 28 avril

À la fin de la campagne, faites le décompte des points réalisés par chacun de vos élèves ainsi que le total des points de classe. Rendez-vous sur votre formulaire en ligne, à l'aide du lien qui vous aura été transmis par courriel suite à votre inscription. Inscrivez les pointages par élève et le total de la classe aux endroits appropriés, puis enregistrez votre formulaire.

Prix à gagner

PRIX INDIVIDUELS (ÉLÈVE)

1^{er} prix



Tiré parmi les élèves ayant récolté 100 Points Planète ou plus :
Un voyage à la découverte d'un complexe hydroélectrique fascinant :

- Un voyage en famille (pour 2 adultes et 2 enfants) à la Baie James, incluant le transport aérien, l'hébergement et la restauration, offert par Hydro-Québec.

2^e prix



Tiré parmi les élèves ayant récolté 75 Points Planète ou plus
Une escapade de deux jours à Shawinigan, en Mauricie, comprenant :

- Une visite en famille (2 adultes et 2 enfants) à la Cité de l'énergie, incluant le dîner sur place ;
- Un forfait familial (2 adultes et 2 enfants) pour assister au spectacle nocturne *ilia* présenté à la Cité de l'énergie ;
- Le souper ainsi que l'hébergement à l'hôtel pour une nuit (incluant le petit déjeuner) ;
- Un forfait familial pour visiter le Ranch Dupont.

3^e prix



Tiré parmi les élèves ayant récolté 50 Points Planète ou plus

- Une visite en famille (2 adultes et 2 enfants) à la Cité de l'énergie ;
- Un forfait familial pour l'activité Aqua radical au Parc de l'île Melville de Shawinigan
- Un ensemble cadeau de la Cité de l'énergie comprenant le livre jeunesse *Alix et Edison à la rescousse des renards*.

Prix à gagner

PRIX DE CLASSE

1^{er} prix



Tirage parmi les groupe-classes ayant récolté 1000 Points Planète ou plus



- Des activités de découverte scientifique animées pour votre classe, en ligne ou directement dans votre école, par l'équipe du Labo Mobile de la Cité de l'énergie.
- Un carnet de découverte scientifique à remettre à chaque élève du groupe.

2^e prix



Tirage parmi les groupe-classes ayant récolté 750 Points Planète ou plus



- Des activités de découverte scientifique animées pour votre classe, en ligne ou directement dans votre école, par l'équipe du Labo Mobile de la Cité de l'énergie.

3^e prix



Tirage parmi les groupe-classes ayant récolté 500 Points Planète ou plus



- La trousse pédagogique *Voyage au coeur de l'énergie* comprenant une quarantaine d'activités éducatives ;
- Un carnet de découverte scientifique à remettre à chaque élève du groupe.

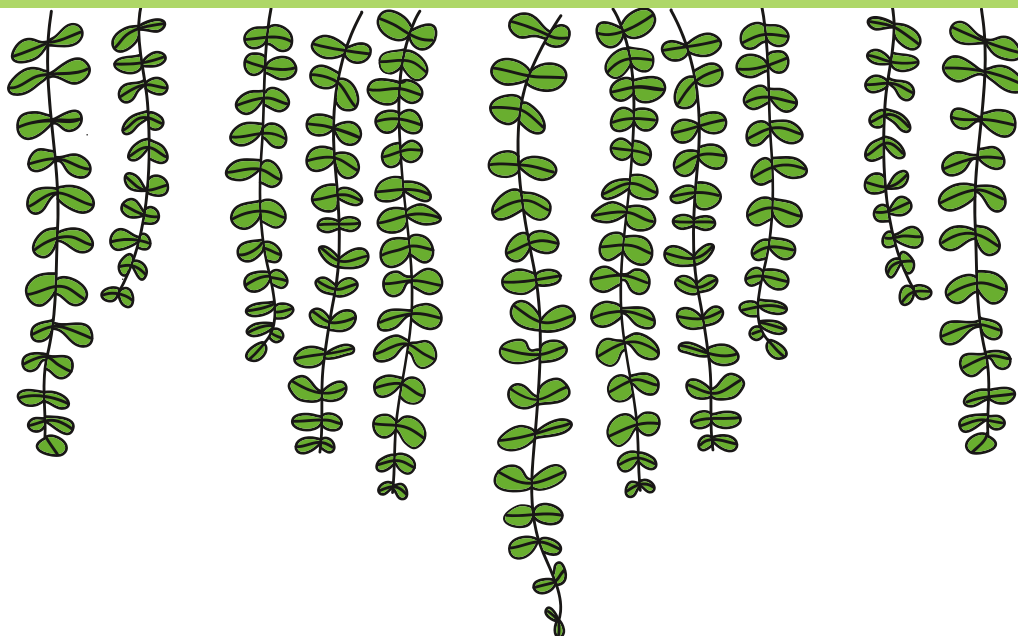
Prix à gagner

PRIX DE PARTICIPATION



Plusieurs prix seront tirés au sort parmi les élèves, les classes et les écoles qui auront pris part à la campagne, notamment :

- Des laissez-passer pour visiter la Cité de l'énergie ;
- Des livres sur le thème des sciences et de l'environnement ;
- Des trousseaux pour réaliser des expériences scientifiques à la maison ;
- Des exemplaires de l'album jeunesse *Alix et Edison à la rescousse des renards !* ;
- Des articles pour adopter un mode de vie zéro déchet ;
- Et plus encore !



Règlements



La **Fondation de la Cité de l'énergie**, en partenariat avec **Hydro-Québec** et le **ministère de l'Économie, de l'Innovation et de l'Énergie du Québec**, invite tous les élèves de niveau préscolaire et primaire de la province à prendre part à la campagne Tous les jours la terre ! Voici les règlements applicables à la participation :

ADMISSIBILITÉ

Classes et élèves du préscolaire et du primaire

Pour participer et courir la chance de mériter différents prix, les élèves doivent faire partie d'une **classe de niveau préscolaire ou primaire inscrite officiellement** à la campagne par leur enseignant(e) et/ou un(e) représentant(e) de l'école. L'école doit être située **au Québec**.

COMPTAGE DES POINTS

Validation des Points Planète

Les points sont amassés seulement en réalisant les actions identifiées et numérotées sur les fiches de collecte de points. Seuls les points amassés pendant la campagne, soit du 6 au 19 avril 2026, sont valides. **POINTS INDIVIDUELS** : Chaque action vaut 1 point. Pour être valides, les points cumulés par un élève et sa famille doivent être **confirmés** par un parent ou tuteur (par signature). Les actions posées par un membre de la famille immédiate comptent aussi. Cependant, chaque type d'action ne peut rapporter plus d'un point par jour. Par exemple, si plusieurs membres de la famille utilisent un transport actif pour se déplacer à l'intérieur d'une même journée, cela ne compte que pour 1 point pour ce type d'action.

POINTS DE CLASSE : Chaque action de classe vaut 10 points. Le total des points de classe est calculé en additionnant la somme des points collectés individuellement par les élèves et la somme des points collectés en classe par les actions de groupe.

CHOIX DES GAGNANTS

Mode d'attribution des mentions et des prix

L'attribution des **premiers, deuxièmes et troisièmes prix individuels et de classes** se fera par tirage au sort parmi les candidatures admissibles, selon les barèmes de total de points indiqués à la page 8 et 9. Les prix seront tirés du plus élevé au moins élevé (du 1er au 3 prix dans l'ordre), et les élèves et classes non pigé(e)s seront alors éligibles à la catégorie de prix inférieure, si applicable. Par exemple, un élève non pigé pour le premier prix deviendra éligible au tirage du deuxième prix.

Les **prix de participation** seront tirés au sort parmi tous les élèves et les classes participantes.

Récolte de Points Planète - ÉLÈVE

ACTIONS DONNANT DES POINTS PLANÈTE

Voici la liste des 15 actions donnant droit à des points, à raison d'un point par jour maximum par type d'action* Dans le tableau de cumul, pour chaque journée, noircit les cercles affichant le numéro de chaque action réalisée ce jour-là.

* Par exemple, si dans une même journée tu prends un transport collectif plusieurs fois et/ou si un autre membre de ta famille prend aussi le transport en commun, tu dois calculer le type d'action #3 une seule fois pour cette journée.



Être écolo, ce n'est pas sorcier ! Voici des actions que tu peux poser quotidiennement et qui contribuent au changement !

CATÉGORIE TRANSPORT

- 1 Utiliser un mode de transport actif pour te déplacer (vélo, marche...)
- 2 Te déplacer en véhicule électrique
- 3 Utiliser un transport collectif (transport en commun ou covoiturage avec des personnes de 2 familles différentes ou +)

CATÉGORIE RÉDUCTION DES DÉCHETS

- 4 Manger une collation faite maison plutôt qu'une collation emballée du commerce
- 5 Boire ton breuvage du dîner dans un gobelet ou une bouteille réutilisable
- 6 Utiliser un produit d'hygiène personnelle ou d'entretien ménager biodégradable
- 7 Composter tes restes d'aliments et autres matières organiques
- 8 Porter des vêtements de seconde main (usagés)*
*peut être comptabilisé une seule fois par membre de la famille pendant la campagne

CATÉGORIE ALIMENTATION

- 9 Manger un repas végétarien
- 10 Manger des produits cultivés ou faits au Québec
- 11 Cuisiner à partir de restants et/ou de retailles (ex : pelures de fruits, de légumes...)
- 12 Faire pousser ses propres aliments ou fines herbes à la maison*
*peut être comptabilisé une seule fois pendant la campagne

CATÉGORIE ÉCONOMIE D'EAU ET D'ÉNERGIE

- 13 Prendre une douche plutôt qu'un bain
- 14 Arrêter l'eau de la douche quand tu te savonnes ou te shampoines
- 15 Faire le lavage à l'eau froide (pour celle-ci, tu as besoin de tes parents !)

Nous sommes conscients que le transport en commun n'est pas offert dans toutes les villes, c'est pourquoi tu peux opter pour le covoiturage si le transport en commun n'est pas disponible chez-toi !

Récolte de Points Planète - ÉLÈVE

Nom de l'élève : _____

FICHE DE COLLECTE DE POINTS INDIVIDUELS

SEMAINE 1 - DU 6 AU 12 AVRIL

 TOTAL DE POINTS SEMAINE 1 (NOMBRE DE CASES DESSINÉES) :

Noircit les cercles ayant le numéro de chaque action réalisée ce jour-là, chaque cercle colorié vaut 1 point :

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENREDI

SAMEDI

DIMANCHE


SEMAINE 2 - DU 13 AU 19 AVRIL

 TOTAL DE POINTS SEMAINE 2 (NOMBRE DE CASES DESSINÉES) :

Noircit les cercles ayant le numéro de chaque action réalisée ce jour-là, chaque cercle colorié vaut 1 point :

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENREDI

SAMEDI

DIMANCHE

 GRAND TOTAL DES POINTS (SOMME SEMAINE 1 ET 2) :

Par la présente, j'atteste que le total de points inscrit ci-haut est exact et représentatif de la réalité,

Signature du parent : _____

Date : _____

Récolte de Points Planète - CLASSE

FICHE DE COLLECTE DE POINTS DE CLASSE

Il est à votre choix d'effectuer des actions en classe ou non dans le cadre de la campagne. Vous pouvez choisir de cumuler seulement les points individuels de vos élèves si votre horaire de classe ne vous permet pas d'en faire plus. Cependant, si vous êtes motivé et souhaitez faire un pas de plus vers le changement, voici la **liste des actions donnant droit à des points de classe**.

Comptez **dix points par action réalisée par le groupe**. Vous n'avez pas besoin d'inscrire la journée durant laquelle l'action a été réalisée, en autant qu'elle ait eu lieu entre le 21 avril et le 2 mai. Il n'y a pas non plus de limite de points quotidiens pour un même type d'action.

En somme, **chaque action de la liste que vous réalisez pendant la campagne donne 10 Points Planète pour votre classe !**

ACTIONS DE CLASSE

A Réaliser une des activités éducatives suggérées (voir p.15) avec vos élèves

E Créer des affiches de sensibilisation aux changements climatiques et les afficher dans l'école

B Préparer une recette en utilisant des ingrédients locaux (québécois)

F Faire venir un cultivateur local ou un environnementaliste en classe pour rencontrer vos élèves

C Planter des légumes ou autres végétaux (à l'intérieur ou dans la cour)

G Avec vos élèves, réalisez un petit guide d'astuces et de gestes écoresponsables qu'ils pourront ramener à la maison.

D Faire du compostage avec vos élèves

H Organiser une activité d'échange de vêtements, de livres ou de jeux usagés

Pour chaque action réalisée en classe, noircissez une pastille de 10 points :



TOTAL DES POINTS DE GROUPE :



Afin de consigner, de calculer et de transmettre les scores individuels ainsi que le pointage total de votre classe (somme des points individuels et de groupe), veuillez compléter la *Fiche de classe*, reçue par courriel lors de votre inscription en ligne.

Activités éducatives

Nous vous proposons ces ressources pour des activités éducatives à faire en classe dans le cadre de la campagne :



Trousse pédagogique À la soupe ! (préscolaire et primaire 1 à 6), Équiterre :
<https://www.equiterre.org/fr/ressources/fiche-trousse-a-la-soupe-primaire>

La chasse aux fruits et légumes, (2e cycle), Équiterre:
https://archives.equiterre.org/sites/fichiers/divers/fiche_chassefruits_gardescolaire.pdf

Guide d'activités Les changement climatiques (3e cycle), Réseau InTerre actif :
https://www.in-terre-actif.com/2010/uploads/RITAPosts/tiny_mce/guide_changements_climatiques_activit%C3%A9s%202018%20FAE.pdf

Autres ressources sur le thème :

Capsules éducatives sur les changements climatiques :
<https://nature-action.qc.ca/les-changements-climatiques-et-moi/>

10 gestes simples zéro déchet, Fondation David Suzuki :
<https://fr.davidsuzuki.org/mode-de-vie/zero-dechet-10-petits-gestes-nouvelle-annee/>

Astuces pour réduire le gaspillage alimentaire, Chic frigo sans fric :
<https://chicfrigosansfric.com/sujets/astuces/>

Guide pratique pour économiser l'eau et l'énergie (France) :
<https://www.agglo-nevers.net/wp-content/uploads/2020/01/guide-pratique-economiser-eau-energiechezsoi.pdf>

Gestes quotidiens pour le climat, Gouvernement du Québec :
<https://www.quebec.ca/gouvernement/politiques-orientations/plan-economie-verte/actions-lutter-contre-changements-climatiques/comprendre-changements-climatiques/gestes-quotidien>

Gestes écologiques pour réduire notre empreinte carbone, Carboneutre Québec :
<https://carboneutrequebec.com/gestes-ecologiques/>

Suggestions d'activités pédagogiques, L'école à ciel ouvert :
<https://cybersavoir.cssdm.gouv.qc.ca/ecoleacielouvert/activite-pedagogique/suggestions-dactivites-pedagogiques/>

Ressources éducatives d'Hydro-Québec :
<https://www.hydroquebec.com/enseignants/>

La transition énergétique c'est quoi ? J'apprends l'énergie :
<https://www.japprends-lenergie.fr/kits/transition-energetique/>



Merci à nos partenaires !



1000 avenue Melville, C.P. 156
Shawinigan, QC, G9N 6T9
Téléphone: 819 536-8516
developpement@citedelenergie.com
www.citedelenergie.com/fondation