



Capsule changements climatiques

Pour mieux comprendre et agir

12 résolutions climatiques pour 2025

Une proposition pour vous inspirer, que vous pouvez bien sûr adapter

Janvier

Je baisse la température d'un degré par temps froid

Pour économiser de 5 à 7 % de ma facture annuelle, en plus de réduire les émissions de gaz à effet de serre (GES). D'autres trucs sont offerts sur le site d'Hydro-Québec.

Février

Mois sans achat

Je réfléchis à mes habitudes de consommation. Si je dois faire un achat autre qu'un besoin essentiel, je prends le temps de m'interroger à savoir si c'est vraiment utile.

Mars

J'optimise mes déplacements

Le transport est une source importante de GES. J'optimise mes déplacements à la pharmacie ou à l'épicerie, je covoiture ou j'utilise le transport en commun (<https://regim.info>).

Avril

Je m'implique!

Plusieurs organismes des îles recherchent des bénévoles pour leurs activités (tri des déchets, nettoyage des berges et des cours d'eau, plantations, etc.). Impliquez-vous!

Mai

Je plante un arbre

Cela réduit mon empreinte sur le climat, embellit mon terrain, limite les effets de l'érosion ou du ruissellement et contribue à recharger les nappes d'eau potable.

Juin

J'apprends à jardiner

Pour plus d'autonomie alimentaire, je fais un jardin ou je me joins à un jardin communautaire. Il existe des ressources en ligne et des experts pour vous conseiller.

Juillet

Je me déplace à vélo

Pour bouger et moins polluer. L'auto est 10 à 100 fois plus polluante que le vélo. Trop de vent ou de buttes? Informez-vous sur les dispositifs électriques!

Août

Je me prépare aux tempêtes automnales

Pour être plus résilient, je télécharge le carnet d'urgence climatique du CISSS et je révise le contenu de ma trousse d'urgence 72 heures.

Septembre

Je prends soin de l'autre

Les fortes tempêtes créent de l'anxiété, particulièrement chez les personnes seules ou âgées. Je leur offre mon aide et je m'informe de leur état avant et pendant la tempête.

Octobre

Je m'informe et m'éduque

Pour améliorer mes connaissances sur les changements climatiques, j'écoute un podcast, je visionne un webinaire ou je lis un article ou un livre sur le sujet.

Novembre

Je réduis mes déchets

À l'approche des fêtes, je privilégie les aliments en vrac ou non suremballés, je priorise les emballages de cadeaux réutilisables et je pense à offrir des cadeaux seconde main.

Décembre

Je me fixe des objectifs

À l'aube de 2026, je réfléchis aux impacts de mes actions. Que puis-je améliorer? Je me fixe de nouvelles résolutions climatiques atteignables, à ma portée.