

Comité citoyen sur la transition écologique

Défi familles Energie

Réunion du 8 mars 2022 – Salle du Perron

Groupe de préparation : Thierry, Jérôme, Stéphanie, Daniel, Sandra, Marion, Michel, Pascal

Idée générale

Mettre en place une succession de défis à réaliser (=éco-gestes à mettre en place) par famille dans un temps donné.

Objectifs :

- Faire prendre d'autres habitudes aux gens.
- Communiquer auprès des Barchois sur les économies d'énergies possibles.
- Faire adhérer le plus de monde possible à l'action → L'action doit être simple pour les participants.
- Impliquer les enfants dans l'action (proposer aussi des gestes adaptés aux enfants).

Outils :

- Partir du document : 100 écogestes fourni par l'ALEC

Méthode : **Construire un plan d'actions avec une progression**

Autodiagnostic de départ (Rénov'action 42 peut aider à faire le diagnostic du logement)

Utiliser l'outil de Thierry

Les questions dépendront des défis qu'on va proposer.

Cet outil servira pour mesurer l'évolution de la famille au cours du défi.

Définir une temporalité. Il faut qu'il y ait une progression qui mène à une prise de conscience.

Octobre à mars → un défi par mois.

Proposer des éco-gestes (des défis) à mettre en place dans un temps donné.

Les défis correspondent à des éco gestes à mettre en place dans le mois.

Les éco gestes se complexifient éventuellement au fil de l'avancée du défi.

Accompagner les défis d'une documentation pour aider à la réalisation

Chaque mois, des documents sont proposés pour accompagner les familles engagées.

Réunir les participants mais pas trop souvent et pour des objectifs bien concrets et un contenu (apprentissage)

- Une réunion de lancement
- Une réunion de clôture
- Entre temps, des ateliers avec du contenu : utiliser son compteur linky, agir sur le chauffage, les gestes malin comme programmer le Wifi, baisser la pression d'arrivée d'eau, brancher le lave vaisselle sur l'eau chaude

Public :

- On décide de proposer le défi clé en main aux autres communes.

Des questionnements :

- Travailler avec l'école ? On peut distribuer le défi spécial enfants à tous les enfants de l'école.
- Pour le défi enfants (au moins), on fournira une affiche aux participants avec des vignettes « défis » à coller.
- Communiquer sur le site sur les actions mises en place par les familles du défi.

Octobre

- Je coupe les veilles des appareils (19)
- Je me lave les mains à l'eau froide si je suis loin de la source d'eau chaude (26)
- J'optimise le remplissage du frigo et du congélateur (35)
- Je ne mets pas de plats chauds au réfrigérateur et je pense à les couvrir (42)
- Je répartis les sources de lumière (24)
- Je cherche la lumière naturelle plutôt que l'éclairage artificiel (21 – 22)
- Je m'inscris à l'autostop organisé de Bard

Les enfants

- Je réfléchis à ce que je veux avant d'ouvrir le frigo pour le laisser ouvert le moins longtemps possible

Novembre

- J'équipe mes robinets de mousseurs (25)
- J'utilise des bassines pour faire la vaisselle (27)
- Je laisse décongeler naturellement les aliments (29)
- J'utilise le micro-onde ou une casserole plutôt que le four pour réchauffer les aliments (30)
- J'évite d'utiliser un sèche linge (54)
- Je règle la température du chauffe-eau entre 55 et 60 °C (93)
- Je dépose mes trajets réguliers vers Montbrison sur le site de la commune.

Les enfants

- Je pense à éteindre les lumières inutiles dans la maison

Décembre

- Si je dispose de rideaux épais et/ou de volets, je les ferme la nuit et je les ouvre la journée (1)
- Je règle la température des pièces autour de 19-20° la journée et 17° la nuit et en journée dans les pièces peu occupées (5 - 66)
- Je ferme les portes des pièces les moins chauffées (65)
- J'aère les pièces 10 mn par jour (64)
- Lave linge et lave vaisselle : j'opte pour des pratiques économes :
 - ✓ Je les programme pour qu'ils fonctionnent en heures creuses (44)
 - ✓ Je privilégie les programmes « éco » ou basse température (45)
 - ✓ J'évite d'utiliser les cycles de prélavage (49)
 - ✓ Je les remplis complètement avant de les faire tourner

Les enfants

- Je prends exceptionnellement des bains. Je prends des douches **rapides** et je coupe l'eau pendant le savonnage (81-85)

Janvier

- Affiner la programmation du chauffage (si elle existe) → **A compléter : la nuit ? Quand il fait beau temps ?**
- J'utilise un insert ou un poêle à plein régime avec des petits chargements de bois
- J'optimise la cuisson des aliments :
 - ✓ Je choisis la bonne taille de casserole pour la plaque de cuisson ou le bruleur (55)
 - ✓ J'éteins les plaques électriques un peu avant la fin de la cuisson pour profiter de la chaleur résiduelle (57)
 - ✓ Je réduis la puissance sous la cocotte minute pour atteindre juste le maintien en pression
 - ✓ Je mets un couvercle sur les casseroles (56)
 - ✓ J'évite d'ouvrir la porte du four pour surveiller la cuisson (58)
 - ✓ Je chauffe l'eau à la bouilloire plutôt que sur la plaque électrique ou de gaz. Dans la bouilloire, je mets juste la quantité d'eau nécessaire

Les enfants

- Je débranche les chargeurs inutilement reliés à une prise de courant

Février

- Je dégivre le frigo et le congélateur dès que c'est nécessaire (39)
- Je nettoie la grille arrière du réfrigérateur tous les ans (40)
- Je programme le nettoyage d'un four à pyrolyse après une cuisson (59)
- A l'extérieur, je récupère l'eau de pluie pour arroser les plantes (62)
- J'installe un économiseur d'eau sur la douche (83)
- Je réduis le volume de la chasse d'eau (86)
- Numérique :
 - ✓ Je préfère une connexion de type ADSL, fibre ou Wi-Fi à la 4G (72)
 - ✓ Je coupe la box la nuit et quand il n'y a personne en journée.
 - ✓ Je coupe le Wifi quand il n'est pas nécessaire
 - ✓ Je paramètre l'ordinateur pour qu'il consomme moins d'énergie (77)
 - ✓ **A compléter**

Les enfants

J'ai noté « Toilettes » ???

Mars – Pour aller plus loin

- Je choisis un écran TV sans voir trop grand (18)
- Je prévois le remplacement de mes vieux appareils de chauffage (17)
- Je choisis des appareils ménagers économes en énergie et en eau (33 – 47)
- Je dimensionne mon réfrigérateur en fonction de mes besoins (34)
- Je place les appareils de froid loin des sources de chaleur (36)
- J'équipe les robinets de la salle de bain et de la douche d'un robinet thermostatique (84)

Les enfants