



BESOIN D'UN COUP DE MAIN ?

GUIDE DU PARTICIPANT

Nom d'équipe :

PARCE QU'ENSEMBLE NOUS
ALLONS MONTRER QU'IL EST
POSSIBLE D'AGIR CHACUN À SA
MESURE, AVEC DE PETITS GESTES
QUOTIDIENS.





VOTRE OBJECTIF

Atteindre l'objectif de **8 % d'économie d'eau et d'énergie**, et le plus important, sans investissement financier. Mais comment est-ce possible, vous direz-vous ? Par une série d'écogestes. Mais pour vous aider, nous vous avons préparé un Kit à Energie Positive, qui va vous accompagner tout au long de l'aventure. Mais ce n'est pas le seul outil.

01 LE KIT PARTICIPANT, DE QUOI SE COMPOSE-T-IL ?

LE THERMOMÈTRE 3 ZONES :



Ce thermomètre vous permettra de régler la température de votre réfrigérateur, de votre congélateur et de vos pièces à vivre !

LE GUIDE DES ÉCOGESTES :



Une mine d'or pour faire des économies ! Nous vous conseillons de choisir 5 à 10 écogestes.

LA MULTIPRISE À INTERRUPTEUR :



Éteignez les veilles de vos appareils en un seul geste. Comment ? Il vous suffit d'actionner le bouton "Marche/arrêt".
(ndlr : le gros bouton rouge)

LE TABLEAU DE RELEVÉS :



S'il est compliqué de relever son compteur directement sur le site internet, n'hésitez pas à utiliser ce guide.

LE SABLIER DE DOUCHE :



Une douche de 5 min maximum ! Le matin ou le soir, lancez-vous un défi !



02

LE SITE INTERNET

Le site internet va vous permettre de :

✓ **Inscrire les valeurs de vos consommations de référence**

Elles se trouvent sur vos factures de la période du 1/11/18 au 30/04/19

✓ **Inscrire les valeurs de vos relevés de compteurs.**

Elles correspondent à vos consommations d'eau et d'énergies pendant le défi



Le site vous servira donc à effectuer le suivi de vos consommations et mesurer leur progrès, tout comme ceux de votre équipe.



N'oubliez pas, faire ses relevés **au minimum une fois par mois** vous permettra d'obtenir un suivi des plus pertinents, et ainsi cela vous aidera à adapter vos écogestes pour faire le maximum d'économies. Et donc, de faire gagner votre équipe ! Ayez l'âme d'un vainqueur !



Rendez-vous sur <https://defis-declics.org/fr/>

03

LES ÉVÈNEMENTS

Tout au long du challenge, nous allons vous proposer de participer à plusieurs temps forts

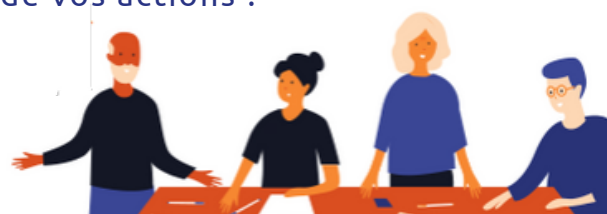
✓ **les événements de lancement, de mi-parcours et de clôture.**

Ces moments seront l'occasion de retrouver l'ensemble des équipes et de partager de manière conviviale et festive vos trucs et astuces ! (voir au dos pour retenir les dates clés)

✓ **une série d'ateliers théoriques et pratiques** grâce à nos conseillers info-énergie pour vous aider à devenir un héros de l'énergie!

Retrouvez le programme de ces rencontres dans notre **newsletter hebdomadaire** et sur notre **page facebook @declics.mel** ou sur **@amelio.habitat**

✓ **des réunions Tupperwatts** . Rencontrez-vous entre foyers participants pour échanger des astuces autour du défi et de vos actions !



NOVEMBRE



Événement de lancement

23 novembre 2019

Spectacle familial
Présentation du défi
Pot de l'amitié

MARS



Événement de mi-parcours

14 mars 2019

Atelier, visite guidée et résultats à mi-chemin -
Rendez-vous à la maison de l'habitat durable

MAI



Clôture du défi

début mai 2019

Vous pouvez continuer à faire vos relevés de compteur et suivre votre consommation mais les résultats sont clos

JUIN



Événement de clôture

juin 2019

Venez découvrir qui a gagné et repartez avec des trophées

Contactez votre capitaine :



& pour plus d'infos, les dernières actus, les conseils hebdo, retrouvez nous sur facebook

@declics.mel

Contactez vos animatrices : Céline Bollaert & Mathilde Vinchon



Surveillez vos boîtes mail, nous vous enverrons régulièrement une newsletter.



03.20.52.01.59



faep@mres-asso.org



Vous pouvez nous retrouver à
La Maison Régionale de
l'Environnement et des
Solidarités (MRES)
5 rue Jules-de-Vicq, 59000 Lille



CLER RÉSEAU
POUR LA TRANSITION
ÉNERGÉTIQUE

