

## NOTE DE PRÉSENTATION DU « DÉFI TOIT ! »

---

### **Qu'est-ce que c'est ?**

C'est un Défi qui va permettre à 25 foyers du territoire de Granville Terre et Mer d'être accompagnés pendant 6 mois sur les thématiques de la vie quotidienne : se loger, se déplacer, se nourrir, consommer. L'objectif étant que les foyers apprennent, échangent, testent et mettent en pratique des conseils sur les 4 thématiques. Les foyers pourront tout au long du défi et à leur rythme progresser sur les plus de 130 éco-gestes proposés.

### **Qui est concerné ? Qui peut s'inscrire ?**

Tous les adultes autonomes habitant à l'année sur le territoire : les jeunes adultes, vivants seuls ou en colocation, étudiants ou non, les adultes dans la vie active, en couple ou non, avec ou sans enfants, les retraités.

Tous les profils sont souhaités : les publics sensibilisés à la thématique du développement durable qui veulent passer à l'action et partager leurs connaissances, les personnes impliquées sur leur territoire (milieux associatifs), les personnes qui veulent faire des économies, les personnes qui découvrent ou souhaitent découvrir le développement durable.

Le but étant de recruter des foyers selon un panel représentatif (pas uniquement militant) et selon les grands moments de vie (jeunes parents, déménagement, jeunes retraités, etc.). L'objectif est d'avoir des foyers de différents horizons afin de favoriser l'émulation, le partage de connaissances, d'astuces, de retours d'expériences.

Comme le défi est multithématique même les foyers les plus avancés pourront apprendre et tester de nouveaux éco-gestes.

### **Comment se passe l'inscription ?**

Grâce à un formulaire de pré-inscription via Google Formulaire (pas nécessaire d'avoir une adresse Gmail) à remplir sur internet. Le lien est disponible sur les éléments de communication (<https://www.cpievdo.fr/defitoit>). Le formulaire prend 5-10 minutes à remplir et se compose de 3 parties : caractéristiques du foyer candidat (données sociodémographiques), état d'avancement dans leur démarche écologique et motivations à effectuer le défi.

Dans le cas d'une trop forte demande, un comité de sélection sera mis en place, afin de déterminer les 25 foyers qui seront retenus (les foyers qui ne seront pas sélectionnés constitueront un deuxième cercle et pourront suivre le défi en autonomie avec un accès aux réseaux sociaux et aux outils).

### **Comment se passe le défi pendant les 6 mois ?**

Le Défi est ponctué par 3 grands événements conviviaux qui regroupent tous les foyers : un événement de lancement (le samedi 14 janvier 2023 matin), un événement intermédiaire et un événement de clôture (dates à définir en fonction du retour des foyers).

C'est une aventure de groupe, conviviale et évolutive en fonction des envies et besoins des participants. Les 3 grands événements serviront notamment à faire remonter les besoins et envies des participants. Ils pourront tout au long du Défi proposer des idées d'ateliers et/ou de challenges.

Le Défi est basé sur une alternance des modes d'apprentissage : ateliers, visites, temps collectifs, suivis personnalisés, livret de suivi et échanges entre participants, cela permet de garder la dynamique et d'éviter aux participants de se lasser.

Chaque mois environ 4 ateliers ou visites seront proposés sur différents créneaux horaires. En voici quelques exemples :

- Fabriquer ses produits d'entretien / cosmétiques soi-même
- Atelier sur les solutions de mobilité
- Atelier sur les astuces pour limiter le gaspillage alimentaire
- Visite d'un château d'eau
- Jardinage au naturel
- Etc.

La liste des ateliers n'est pas encore arrêtée, elle le sera en fonction des possibilités des partenaires et des retours des participants sur les ateliers qui les intéressent.

Les créneaux d'ateliers et de visites dépendront des retours des participants sur leurs disponibilités. En début de défi, ils pourront indiquer s'ils préfèrent des ateliers en soirée (18h-19h30 et/ou 19h30-21h), les mercredis après-midi ou les samedis matin. Les créneaux récoltant le plus de votes seront retenus et proposés tout au long du défi.

### **Quel niveau d'implication dans les thématiques ?**

Le temps à consacrer au Défi est en moyenne de 4 à 5h par mois en prenant en compte la participation aux ateliers. Chaque foyer participant aura **une thématique principale au choix** parmi se déplacer / se nourrir / consommer où les participants devront effectuer des mesures à partir d'une méthodologie fournie par le CPIE. Le CPIE sera disponible si le remplissage amène des questions. Voici les éléments qui seront demandés à 3 reprises durant le défi (début / mi-parcours / fin), selon la thématique principale choisie :

- Se déplacer : relevés de déplacements ;
- Se nourrir : relevés des achats alimentaires ;
- Consommer : pesées des déchets.

Pour les 4 thématiques, un questionnaire sur la mise en place d'écogestes sera à remplir lui aussi à 3 reprises durant le Défi.

Il n'y aura pas de mesures spécifiques à faire sur la thématique se loger.

### **Quels outils à leur disposition ?**

Un guide qui reprend les grandes étapes du défi avec des explications, des conseils et des astuces, ainsi que l'ensemble des écogestes par thématique (+ de 130 en tout). Il est construit de manière à ce que les participants puissent se l'approprier et l'emmener à chaque moment du défi. Il comprend aussi une bibliographie pour aller plus loin sur chacune des thématiques.

Des réseaux sociaux seront à leur disposition pour échanger mais aussi pour avoir des informations tout au long du défi (les réseaux sociaux seront choisis en fonction des retours des participants sur leurs préférences : Facebook, What's app, Instagram, etc.). Pour ceux qui ne souhaitent pas avoir de réseaux sociaux, toutes les informations seront doublées par mail.

Un site internet : <https://www.cpievdo.fr/defitoit>