



*Eco-gestes : Des gestes simples qui peuvent changer beaucoup.*

**Equipe de projet:** *Laura Gendroz, Coralie Pahud, Maeva Deppierraz, Jovica Djokic*

**Métier:** *stagiaire commercial pratique*

**Nom de l'école ou de l'entreprise:** *La Poste SA*

**Nom de l'enseignant ou du maître d'apprentissage:** *Mme Ponce*

**Résumé du projet:**

L'idée de notre projet est de créer un petit court métrage mettant en scène deux personnes exécutant des petites scènes banales d'une journée. D'un côté de l'écran, les tâches seront exécutées par une personne faisant attention à l'énergie et l'eau utilisée, pendant que au même moment, de l'autre côté de l'écran, nous pourrons observer la même scène, mais cette fois-ci jouée par une personne ne faisant pas attention à ses dépenses.

Le but de cette vidéo est de montrer aux gens, qu'avec quelques petits gestes simples au long d'une journée, nous pouvons économiser de l'énergie.

**LIEN VIDEO :** <https://www.youtube.com/watch?v=Li6UVxPSj4k>

Projet Sensibilisation: Nombre de personnes touchées: 1143 personnes

**Catégories du concours:** *Prix Sensibilisation*

## Sommaire

<b>1. Introduction</b> .....	<b>2</b>
1.1. Situation de départ.....	2
1.2. Motivations.....	2
<b>2. Recherche d'idées / définition du projet</b> .....	<b>3</b>
2.1. Définition du projet et objectifs .....	3
2.2. Faisabilité.....	3
<b>3. Planification du projet</b> .....	<b>4</b>
3.1. Les étapes les plus importantes.....	4
3.2. Plan détaillé des tâches .....	4
<b>4. Mise en œuvre concrète</b> .....	<b>5</b>
<b>5. Calculs</b> .....	<b>6</b>
<b>6. Rapport du projet</b> .....	<b>7</b>
6.1. Rétrospective .....	7
6.2. Prises de conscience .....	8
6.3. Perspectives .....	<b>Erreur ! Signet non défini.</b>
<b>7. Bibliographie</b> .....	<b>9</b>
<b>Annexes</b> .....	<b>11</b>

# 1. Introduction

## 1.1. Situation de départ

A votre avis, quel sujet défraie la chronique depuis quelques années ? L'environnement est en effet le sujet phare de cette dernière décennie. Les médias tentent de nous sensibiliser au monde qui nous entoure en nous disant des phrases chocs telles que : l'environnement est en danger, l'homme est le seul responsable de ce désastre, mais cette méthode est-elle réellement efficace ?

Ce procédé fait culpabiliser la population suisse, de ce fait elle se sent coupable mais ne sait comment réagir et surtout comment améliorer la situation.

Nous avons choisi pour ce projet le thème de la sensibilisation afin de remédier à ce manque de solutions pour les personnes dites « Monsieur et Madame tout le monde ».

## 1.2. Motivations

Notre motivation est de changer le monde ! Ceci est utopique, nous voulons simplement sensibiliser les personnes comme nous en leur montrant que les gestes du quotidien peuvent réellement améliorer la situation dans laquelle on se trouve. Pour cela, ils doivent se sentir concernés par le problème et avoir conscience qu'ils ont la solution entre leur main.

## 2. Recherche d'idées / définition du projet

Ce qui nous tenait le plus à cœur était de faire des économies en prêtant attention à nos actions quotidiennes. C'est pourquoi nous avons donc décidé de penser à des solutions concrètes et réalisables par le commun des mortels.

Nous avons commencé par réfléchir à quelles actions nous exécutons le plus souvent. Que faisons-nous plusieurs fois par jours ? Tout simplement aller aux toilettes par exemple. C'est pourquoi nous nous sommes penchés sur l'idée de trouver une solution pour économiser de l'eau utilisées lors de l'évacuation. Mais après réflexion, nous avons réalisé que ce projet était peu réalisable. Mais nous avons surtout renoncé à ce projet car nous voulions, avec ce projet pouvoir sensibiliser un grand nombre de personnes.

C'est pour cela que nous avons décidé de créer un court-métrage de prévention. En effet, nous nous sommes rendu compte que le meilleur moyen de faire des économies était de commencer par sensibiliser des gens pour qu'ils effectuent quelques changements minimes mais qui auront un réel impact sur l'environnement de notre planète.

### 2.1. Définition du projet et objectifs

Notre projet appartient donc à la catégorie « projet sensibilisation ». Le but étant de faire prendre conscience à la population qu'en changeant un simple geste de notre quotidien, nous pouvons faire de notre monde un monde meilleur !

Pour atteindre notre but, nous avons fixé certains objectifs. Premièrement il nous paraît indispensable d'effectuer certains calculs scientifiques pour pouvoir démontrer de manière concrète qu'il est possible d'économiser beaucoup en faisant peu.

Il nous faut ensuite trouver un moyen facile d'interpeller le plus de monde possible en peu de temps.

Notre dernier objectif sera de réaliser un court montage vidéo dont le message sera clair et percutant afin de sensibiliser des personnes de sept à soixante-dix-sept ans.

### 2.2. Faisabilité

Pour nous le projet qui correspond le mieux à nos objectifs et nos attentes est la confection d'un court-métrage. En effet, nous pensons que de nos jours une courte vidéo est le meilleur moyen de sensibiliser un grand nombre de gens en peu de temps, notamment grâce aux réseaux sociaux qui permettent une divulgation rapide.

Malgré des difficultés lors de la confection du court-métrage et des différents calculs, notre projet est effectivement réalisable. Suite aux résultats de notre questionnaire, nous avons constaté que 88% des enquêtés seraient intéressés de voir notre court-métrage.

### 3. Planification du projet

Etant conscient que notre court-métrage ne va pas changer le monde. Notre but principal est donc d'informer les gens sur leur consommation quotidienne pour qu'ils prennent conscience de leurs pertes d'énergie journalière. Effectivement nous avons pu remarquer que peu de gens sont réellement conscient de leur consommation et de son impact que cela peut avoir sur notre environnement.

Nous devons encore analyser plus précisément les réponses de notre questionnaire et effectuer certains calculs qui nous permettront de mettre en place un scénario de notre court métrage. Ensuite, il nous faudra tourner notre film de sensibilisation puis faire les montages nécessaires pour obtenir la version finale de notre film de sensibilisation. Il nous restera plus qu'à diffuser notre projet de sensibilisation sur les réseaux sociaux.

Il nous faut une caméra style « GoPro » et un programme qui nous permettrait de confectionner ce court métrage. Ceci ne nous soumettra aucun coût, plusieurs personnes ont accepté de nous prêter ce qu'il nous manquait sans aucun coût.

#### 3.1. Les étapes les plus importantes

<i>Quoi</i>	<i>Délai</i>
<i>Recherche des idées, actions du quotidien</i>	<i>10 janvier 2015</i>
<i>Effectuer les calculs liés aux recherches</i>	<i>3 février 2015</i>
<i>Filmer les actions du quotidien</i>	<i>10 février 2015</i>
<i>Clôturer le projet</i>	<i>15 mars 2015</i>

#### 3.2. Plan détaillé des tâches

<i>Quoi</i>	<i>Qui</i>	<i>Jusqu'à quand</i>
<i>Recherche d'idées</i>	<i>Laura, Maeva, Jovica, Coralie</i>	<i>02.12.2014</i>
<i>Fixation d'objectifs</i>	<i>Laura, Maeva, Jovica, Coralie</i>	<i>05.01.2015</i>
<i>Documentations</i>	<i>Maéva et Jovica</i>	<i>15.01.2015</i>
<i>Calculs</i>	<i>Laura</i>	<i>20.01.2015</i>
<i>Questionnaire</i>	<i>Laura et Coralie</i>	<i>29.01.2015</i>
<i>Analyse des besoins</i>	<i>Laura, Maeva, Jovica, Coralie</i>	<i>03.02.2015</i>

<i>Planification du scénario</i>	<i>Laura, Maeva, Jovica, Coralie</i>	<i>03.01.2015</i>
<i>Tournage</i>	<i>Laura, Maeva, Jovica, Coralie</i>	<i>Semaine du 02.02.2015 au 06.01.2015</i>
<i>Montage du film de sensibilisation</i>	<i>Laura et technicienne</i>	<i>28.02.2015</i>
<i>Finitions et autoévaluation</i>	<i>Laura, Maeva, Jovica, Coralie</i>	<i>Jusqu'à la fin.</i>

*Questionnaire  
Laura, Coralie  
29.01.2015*

## **4. Mise en œuvre concrète**

Après s'être informé sur les différents types de consommation de notre quotidien, en faisant des recherches sur internet, nous avons décidé d'effectuer certains calculs afin d'identifier les activités journalières qui consomment beaucoup d'énergie.

De plus nous avons décidé de confectionner un questionnaire afin d'identifier les choses auxquelles les gens ne font pas attention dans le but que notre vidéo propose quelque chose de nouveaux pour rendre les gens plus facilement attentif.

Suite aux résultats que nous avons obtenus, nous avons pu identifier les activités à consommation d'énergie excessive. Nous avons alors repris ces activités et nous avons décidé de les mettre en scène afin de les diffuser ensuite au public.

Grâce aux réponses à notre questionnaire et à nos recherches sur internet, nous avons pu constater qu'en faisant quelques gestes simples dans une journée courante, nous pouvons économiser beaucoup au niveau énergétique. C'est pourquoi, nous avons ensuite pris la décision de cibler notre vidéo sur les activités ordinaires d'une journée.

Afin que notre vidéo soit plus marquante pour notre public cible, nous avons décidé d'ajouter aux images, des descriptifs avec calculs pour pouvoir toucher un plus grand nombre de personnes.

## 5. Calculs

6.	Eau	7.	Litres	8.	Chf-> 1 litre =0.0018CHF
9.	Laisse robinet couler	10.	10-12l par min	11.	18-19.6
12.	Lave-vaisselle A+	13.	40	14.	0.072
15.	Lave-vaisselle C	16.	80	17.	0.144
18.	Machine à laver économe	19.	15	20.	0.027
21.	Machine à laver ancienne	22.	23	23.	0.0414
24.	Douche	25.	45	26.	0.081
27.	Bain	28.	110	29.	0.198
30.	Chasse d'eau ancienne	31.	9	32.	0.0162
33.	Toilette bouton à option	34.	6	35.	0.0108
36.	1 goutte ttes les 6 sec	37.	5.5	38.	0.0099

L'EAU 1 litre/CHF 0.0018

Personne qui ne fait pas attention	CHF	Litres d'eau	Personne qui fait attention	CHF	Litres d'eau
Toilette gros bouton 3x ds la journée	0.05	30	Toilette petit bouton	0.03	18
Se lave les mains (10sec ss éteindre l'eau) 6x	0.06	32	Se lave les mains (fermer le robinet)	0.04	20
Enclenche le lave-vaisselle moitié plein	0.07	40		0	0
Rentre à la maison prend un bain	0.20	110	Prend une douche	0.09	50
Lavabo qui coule (1 goutte ttes les 10 sec)	0.01	5.5	Enclenche le lave-vaisselle	0.07	40
Renclenche le lave-vaisselle	0.072	40			
<b>Total eau</b>	<b>0.46</b>	<b>257.5</b>		<b>0.2304</b>	<b>128</b>
<b>Différence par jour</b>	<b>0.23</b>	<b>130</b>			
<b>Différence par année</b>	<b>2.80</b>	<b>1554</b>			

Essence Diesel	Litres	CHF-> 1 litre=1.48 CHF
1Km en voiture	0.639	0.94572

Essence	1 litre=1.40 CHF				
Personne qui ne fait pas attention	CHF	litres d'essence	Personne qui fait attention	CHF	litres d'essence
Voitures 15km	13.419	9.585	Covoiturage	6.7095	4.7925
<b>Total eau</b>	<b>13.419</b>	<b>9.585</b>		<b>6.7095</b>	<b>4.7925</b>

<b>Différence par jour</b>	7	5			
<b>Différence par année</b>	81	58			

Nbr de personnes potentiellement touchées :

Nous avons décider de publier notre court métrage sur facebook. Nous avons donc commencer par compter le nombre d'amis que nous avons :

Laura Gendroz : 1028 amis

Jovica Djokic : 1500 amis (1561amis-61 amis en commun avec Laura Gendroz)

Coralie Pahud : 439 amis (524 amis-85 amis en commun avec Laura Gendroz )

Maeva Deppieraz : 202 amis (202 amis –2 amis en commun avec Laura Gendroz)

Ce qui fait au total 3169 amis (1028+1500+439+202=3169)

D'après notre questionnaire, 92.5 % des gens seraient intéressés à regarder notre vidéos. Et une étude montre que 39% des gens possédant Facebook aiment regarder les vidéos sur ce réseau sociaux.

Notre calculs :  $3169 * 39\% = 1235.91$

$1235.91 * 92.5\% = 1143.22$

1143 personnes seraient sensibilisées par notre court-métrage.

### 38.1. Rétrospective

Nous avons atteint l'objectif que nous nous étions fixé au début de ce projet. En effet, nous avons, comme prévu, réaliser notre court métrage sur l'économie d'énergie sur nos petites habitudes quotidienne.

- Nous avons tout de même rencontré quelques difficultés lors de la mise en place de la vidéo, afin de palier à ce petit problème nous avons contacter une étudiante en art visuelle qui maîtrise parfaitement les logiciels pour le montage des vidéos.



### 38.2. Prises de conscience

La gestion du projet était un nouvel exercice pour notre groupe. N'ayant jamais eu à gérer un travail sur une telle durée, nous avons été très surpris des nombreuses étapes et des échéances à tenir. Un projet comme celui-ci demande un grand suivi et de la rigueur, ce qui nous a fait défaut pour débiter ce travail.

Nous avons retenu le fait qu'il faut toujours être à jour dans les délais et qu'il faut se répartir le maximum le travail à effectuer afin de ne pas perdre du temps inutilement et d'échanger constamment sur l'avancée des étapes clés du programme fixé lors du lancement du projet.

## 39. Bibliographie

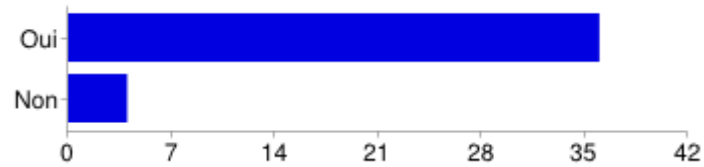
- *ECONOMIE D'ENERGIE S.A.S. sans année. Economie d'Energie. Disponible sous : <http://www.economiedenergie.fr/> [le 28.11.2014]*
- *Fiatte, Pierre. 2013. Energie Douce. Le spécialiste des énergies renouvelables et des sites isolés. Disponible sous : <http://www.energiesdouce.com/content/12-conseils-faq-consommation-electrique-des-appareils-electromenagers> [le 28.11.2014]*
- *Touring Club Suisse (TCS). 2015. TCS. Coûts de la voiture. Disponible sous : <http://www.tcs.ch/fr/> [le 28.11.2014]*
- *Office fédéral de la statistique. 2015. Confédération Suisse. Indice des prix à la consommation – Indicateurs. Disponible sous : <http://www.bfs.admin.ch/bfs/portal/fr/index/themen/05/02/blank/key/durchschnittspreis.html> [le 01.12.2014]*
- *Sicher, Paul. SSIGE. Sans année. Société Suisse de l'Industrie du Gaz et des Eaux. Disponible sous : <http://www.svgw.ch/> [le 03.01.2015]*
- *GVB Services SA et l'Association suisse des propriétaires fonciers (ASPF). Sans année. Infomaison. On ne peut jamais économiser assez d'eau. Disponible sous : [http://www.hausinfo.ch/fr/home/batiment/energie/conseils-economies/economiser\\_l\\_eau.html](http://www.hausinfo.ch/fr/home/batiment/energie/conseils-economies/economiser_l_eau.html) [le 05.01.2014]*
- *Messeiller, Philippe. Sans année. Le Matin. Chaque Suisse dépense 162 litres d'eau par jour. Disponible sous : <http://www.lematin.ch/sante/environnement/Chaque-Suisse-depense-162-litres-d-eau-par-jour/story/17915823> [le 05.01.2014]*
- *VEDURA SARL. Sans année. Vedura. Economie de l'eau. Disponible sous: <http://www.vedura.fr/environnement/eau/economie-eau> [le 10.01.2015]*
- *Suisse Energie. Sans année. Suisse Energie. Bâtiments. Disponible sous : <http://www.suisseenergie.ch/fr-ch/b%C3%A2timent/optimisation-des-installations.aspx> [le 15.01.2015]*
- *SOCIETE EDITRICE DU MONDE. Sans année. Le Monde. M Planète. Disponible sous : [http://www.lemonde.fr/planete/article/2013/10/08/economies-d-energie-beaucoup-d-efforts-restent-a-faire\\_3492096\\_3244.html](http://www.lemonde.fr/planete/article/2013/10/08/economies-d-energie-beaucoup-d-efforts-restent-a-faire_3492096_3244.html) [le 17.01.2015]*

- *Pescante, Leonardo. Sans année. 24 Heures. Vaud & Régions. Disponible sous : <http://www.24heures.ch/vaud-regions/nord-vaudois-broye/bavois-met-traquer-gaspillage-energie/story/27572341> [20.01.2015]*
- *Kohler, Marcel. Sans année. 20 minutes. Suisse. Disponible sous : <http://www.20min.ch/ro/news/suisse/story/30162592> [01.02.2015]*
- *ÉS Énergies Strasbourg. Sans année. ÉS. Mes éco-gestes au quotidien. Disponible sous : <http://ecocitoyens.es-energies.fr/economies-d-energie/les-eco-gestes/mes-eco-gestes-au-quotidien> [01.02.2015]*

## Annexes

### Réponses du questionnaire :

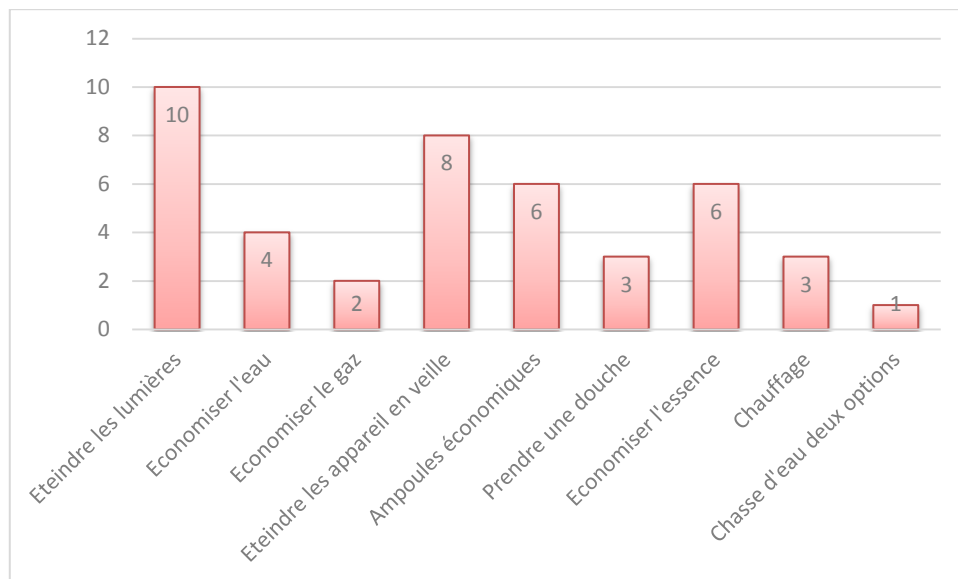
1. Pensez vous qu'en changeant nos habitudes quotidiennes nous pouvons faire de grandes économies d'énergie ?



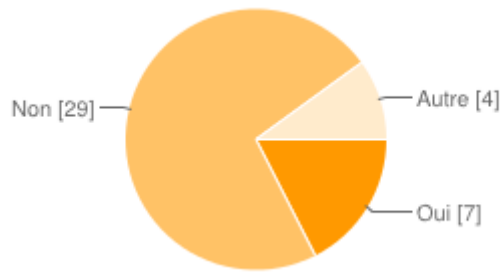
Oui : 90%

Non : 40%

2. Si oui, lesquelles ?

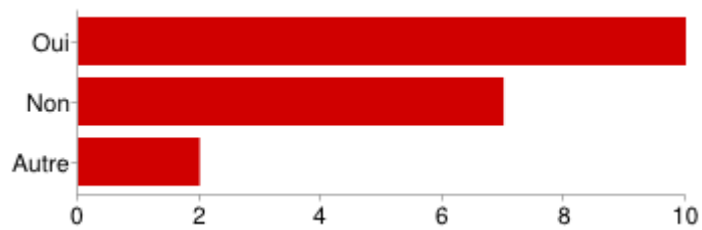


3. Avez-vous déjà fais un bilan de vos consommations ?



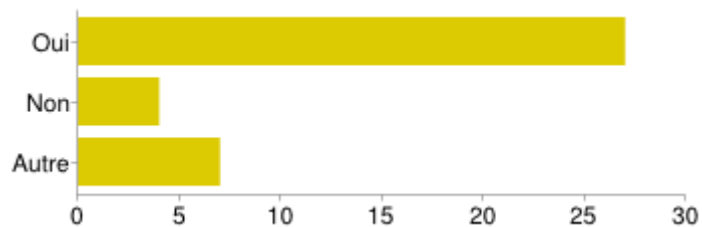
Oui : 17.5%  
Non : 72.5%  
Autres : 10%

**4. Si oui, avez-vous été surpris de voir votre consommation journalière ?**



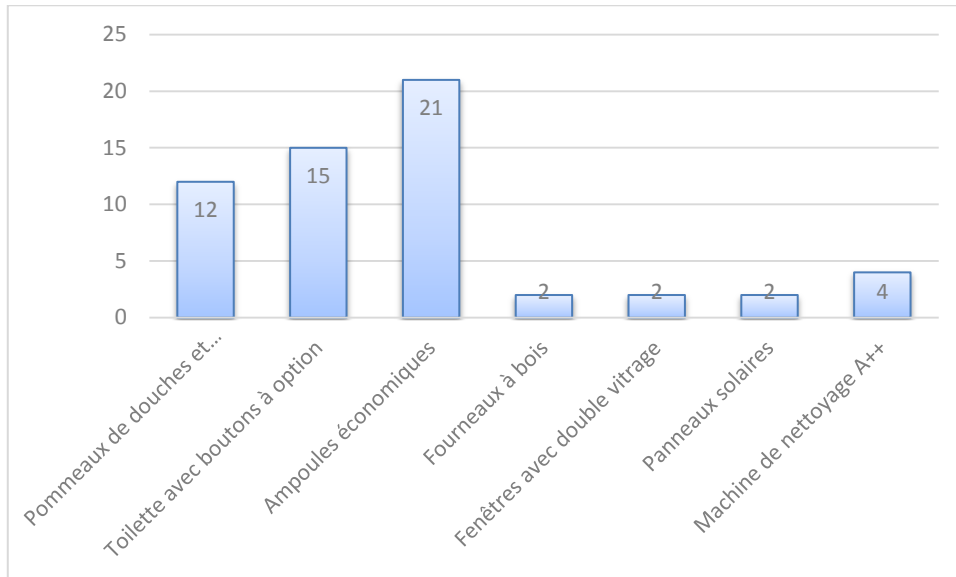
Oui : 52%  
Non : 38%  
Autres : 10%

**5. Faites-vous attention à votre consommation d'énergie (éteindre les lumières, conduite écologique, chauffage optimisé, etc...) ?**

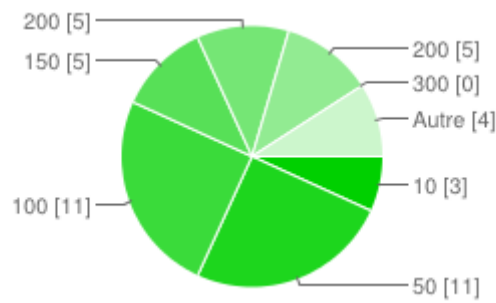


Oui : 71%  
Non : 10%  
Autres : 19%

**6. Nommez les différents objets que vous avez chez vous qui permettent d'économiser de l'énergie (Ampoule économique; pommeau de douche économique; toilette avec bouton de rinçage à option (deux tailles de boutons); etc....)**

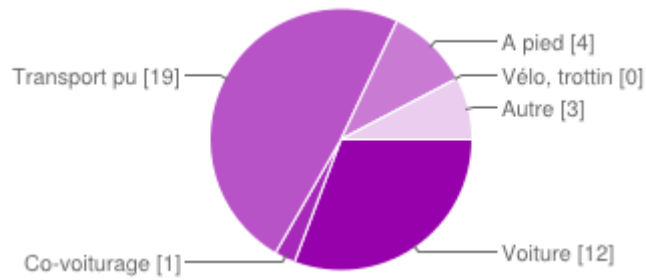


**7. Combien de litres d'eau pensez-vous utilisez quotidiennement ?**



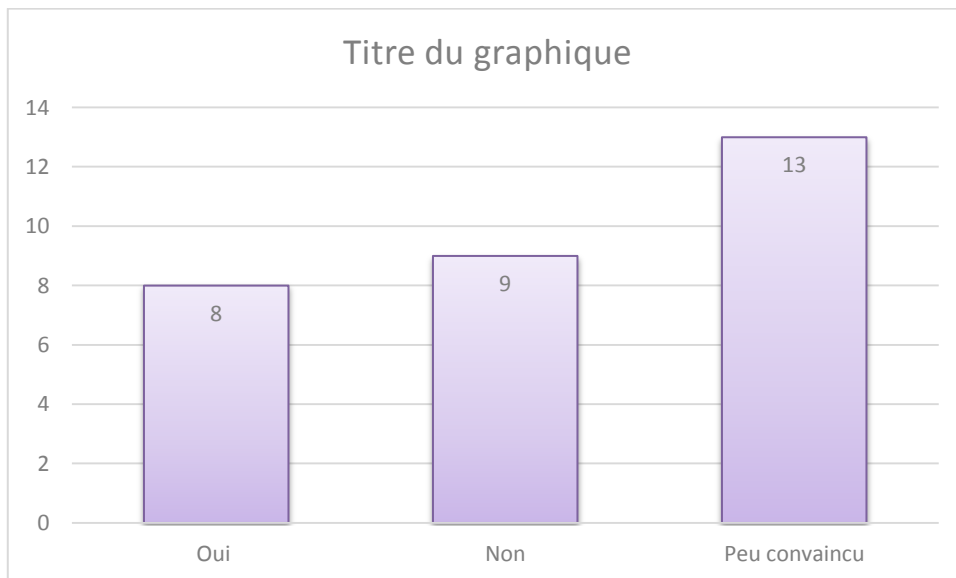
10 : 7.5%  
 50 : 27.5%  
 100 : 27.5%  
 150 : 12.5%  
 200 : 25%  
 300 : 0%

**8. Par quel moyen de locomotion, vous rendez-vous à votre lieu de travail ou de formation?**



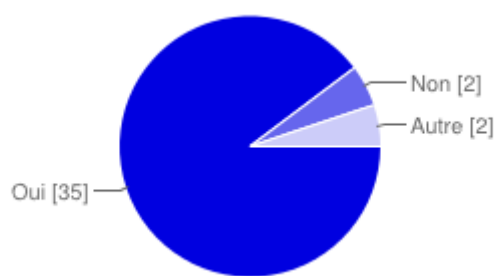
**Voiture : 31%**  
**Co-voiturage : 3%**  
**Transport public : 49%**  
**Pied : 10%**  
**Vélo : 0%**  
**Autres : 7%**

**9. Pensez-vous qu'un projet de sensibilisation tel que le notre peut-il réellement changer le comportement des gens et faire évoluer les choses ?**



**Oui : 43%**  
**Non :30%**  
**Peu convaincu : 27%**

**10. Seriez-vous intéressé de voir notre court métrage ?**



**Oui : 92.5%**  
**Non : 7.5%**