

# Défi Familles à Energie Positive

Motiver son équipe !

**Ce livret vous donne quelques idées innovantes de capitaines qui ont particulièrement plu aux co-équipiers. Rappelez-vous que la **convivialité** est centrale dans ce défi. Votre rôle est donc aussi de **dynamiser** votre équipe, alors n'hésitez pas à piocher dans cette liste !**

## 1 / Réunion « Tupperwatt »

Les réunions Tupperwatt fonctionnent sur le même principe qu'une réunion Tupperware, mais avec un sujet de conversation centré sur les économies d'énergie ! Elles ont lieu généralement chez le capitaine. Il est possible de solliciter la présence d'un conseiller info énergie pour à la fois faire connaissance avec lui et qu'il puisse répondre aux différentes questions (notamment en début de défi)

## 2 / Rotation Wattmètre

Pour que chaque famille puisse évaluer tranquillement chez soi leurs consommations énergétiques, prévoyez un planning où chacun pourra avoir accès au wattmètre, prévoyez de le laisser au moins une semaine par famille pour qu'elle puisse mesurer les consommations de tous les équipements.

### **3 / Atelier « main à la pâte »**

**Le principe :** Lors d'une rencontre en petit comité (une réunion Tupperwatt par exemple), vous pouvez proposer un atelier où chacun confectionnera un objet permettant d'économiser de l'énergie. Quelques idées: marmite norvégienne ; boudin de porte ; panneau réflecteur ; rouleau d'isolant autour des conduits de chauffage ; savon, yaourt maison pour éviter les emballages; composteur ; poubelle à compartiments pour mieux trier ; tricoter un pull en plus et chauffer d'un degré en moins...

### **4 / Atelier « roman photo »**

Chaque famille d'une équipe réalise un album photo racontant le défi. Des commentaires complètent les photos qui peuvent aussi bien illustrer les gestes que des moments conviviaux. C'est avant tout un excellent souvenir pour les participants mais aussi un support de témoignage original pour les animateurs. Il est également possible de réaliser un panneau/album par équipe et de découvrir ceux des autres lors des événements.

### **5 / Des commandes groupées**

Pourquoi ne pas acheter ensemble des objets qui permettent d'économiser de l'énergie (mousseurs, minuteurs, lampes dynamo, ouate de cellulose...). Les prix peuvent être plus intéressants, et les participants ont l'occasion de s'entraider pour le bricolage (des chantiers collectifs peuvent être mis en place).

### **6 / Réunion en salle info**

Pour mieux expliquer comment entrer ses relevés de consommation sur le site Internet, le capitaine peut réunir ses coéquipiers dans une salle informatique (d'une école ou d'une médiathèque par exemple) pour former chacun et faire ensemble le 1er relevé du défi.

## **7 / Repas à la chandelle ou semaine à thème**

Plusieurs foyers ont expérimenté le repas à la bougie durant le défi. C'est soit une réunion entre participants, soit un simple repas au sein de la famille. Tous ont rapporté une ambiance beaucoup plus propice à l'écoute et plus relax. D'autres familles se sont lancés le défi de ne pas utiliser leur télévision, leur voiture, etc pendant une semaine...

## **8 / Soirée à thème sur différents postes de consommation**

Faire des réunions autour d'un thème : froid, chauffage, électroménager... Il s'agit de concentrer la réflexion sur les méthodes d'économiser l'énergie dans un domaine spécifique. Demandez à votre animateurs des informations fiables sur le sujet en question (vous pourrez trouver des vidéos sur internet, des quizz, des tutoriels pour les gestes demandant un peu de bricolage,etc...).

## **9 / Réunion entre capitaines pour échanger leurs expériences**

Vous n'êtes pas seul, d'autres capitaines s'occupent également d'une équipe ! À votre initiative ou à celle de votre animateur, une rencontre des capitaines à mi-parcours ou une liste-mail

peuvent être mises en place afin de pouvoir partager les bonnes pratiques pour motiver son équipe.

## **10 / Réalisation d'un film**

Vous pouvez proposer à vos équipiers de réaliser un film court, parlant du défi ou de vos moments ensemble, et humoristique si possible ! Entre rédaction du synopsis, recueil d'anecdotes et tournage, moments conviviaux garantis ! Et si vous en êtes fier, demandez à votre animateur de le présenter aux autres équipes lors d'un événement !

## **10 / Trouver un super nom d'équipe !**

Votre équipe n'est pas encore baptisée ? Aller hop ! On fait participer les enfants, on se fait un petit brainstorming et vous verrez, avec des mots comme Watt, Heure, Ampère, Electricité, Energie, facile d'avoir un nom d'équipe qui déchire !

## **11 / Dessiner le logo de votre équipe**

Vous pouvez tirer parti des talents de dessinateurs de vos enfants pour réaliser un « logo » à votre équipe, à utiliser ensuite sur un poster, sur un t-shirt qui vous symbolisera lors des rencontres avec les autres équipes.