

# Confort d'abord

Déroulé de l'animation

## Présentation de l'animation, des intervenants et des participants

---

- Présentation des intervenants et de Gefosat
- On fait un tour de table ou un brise-glace. Exemple : « Donnez votre prénom, vous vivez dans un logement frais l'été ? Avec une bonne qualité de l'air ? ». L'intervenant répond en premier pour donner l'exemple.
- On explique au groupe le déroulé du jeu.
- On pose le cadre : écoute, bienveillance, confiance, parler avec intention...
- On demande s'il y a des questions.
- On divise le groupe en deux, un groupe joue au Confort d'abord et l'autre à Gestes malins.

## 1ère partie

---

- Le groupe 1 va devoir placer sur le plateau qualité de l'air les principales sources et polluants présents dans les logements.
- Le groupe 2 va devoir placer sur le plateau confort d'été les actions d'ouverture, fermeture des fenêtres et volets et climatisation, brasseurs d'air, en fonction du moment de la journée.

Avec les températures : 15 °C ; 28 °C ; 26 °C ; 20 °C

- Les 2 groupes sont réunis pour se corriger mutuellement.

## 2ème partie

---

- Le groupe 2 va devoir placer sur le plateau qualité de l'air les principales causes des polluants présents dans les logements.

**Association Gefosat**

33 bis rue du Faubourg Saint-Jaumes - 34000 Montpellier

04 67 13 80 90 - [contact@gefosat.org](mailto:contact@gefosat.org)



Le groupe 1 va devoir placer sur le plateau confort d'été les actions d'ouverture, fermeture des fenêtres et volets et climatisation, brasseurs d'air en fonction du moment de la journée. Cette fois on sera en canicule : 22 °C ; 38 °C ; 31 °C ; 25 °C

- Les 2 groupes sont réunis pour se corriger mutuellement.

## 3ème partie

---

- Les 2 groupes se réunissent sur le jeu qualité de l'air
- L'animatrice ou les participant.es posent les cartes conséquences
- Les participant.es placent les cartes solutions et les sources chaleurs interne.

## Conclusion

---

- On leur demande quelle est la carte qui les a le plus marqué
- Quelles sont les actions qu'ils vont mettre en place en rentrant

## Deux jeux : Le confort d'abord et Gestes malins respirez sain

---

### Au départ :

On explique au groupe le déroulé des deux jeux, on leur montre les plateaux et on pose le cadre.

On demande s'il y a des questions.

On divise le groupe en deux, un groupe joue au Confort d'abord et un à Gestes malins.

- **Confort d'abord :**

On vient d'abord chercher les connaissances du groupe, on peut rappeler les règles et le déroulé du jeu si besoin.

- 0) Introduction : Poser la question « Qu'est-ce qui fait qu'on a chaud dans le logement l'été ? », « Qu'est-ce que vous faites pour avoir moins chaud ? », « Est-ce que vous avez une clim chez vous ? », aller chercher les premiers éléments de réponse chez les participant-es, en discuter.

1) Temps de jeu : Le groupe se concerta pour replacer sur la course du soleil les actions à mener sur les ouvrants et sur la clim. Suivant la course du soleil, le groupe jeu doit placer les différentes vignettes : fenêtres fermées, ouvertes, volets fermés, ouverts, clim éteinte, allumée.

2) Théorie : Utiliser nos connaissances pour donner des éléments de réponse :

- Expliquer l'ensoleillement et son rôle dans la température intérieure, préciser qu'il faut fermer les fenêtres dès que  $T^{\circ}\text{C}$  extérieur  $>$   $T^{\circ}\text{C}$  intérieure, que cela dépend de l'exposition du logement, parler des protections solaires, de la végétalisation, etc.

- Expliquer et déconstruire l'usage de la clim : Détailler la puissance moyenne d'un climatiseur (généralement entre 1500 et 2000W par heure) rapporté à son coût (0.38 à 0.63€ par heure d'utilisation). Expliquer que ce coût varie beaucoup en fonction du modèle (importance des classes énergétiques), de la durée d'utilisation et de l'usage (lien avec les ouvrants) : si vous laissez les volets ouverts aux heures les plus chaudes, votre clim va considérablement surconsommer, etc. (parler des circonstances dans lesquelles une clim peut surconsommer).

○ **Gestes malins respirez sain :**

On a préalablement réparti les cartes sur le plateau de jeu.

0. Chaque personne du groupe prend une (ou deux) cartes « *Source* » et « *Polluants* ».
1. Les joueur-euses doivent placer en premier les sources, puis plus bas les polluants associés. Il y a plusieurs sources à un seul polluant. L'expliquer : « On va essayer de trouver pour chaque polluant sa ou ses sources, ça va nous permettre de voir ce qui crée de la pollution chez nous ».
2. L'idée est que le groupe discute d'où placer chaque carte, l'animateur fait lire la carte à chaque personne, lui demande où elle la placerait, et ses camarades peuvent en discuter avec elle.
3. Théorie, pour répondre aux questions et argumenter :

→ En moyenne, sur une journée un adulte respire 12 000 litres d'air et passe autour de 15h/jour dans son logement.

→ L'air intérieur est plus pollué que l'air extérieur (dans un logement, les polluants de l'air extérieur se rajoutent à ceux de l'air intérieur) : cf. graph ci-dessous. 2 Composé organique Volatile (COV) classés cancérogènes : benzène et formaldéhyde (cancer du naso-pharynx). Coût sanitaire et socio-économique : 6 polluants de l'air intérieur (Benzène, Trichloréthylène, CO, particules fines (PM 2,5 et PM 10), tabac et radon) = 19 milliards € en France.

→ Une famille de 4 personnes produit environ 12 litres de vapeur d'eau par jour. Au-delà de 65 % d'humidité à l'intérieur il y a développement de moisissures, acariens et émissions de polluants par les meubles, revêtements et matériaux ; par contre en dessous de 30 %, on constate une sécheresse des voies respiratoires et de la peau, électricité statique.



→ Température : entre 18 et 22°C dans la pièce principale, un peu moins dans les chambres. Une température trop élevée est plus favorable au développement des polluants, de l'humidité ; une température trop faible peut présenter un danger pour la santé (< 16°C : risque d'altération des fonctions respiratoires, < 12°C : le froid agit sur le système cardio-vasculaire, < 6°C : risque d'hypothermie).

## **FIN DU PREMIER TEMPS DE JEU**

Les animateurs rassemblent les deux groupes et corrigent, l'idée est de corriger en plénière pour permettre à tout le monde d'obtenir les éléments de réponse.

On va corriger le placement des cartes sur le jeu *Gestes malins* et le placement des menuiseries/clim sur le jeu *Confort d'abord*.

Par la suite, on demande au groupe de former à nouveau les mêmes deux demi-groupes, et on échange : Le demi-groupe qui jouait à *Gestes malins* passe au *Confort d'abord* et réciproquement.

Les principes sont les mêmes, sauf que :

- On augmente les températures du jeu *Confort d'abord* pour le mettre en mode canicule.
- On ne s'intéresse plus aux polluants et à leurs sources mais aux causes et conséquences des polluants sur la santé, on distribue alors une (ou deux) cartes au nouveau groupe et on lui donne la même consigne : « *Essayez de trouver pour chaque source/polluant la cause, puis la conséquence pour nous s'il est trop présent dans le logement* ». On demande à chaque joueur-euse de lire sa carte à tour de rôle, et où elle la placerait, en lui disant qu'elle peut en discuter avec les autres.

Une fois que les deux groupes ont terminé le deuxième temps de jeu, on corrige en plénière comme la première fois. On peut dire aux deux groupes de se rassembler à nouveau.

Enfin, on distribue d'abord une carte « *Solution* » par personne pour le jeu *Gestes malins* et on demande au groupe maintenant entier de les placer pour éviter les conséquences. Pour le *Confort d'abord*, on sort le camembert et on demande au groupe de nous dire ce qui dégage le plus de chaleur dans le logement. Temps de discussion, de propositions de réponses, puis on place les quatre vignettes sur le camembert et on l'explique.

**Fin, on n'oublie pas de leur demander avec quoi iels repartent.**