



Protégeons la planète &
réduisons nos consommations



groupe Arcade-vyv

ÉCONOMISER L'EAU

Une ressource précieuse



groupe Arcade-vyv

CONCEPTEURS, ANIMATEURS
de cadres de vie et de santé

L'EAU, UNE RESSOURCE À PRÉSERVER

L'IMPORTANT DE L'EAU

L'eau est indispensable à la vie.

Or, cette ressource essentielle se raréfie de jour en jour. Quels sont les causes et les enjeux qui se dessinent ?



L'eau est une ressource qui subit de plein fouet les effets du changement climatique.

Puisqu'il ne pleut plus assez régulièrement, une partie de l'eau s'évapore et ne pénètre pas assez loin dans le sol pour atteindre les nappes phréatiques.

Concrètement, cela engendre une diminution de la quantité mais aussi de la qualité de l'eau.

Dans les entreprises aussi, les enjeux autour de l'eau sont débattus via notamment l'Atelier «la Fresque de l'Eau».

Ce jeu collaboratif permet d'appréhender le cycle de l'eau et d'ouvrir la réflexion sur des mesures à impulser.

En France, nous avons la chance d'avoir de l'eau potable à volonté alors que près de 3 milliards d'êtres humains en ont moins de 20 litres par jour.



En moyenne, nous consommons 148 litres d'eau par jour et par personne, répartis ainsi :

- **39 %** pour l'hygiène corporelle,
- **20 %** pour la chasse d'eau des WC,
- **22 %** pour lave-linge et vaisselle.

L'eau que nous buvons ne représente qu'1% de notre consommation totale !

Vous avez pourtant le pouvoir d'agir en changeant certains de vos comportements au quotidien ou en procédant à quelques modifications sur vos équipements existants.

Ces bons comportements se traduiront aussi par des factures d'eau moins salées chaque année.

Voici donc comment économiser efficacement et simplement l'eau !

COMMENT PRÉSERVER L'EAU

■ Dans votre logement

Les réducteurs d'eau aux robinets permettent de réduire le débit et d'économiser ainsi entre 30 et 50% d'eau.

Quand vous cuisinez, pensez à récupérer l'eau de lavage des légumes pour arroser vos plantes. Enfin ne laissez pas couler l'eau inutilement. Cela s'applique aussi sous la douche.

■ Dans la salle de bain

Si vous êtes amené à changer le pommeau de douche choisissez un modèle hydro-économe.

- Pommeau avec débit classique : environ 16 litres/minute
- **Pommeau avec débit hydro-économe** : environ 7 litres/minute
- Durée moyenne d'une douche : 8 minutes
- **Économie par douche** : $16 \text{ L/min} \times 8 \text{ min} = 128 \text{ L}$
 $7 \text{ L/min} \times 8 \text{ min} = 56 \text{ L}$
- Différence = **72 litres économisés par douche**

■ Quels sont les gestes simples pour économiser l'eau ?

- Récupérer l'eau de pluie pour arroser vos plantes.
- Penser à retirer le calcaire en plongeant 2 fois par an ses équipements hydro-économiques (mousseurs et aérateurs sur les robinets) dans du vinaigre blanc durant 2 heures),
- Privilégier les appareils électroménagers avec une étiquette énergétique performante,
- Repérer d'éventuelles fuites en relevant son compteur durant une longue période dans consommation d'eau (ex : relever les chiffres le soir et les comparer avec ceux indiqués le lendemain matin).



Un robinet qui goutte : 4 litres/heure = 35 m³/an



Un filet d'eau : 16 litres/heure = 140 m³/an



Une chasse d'eau qui fuit : 25 litres/heure = 220 m³/an

LES GESTES PRATIQUES À ADOPTER

Comment bien réutiliser l'eau ?

Pour limiter le gâchis d'eau et ainsi réaliser quelques économies sur sa facture, il existe des astuces qui permettent de récupérer l'eau dans le but de la réutiliser dans les tâches du quotidien.

Fermer le robinet quand on se lave les dents, quand on se rase ou quand on fait la vaisselle.



Saviez-vous que l'eau de cuisson de vos pâtes et de vos légumes était **pleine de nutriments intéressants pour vos plantes** d'intérieur ? Une fois refroidie, vous pouvez vous en servir pour arroser vos plantes vertes et vos fleurs.

Pensez à faire de même à la fin du repas avec l'eau qu'il reste dans le pichet de table.



Préférez la douche plutôt qu'un bain qui consomme 4 fois moins d'eau, à condition de ne pas s'y attarder.

Coupez les robinets d'alimentation d'eau lorsque vous vous absentez plusieurs jours afin de prévenir les éventuelles fuites.



Bleu = eau froide



Positionnez le mitigeur sur la position eau froide après utilisation pour économiser l'eau chaude qui coûte plus cher.

QUESTIONS - RÉPONSES

► Pourquoi l'eau est-elle importante pour les organismes vivants ?

L'eau est essentielle pour la vie. Elle constitue environ 60% du corps humain et est nécessaire pour la plupart des processus biologiques, y compris la digestion, la circulation sanguine et la régulation de la température corporelle.

► Qu'est-ce que l'eau potable et pourquoi est-elle importante ?

L'eau potable est de l'eau qui est propre à la consommation humaine sans danger pour la santé. Elle est cruciale pour prévenir les maladies et assurer une bonne hygiène.

► Quels sont les effets de la pollution de l'eau ?

La pollution de l'eau peut avoir des effets dévastateurs sur les écosystèmes aquatiques, la santé humaine et les économies locales. Elle peut entraîner la contamination des sources d'eau potable, la mort de la faune aquatique et la propagation de maladies.

► Quels sont les impacts du changement climatique ?

Le changement climatique affecte les ressources en eau de plusieurs façons, notamment par des changements dans les précipitations, une augmentation de la fréquence et de l'intensité des sécheresses, des inondations, la fonte des glaciers et des calottes polaires. Tout cela peut perturber les régimes de débit des rivières et des nappes phréatiques.

► Pourquoi l'eau souterraine est-elle importante et comment peut-elle être contaminée ?

L'eau souterraine est une source vitale d'eau potable pour de nombreuses populations. Elle peut être contaminée par des activités humaines comme l'agriculture (nitrates, pesticides), les décharges (produits chimiques toxiques), les fuites de réservoirs de stockage et les égouts non traités.

► Qu'est-ce qui consomme le plus d'eau à la maison* ?

39% bains et douches	6% cuisine
20% sanitaires	6% jardin et entretien de la voiture
12% machine à laver	1% boissons
10% vaisselle	



- **Agence de Fontainebleau**
24, rue de Grande-Bretagne
Village de la Faisanderie
77300 FONTAINEBLEAU
☎ : 01 78 49 40 00
✉ : accueil.fontainebleau@fsm.eu
- **Agence Val de Seine & Sénart**
14^{bis}, avenue Thiers
77000 MELUN
☎ : 01 64 14 43 47
✉ : accueil.valdeseine@fsm.eu
- **Antenne de Bussy-Saint-Georges**
12, rue Jean Monet
77600 BUSSY-SAINT-GEORGES
☎ : 01 78 49 62 45
✉ : accueil.bussy@fsm.eu
- **Antenne de Provins**
28, rue du Val
77160 PROVINS
☎ : 01 72 84 00 24
✉ : accueil.provins@fsm.eu



WWW.FSM.EU

