

## L'EAU.

### Consommation d'eau pendant la douche : tout dépend de la durée et du débit !

**Une douche classique** utilise 15 à 20 litres d'eau par minute mais les douches « sensation pluie » ou hydro massantes ont un débit qui peut atteindre 35 litres par minute. A ce rythme-là, une douche de 5 minutes équivaut à la consommation d'eau d'un bain (de 150 à 220 litres d'eau selon la contenance de la baignoire, que l'on a donc tout intérêt à choisir de dimensions raisonnables).

Pour être écologique, **la douche doit donc être courte** (pas plus de 5 minutes), et si possible avec **un faible débit d'eau**. Couper l'eau pendant que l'on se savonne permet d'économiser l'eau et d'utiliser moins de savon : doublement intéressant !

*Pour mémoire, bains et douches représentent un tiers de la consommation quotidienne d'eau, estimée à environ 120 litres par personne, et les toilettes un autre tiers. Le dernier tiers rassemble des usages divers : jardinage, lavage de voiture, bricolage, vaisselle, cuisine et boisson...*

### 5 astuces pour économiser l'eau sous la douche

- **Fermer le robinet** quand on se savonne
- **Installer un coupe-douche** (« stop-douche ») qui ferme l'arrivée d'eau pendant le savonnage.
- **Installer un réducteur de pression** au départ du flexible de la pomme de douche.
- **Installer une pomme de douche à débit réduit**, qui fractionne les gouttelettes et peut aller jusqu'à réduire de moitié la consommation d'eau (à ne pas confondre avec les pommes de douche « sensation pluie ! »).
- **Installer un mitigeur** : on gaspille moins d'eau non seulement lors du réglage de la température, mais aussi pendant toute la durée de la douche (économie : de 10 à 20 %).
  
- **Des voisins, des idées !**

« Chez mes voisins, lorsqu'un membre de la famille prend une douche, il installe une cuvette à ses pieds. La cuvette se remplit surtout au moment de régler la température de l'eau, qui commence par arriver froide. Les parents réutilisent l'eau pour les toilettes ou pour les plantes. Et à chaque seau économisé, une petite pièce rejoint la tirelire des enfants ! »