

SlowHeat: Collecte des résultats intermédiaires



# Mon logement

|  |  |
| --- | --- |
| Prénom |  |
| Superficies en m² | ... |
| Type (maison mitoyenne, appart., duplex sous toiture...) | ... |
| Date de construction | ... |
| PEB | **X** (...KWh/m².an) |
| Composition du ménage occupant | X bébés, X enfants, X ados, X adultes, ... |
| Mon système de chauffage: | ... |

# Plan, dessin, descriptif, schéma du logement... :

|  |
| --- |
|  |

Consommations d’énergie

# Consommations

|  |
| --- |
| Il n’est pas nécessaire de remplir toutes les lignes, seul celles que vous pouvez relever.  La longueur des périodes est libre. Pour la période pré-slowheat il peut s’agir d’une ou plusieurs période d’un an issues des factures par exemple. |

## AVANT SLOWHEAT

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **DU** | 01/02/22 | ... | ... | ... | ... |
| **AU** | 07/02/22 | ... | ... | ... | ... |
| Gaz (m³) |  |  |  |  |  |
| Gaz (KWh) |  |  |  |  |  |
| Électricité (KWh) |  |  |  |  |  |
| Eau |  |  |  |  |  |
| Chauffage (KWh) |  |  |  |  |  |
| Eau Chaude (KWh) |  |  |  |  |  |
| Chauffage élec. (KWh) |  |  |  |  |  |
| Commentaire éventuel | | | | | |
| ............... | | | | | |

## PENDANT SLOWHEAT

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **DU** | 01/02/22 | ... | ... | ... | ... |
| **AU** | 07/02/22 | ... | ... | ... | ... |
| Gaz (m³) |  |  |  |  |  |
| Gaz (KWh) |  |  |  |  |  |
| Électricité (KWh) |  |  |  |  |  |
| Eau |  |  |  |  |  |
| Chauffage (KWh) |  |  |  |  |  |
| Eau Chaude (KWh) |  |  |  |  |  |
| Chauffage élec. (KWh) |  |  |  |  |  |
| Commentaire éventuel | | | | | |
| ............... | | | | | |

Températures intérieures

## AVANT SLOWHEAT (en hiver)

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  | Les températures varient généralement entre ces valeurs | | |  |
| Sur la période de relevé de consommation | Minimum record | Minimum régulier | Moyenne | Maximum régulier | Maximum record |
| Pièce de vie | 16 | 18 | 20 | 22 | 24 |
| Espace de nuit | ... | ... | ... | ... | ... |
| Lieux de passage | ... | ... | ... | ... | ... |
| Note sur la récolte des données : | | | | | |
| C’est données viennent de : (souvenirs/thermomètre, thermostat, sondes…) | | | | | |

## PENDANT SLOWHEAT (en hiver)

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  | Les températures varient généralement entre ces valeurs | | |  |
| Sur la période de relevé de consommation | Minimum record | Minimum régulier | Moyenne | Maximum régulier | Maximum record |
| Pièce de vie | 14 | 15,5 | 16 | 17 | 19 |
| Espace de nuit | ... | ... | ... | ... | ... |
| Lieux de passage | ... | ... | ... | ... | ... |
| Note sur la récolte des données : | | | | | |
| C’est données viennent de : (souvenirs/thermomètre, thermostat, sondes…) | | | | | |

# Confort

|  |  |
| --- | --- |
| Avant il me fallait (°C) | ...°C |
| Avant le confort pour moi c’était : | .................................................................................................... |
| Aujourd’hui je suis confortable avec (°C) | ...°C |
| Aujourd’hui le confort pour moi c’est : | .................................................................................................... |
| Ce qui a changé dans ma perception/vision du confort c’est... ? | ........................................................................................................................................... |
| Autre commentaire éventuel |  |

Solutions passives (sans énergie)

# Le corps, l’activité, l’alimentation, le mental, la tolérance au froid...

|  |
| --- |
| Commentaire éventuel |
| Écrire ici ce qui a changé ou que vous avez changé sur ces différents aspects :  **Corps :**  ...  **Activités (où, quand, pourquoi):**  ...  **Alimentation :**  ...  **Mental/ tolérance au froid :**  ... |

# Vêtements et accessoires (couvertures, gants, pantoufles...)

## AVANT SLOWHEAT

|  |
| --- |
| Comment je m’habillais en hiver chez moi (décrire précisément toutes les couches généralement portées et les variantes possible: quand on invite, quand on est dans le canapé, le matin, le soir, le weekend...) |
| Dans ce cas là.... Je porte... Parce que....  Ce qui me permet de...  Mais dans ce cas là...  Je porte...  Parce que...  Ce qui me permet de... |

PHOTO(S) :

|  |
| --- |
|  |

## PENDANT SLOWHEAT

|  |
| --- |
| Comment je m’habille en hiver chez moi : décrire précisement toutes les couches généralement portées et les variantes possible : quand on invite, quand on est dans le canapé, le matin, le soir, le weekend...) |
| Dans ce cas-là… Je porte... Parce que....  Ce qui me permet de...  Mais dans ce cas là...  Je porte...  Parce que...  Ce qui me permet de... |

PHOTO(S) :

|  |
| --- |
|  |

# Cloisonnement intérieur

|  |
| --- |
| Ce qui a changé et pour quels bénéfices/gênes |
| J'ai utilisé ça... Ça m’a permis de garder X°C de plus là... D’économiser X.. Ça permet aussi de...  Mais parfois ... À long terme il faudrait... |

# Agencement et délocalisation d’activité

|  |
| --- |
| Ce qui a changé et pour quels bénéfices/gênes |
| J'ai utilisé ça... Ça m’a permis de garder X°C de plus là... D’économiser X.. Ça permet aussi de...  Mais parfois ... À long terme il faudrait... |

Solutions actives (qui consomment de l’énergie pour fonctionner)

|  |
| --- |
| Retour sur l’utilisation de solutions radiantes |
| J'ai utilisé ça... Avec telles caractéristiques...  De telle façon....  Je dois dire que... Ça m’a permis d’économiser X... Ça permet aussi de...  Mais parfois ... À long terme il faudrait... |

|  |
| --- |
| Retour sur l’utilisation d’accessoires chauffants |
| J'ai utilisé ça... Avec telles caractéristiques...  De telle façon....  Je dois dire que... Ça m’a permis d’économiser X... Ça permet aussi de...  Mais parfois ... À long terme il faudrait... |

|  |
| --- |
| Autre... |
| J'ai utilisé ça... Avec telles caractéristiques...  De telle façon....  Je dois dire que... Ça m’a permis d’économiser X... Ça permet aussi de...  Mais parfois ... À long terme il faudrait... |