



LES ÉCO-GESTES

Le froid est enfin arrivé ! En contrepartie, c'est votre facture d'énergie qui s'envole ! Avant de réaliser des travaux de rénovation énergétique, il est possible de réduire sa facture d'énergie en investissant malin et en adoptant des gestes simples au quotidien.

Quels gestes à adopter pour réduire sa facture de chauffage ? Comment diminuer la consommation de ses appareils électriques ? Comment garder un logement sain ?

Zoom sur les éco-gestes !



Quels gestes à adopter pour réduire sa facture de chauffage ?

Sur la facture d'énergie, le chauffage représente plus de la moitié des consommations. C'est alors sur ce poste qu'il faut agir en priorité. Pour diminuer sa consommation de chauffage, il est intéressant d'isoler son logement dans un premier temps, puis de remplacer son système de chauffage ancien par un équipement plus performant.

Avant de s'engager dans des travaux de rénovation, voici quelques gestes qui peuvent vous faire économiser de l'énergie, tout en améliorant votre confort :

- Chauffez à la bonne température : 19°C dans les pièces à vivre, 16°C dans les chambres. 1°C de moins c'est 7% d'économies sur votre facture d'énergie.
- Ne cachez pas vos radiateurs : Laissez le champ libre devant vos radiateurs afin que la chaleur puisse se propager dans toute la pièce.
- Purgez régulièrement vos radiateurs à eau : Cela permet de retirer l'air qui s'accumule dans ceux-ci et ainsi conserver leur efficacité.
- Fermez vos volets la nuit : Ce geste permet de gagner 1°C.

Vous pouvez aussi investir à moindre coût :

- Entretenez votre chaudière : Moins de risque de panne, longévité, et performance conservée. L'entretien est obligatoire chaque année et coûte environ 100-150 €.
- Équipez vos radiateurs de robinets thermostatiques : Vous pourrez régler manuellement la température de chauffe de vos radiateurs.
- Installez un programmateur : Chauffez quand il le faut, là où il faut et à la bonne température grâce à une horloge de programmation.

Comment diminuer la consommation de ses appareils électriques ?

Sur la facture d'énergie, la consommation des appareils électriques représente environ 20%. Les appareils produisant du froid et les équipements de loisirs (audiovisuel et informatique) sont les plus consommateurs d'électricité.

La sobriété énergétique est le mot d'ordre pour réduire efficacement cette consommation d'énergie.

En voici quelques exemples :

- Dégivrez régulièrement : Un appareil de froid peu entretenu, c'est une surconsommation d'énergie de 30%.
- Ne collez pas votre réfrigérateur au mur : Pour évacuer la chaleur, laissez un espace de 5 à 10 cm derrière votre réfrigérateur.
- Eteignez les veilles : Branchez vos appareils électriques sur une multiprise munie d'un interrupteur et éteignez celui-ci lorsque ce sera nécessaire (nuit, absence, non utilisation des appareils).
- Couvrez vos casseroles pendant la cuisson : Gain de temps et économies seront au rendez-vous.



Comment garder un logement sain ?

Nous passons 80% de notre temps dans des lieux fermés, principalement dans nos logements. L'air à l'intérieur peut être plus pollué que l'air extérieur à cause de mauvaises pratiques (ex : tabagisme) ou certains produits utilisés tels que les produits d'entretien, les parfums d'intérieur, le mobilier, la décoration, les moisissures, une mauvaise combustion des appareils de chauffage, etc.

Il est donc indispensable de pratiquer certains réflexes pour garder un air de qualité :

- Privilégiez des produits faiblement émissifs en polluants : Le logo Ecolabel européen et l'étiquette « émissions dans l'air intérieur » sont gages de qualité.
- Veillez au bon fonctionnement de votre système de chauffage : Une mauvaise combustion entraîne des émissions de particules, monoxyde de carbone, etc.
- Maîtrisez l'aération de votre logement : S'équiper d'une Ventilation Mécanique Contrôlée est le meilleur moyen de lier efficacité, économies d'énergie et qualité de l'air.
- Ne bouchez pas les entrées et sorties d'air : Une aération non maîtrisée ne permet plus d'évacuer correctement l'humidité et les polluants, et n'apporte plus un air de qualité à l'intérieur du logement.