



*C'est décidé, on fait  
des économies  
d'énergie !*

Espace **INFO → ÉNERGIE** Nancy Grands Territoires  
[nancygrandsterritoires@eie-lorraine.fr](mailto:nancygrandsterritoires@eie-lorraine.fr)

AGENCE LOCALE DE L'ÉNERGIE ET DU CLIMAT  
NANCY GRANDS TERRITOIRES  
Tél. : 03 83 37 25 87 - [info@alec-nancy.fr](mailto:info@alec-nancy.fr)  
[www.alec-nancy.fr](http://www.alec-nancy.fr)

# Réduire sa consommation d'énergie...



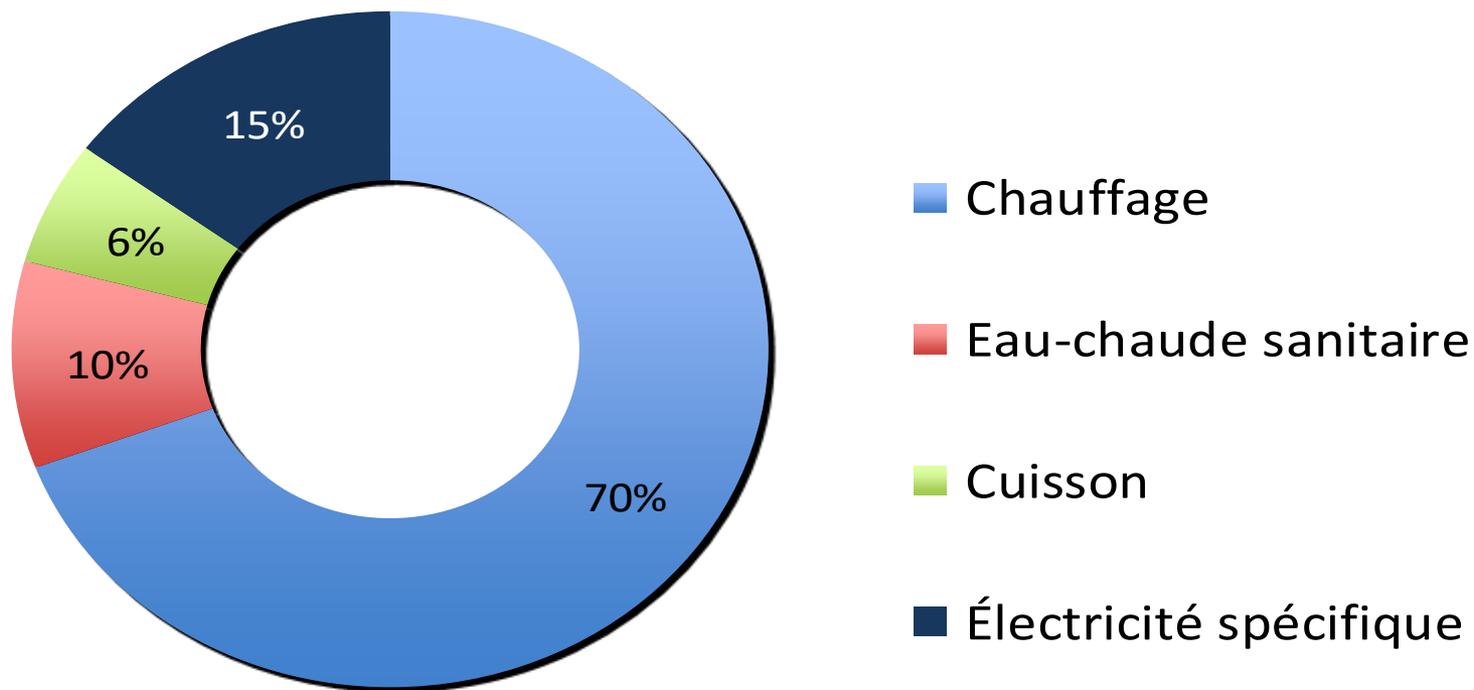
- ✓ Pour maîtriser ses charges
- ✓ Pour protéger l'environnement
- ✓ **Pour bien vivre !**

# Au menu de cet après midi



- Énergie : quel impact sur le budget ?
- Place à l'action ! Les actions possibles poste par poste
- On s'y met ! Propositions pour se lancer dans les économies d'énergie

# Énergie : quel impact sur le budget ?



Répartition des usages de l'énergie dans l'habitat en 2009 en % de la consommation totale d'énergie

Source : Ademe, d'après Ceren, 2009.

## Evolution du prix des énergie en c€/kWh

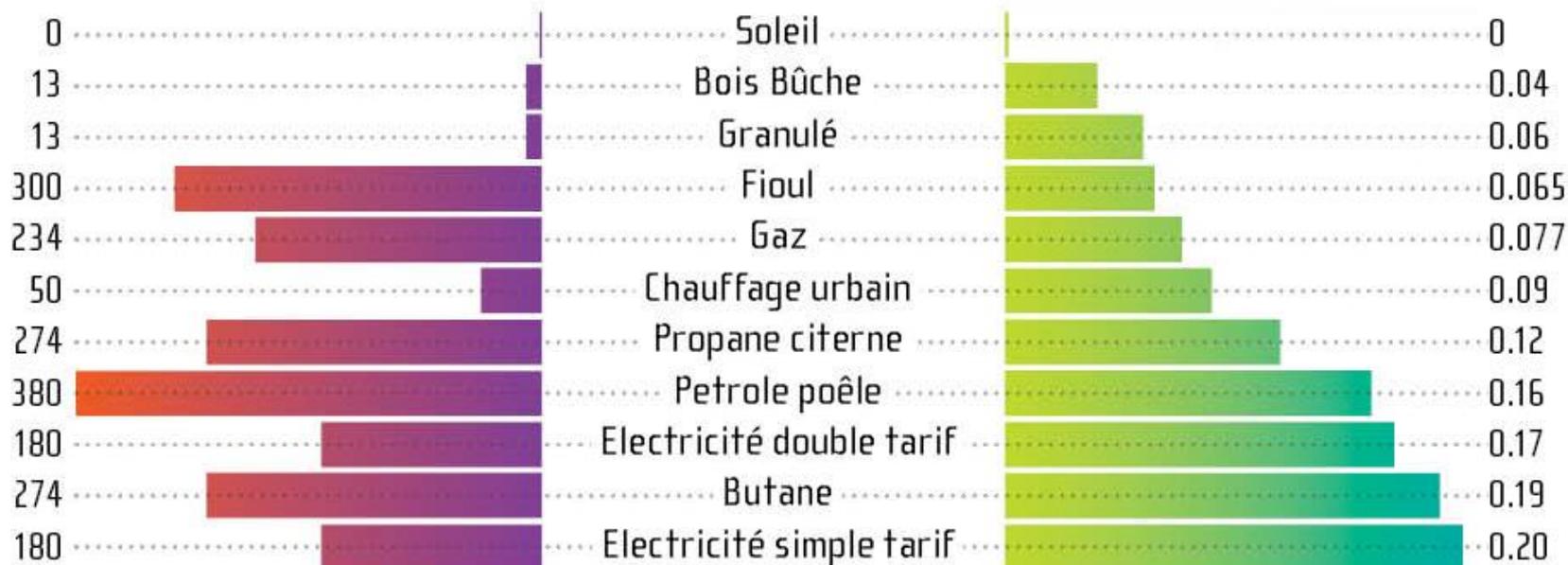


# Évolution des prix et ouverture du marché



**Rejet de CO<sub>2</sub> Fossile**  
 en gr/kWh

**Prix des énergies à usage domestique**  
 en €/kWh (abonnement compris)\*



\* Base de données Pégase / Ministère de l'environnement, de l'énergie et de la mer / ADEME.

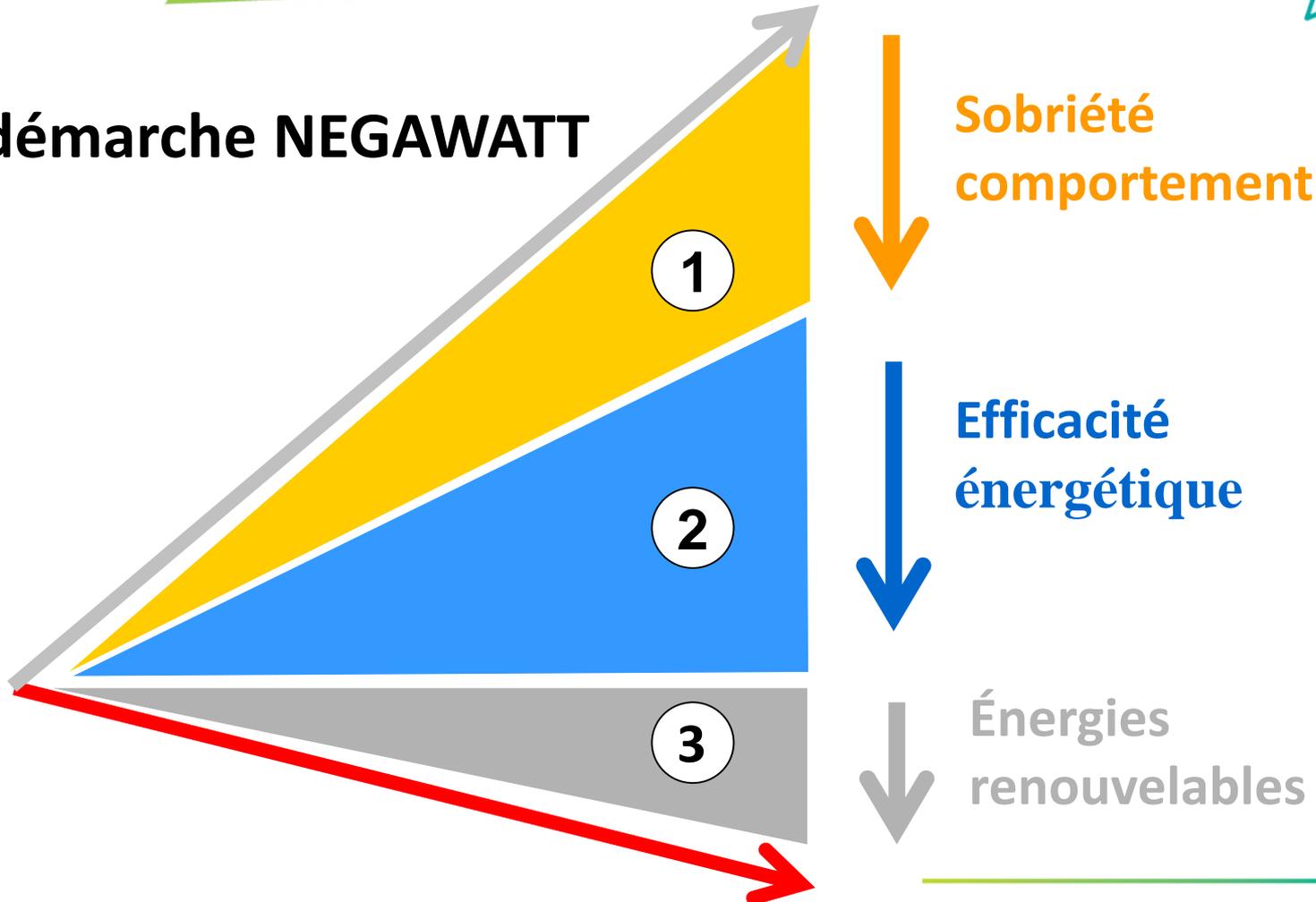
# Place à l'action !

## Les actions possibles poste par poste

# Comment agir ?



## La démarche NEGAWATT



# Petits matériels à installer

## Des économies immédiates !

- Ampoule LED (gain d'environ 5 €/an)
- Multiprise coupe veille (gain d'environ 30 €/an)
- Réducteur de chasse d'eau (gain d'environ 20 €/an)
- Limiteurs de débit ou « mousseurs » (gain d'environ 25 €/an)



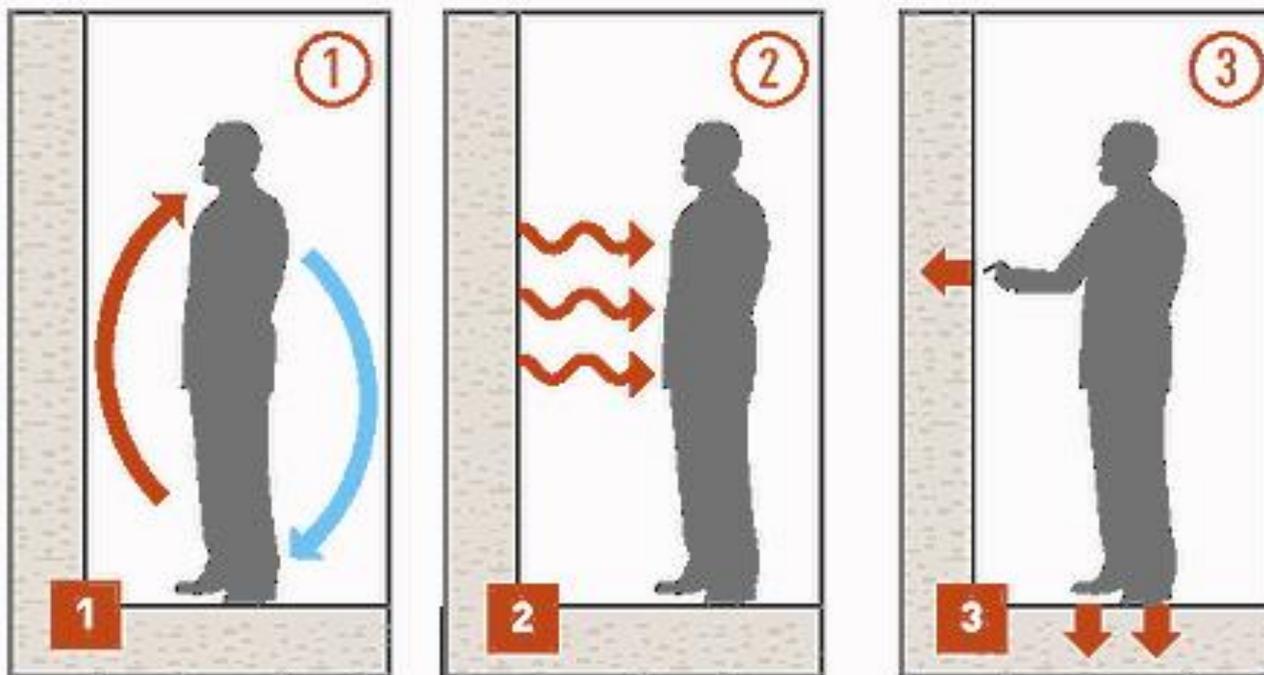
# Comment économiser sur le chauffage ?

≠ couper le chauffage !

# Comment économiser sur le chauffage ?

## Chauffage et confort thermique

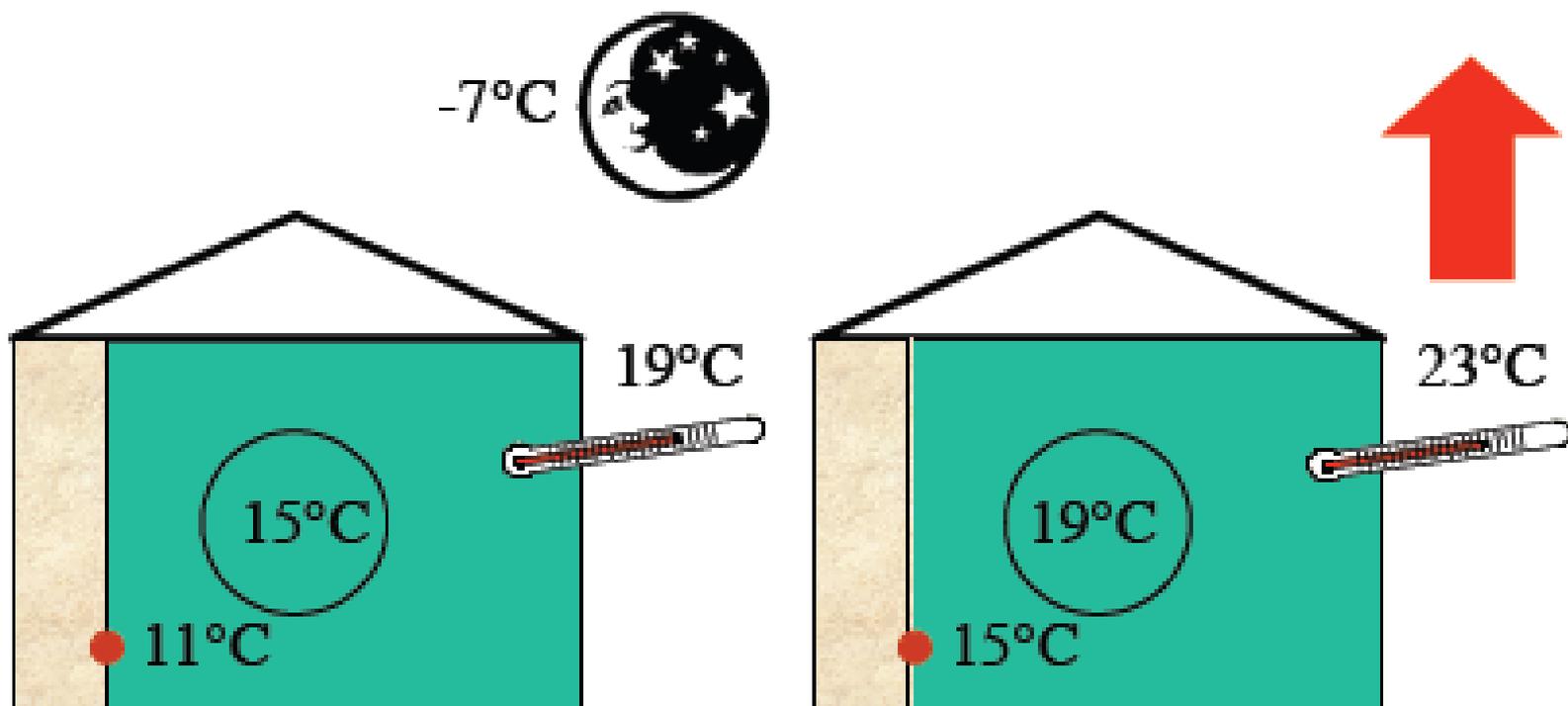
### Convection, conduction, rayonnement



- 1** Le phénomène de convection entre la peau et l'air.
- 2** Le rayonnement.
- 3** La conduction par contact direct entre la peau et les objets.

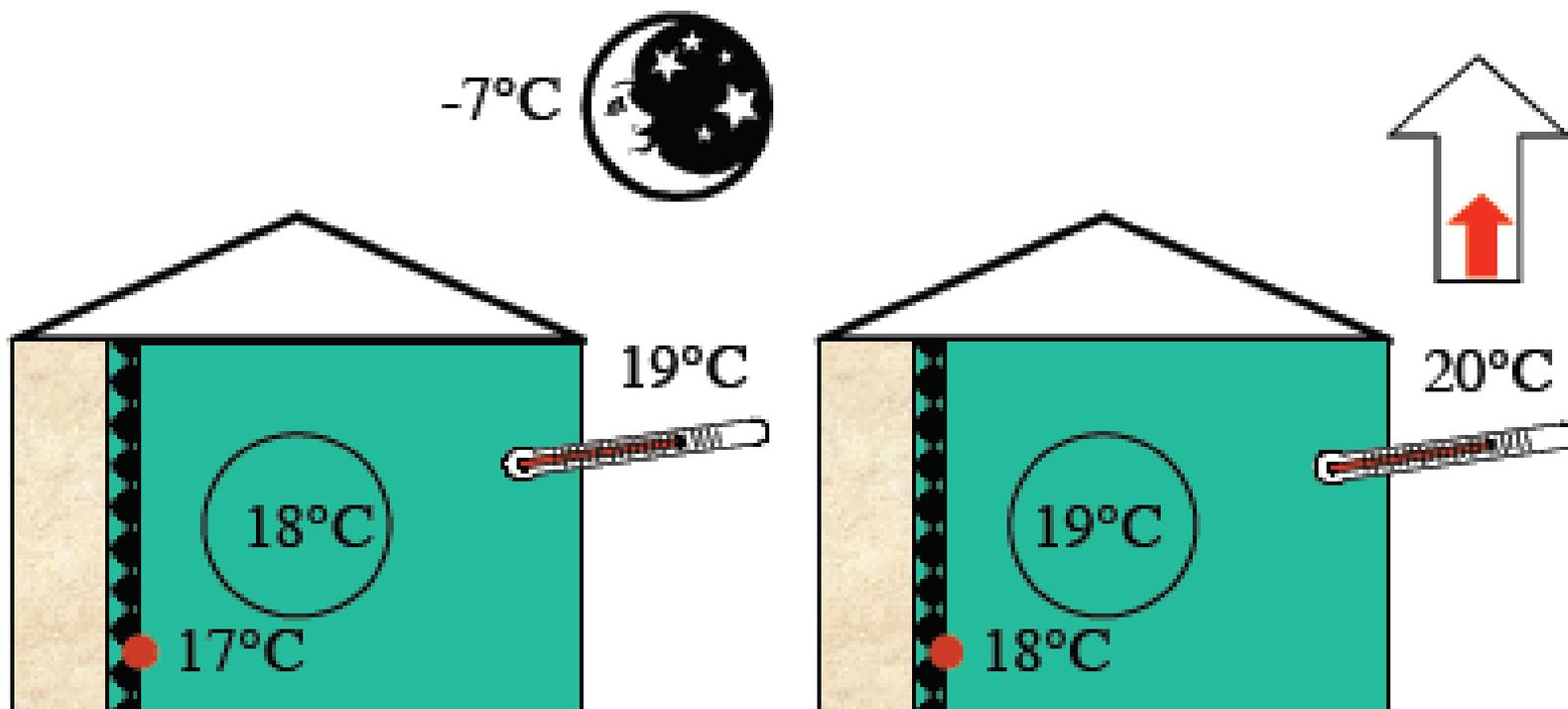
# Comment économiser sur le chauffage ?

## Chauffage et confort thermique



# Comment économiser sur le chauffage ?

## Chauffage et confort thermique



# Comment économiser sur le chauffage ?

## En préservant la chaleur

- Calfeutrer les portes, les fenêtres
- Isoler la toiture, les murs, le sol
- Fermer volets et rideaux la nuit, portes donnant accès aux pièces non chauffées



# Comment économiser sur le chauffage ?



## La ventilation

- Indispensable (santé, moisissures) mais doit être maîtrisée

### Les bons trucs :

- Prendre soin de la VMC : nettoyage (bouches, entrées d'air, circulation sous les portes)
- Ouvrir les fenêtres en grand pendant 5 minutes maximum

# Comment économiser sur le chauffage ?

**Couper le chauffage avant d'ouvrir les fenêtres !**



# Comment économiser sur le chauffage ?

## La régulation

- vérifier la température avec un thermomètre !
- 19°C la journée , 17°C la nuit ou en cas d'absence
- 2 ou 3°C maxi d'écart entre deux pièces



# Comment économiser sur le chauffage ?

**1°C de plus = 7 à 11% de consommation en plus !!!**



# Comment économiser sur le chauffage ?

## La régulation

- Régler son thermostat d'ambiance (programmable)
- Les vannes classiques et thermostatiques



# Comment économiser sur le chauffage ?



## Le chauffage: Prendre soin de l'installation

- Ne pas gêner la diffusion de la chaleur : nettoyer et dégager
- Maintenance installation : entretien chauffage gaz, purge du circuit ...

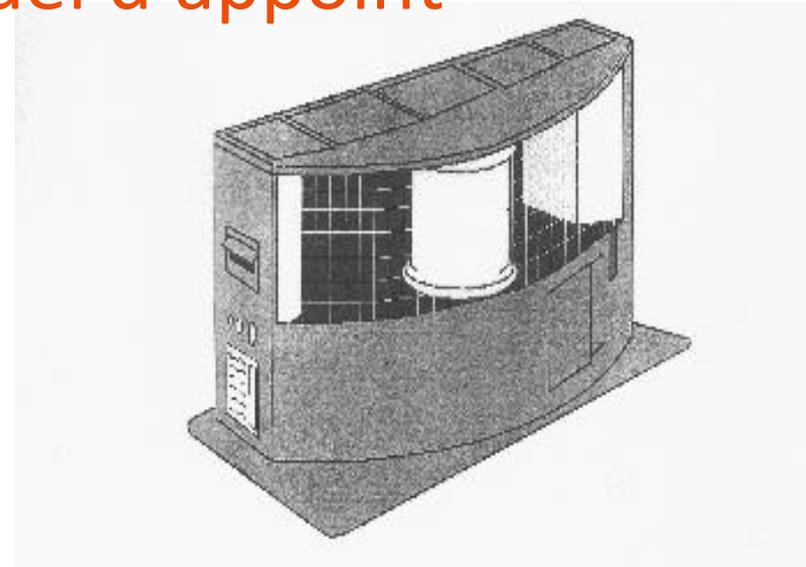


**Dégagez les radiateurs pour être mieux chauffé !**

# Comment économiser sur le chauffage ?

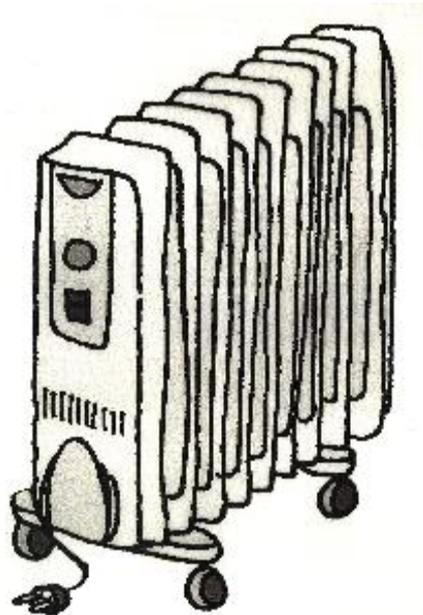
## Chauffage individuel d'appoint

- Radiateurs électriques
- Poêles à pétrole ou à gaz



**poêle à pétrole :**  
**→ déconseillé !!**

**UNIQUEMENT  
COMME  
COMPLEMENT !**



# Comment économiser sur l'eau ?

## Identifier une fuite éventuelle



### ATTENTION:

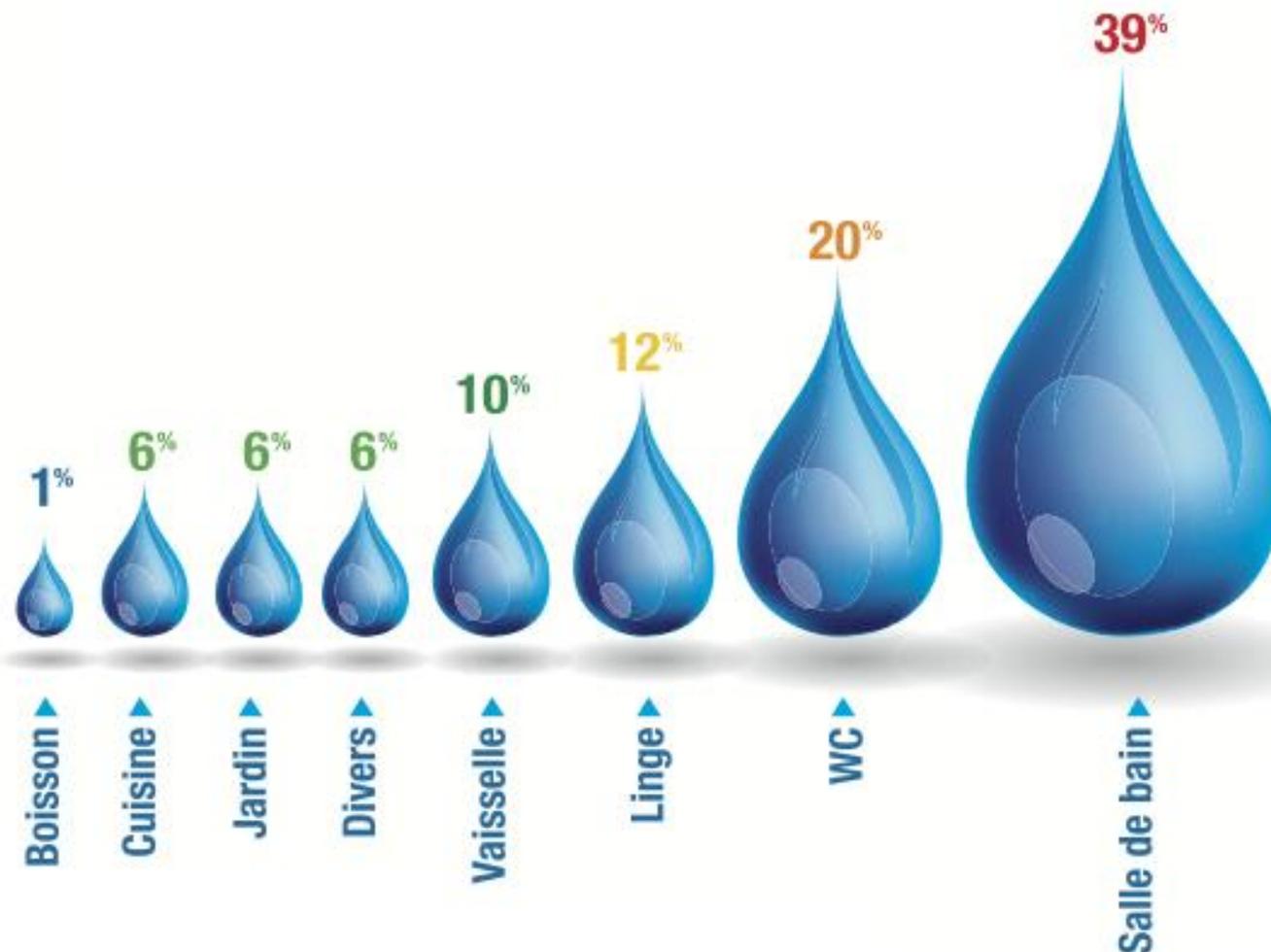
- Un petit goutte à goutte sur un robinet : 15 € par an
- Une chasse d'eau qui coule : 750 € par an !

# Comment économiser sur l'eau ?



- Préférer les douches aux bains
- Utiliser des bassines pour la vaisselle à la main
- Température du ballon de stockage (55 à 60 °C)
- Laisser le mitigeur en position « froid »
- Isoler les tuyaux

# Comment économiser sur l'eau ?



# Comment économiser sur l'eau ?



	Consommation		Cout à l'année (eau + énergie)	
	Eau	Energie	Gaz	Electricité
Bain				
Douche classique				
Douche économe				

# Comment économiser sur l'eau ?



## L'eau (chaude) : les équipements

### La douche :

- Interrupteurs de douches } Une douche = 60 L si on la laisse couler et 15 à 25L en faisant attention
- Pompes de douches économes } Permet de passer de 15L/min à 8L/min

### Les robinets :

- Réducteurs de débit } 6 à 8L/min au lieu de 12L/min
- Mousseurs } Economie de 30 à 40%

## L'eau (chaude) : les équipements

### Pour les WC :

- Chasse d'eau économes
- Eco-plaquettes

**Une chasse d'eau  
classique = 10 L**



# Comment économiser sur l'électricité



Classez ce équipement du moins  
consommateur au plus

Téléviseur

Four micro-onde

Bouilloire

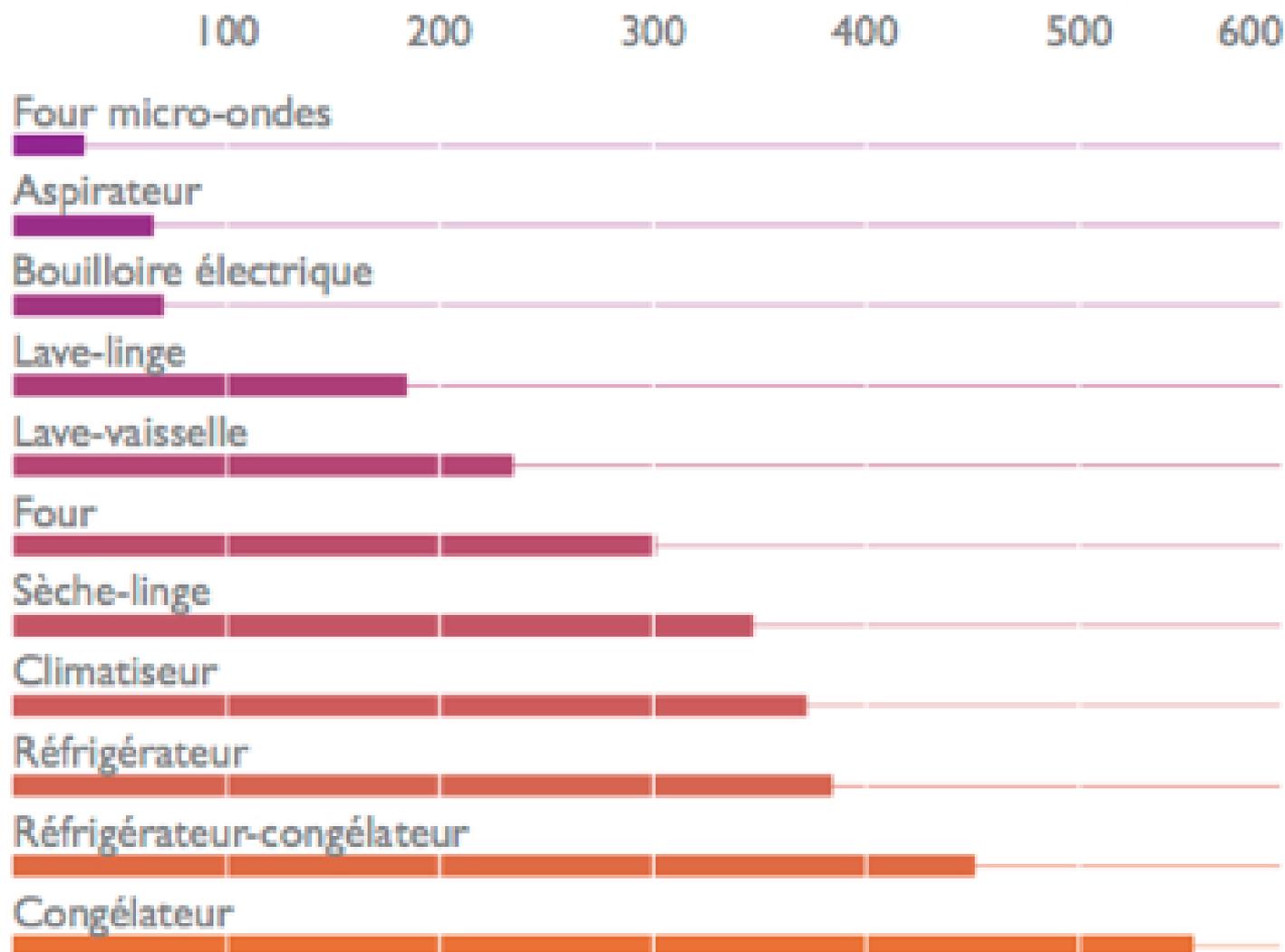
Réfrigérateur

Four

Congélateur

## Moyennes des consommations d'énergie par type d'appareil

(en kWh/an)



*Certains types d'équipements électroménagers sont très voraces, d'autres beaucoup moins...*

Source: REMODECE 2008



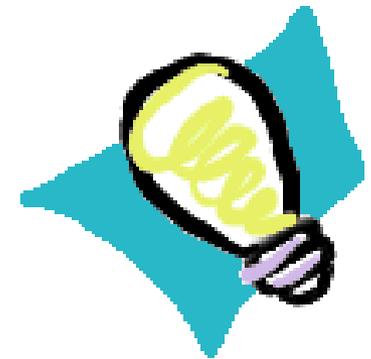
Moyennes des consommations d'énergie par type d'appareil

# Comment économiser sur l'électricité



## L'éclairage

- Eteindre les lumières
- Profiter de la lumière naturelle
- Eviter l'halogène
- Eviter les couleurs sombres (plafond, murs, abat-jour)
- Adapter la puissance des éclairages
- Epousseter les ampoules



# Comment économiser sur l'électricité

Type de lampes		Efficacité lumineuse	Classe énergétique	Recyclage
Lampe à incandescence		7 à 14 lm/W	E - F - G	
Halogène haute efficacité 230V		10 à 23 lm/W	B - C - D - E	
Halogène Très Basse Tension 12V		14 à 30 lm/W	B - C - D	
Lampe et spot <u>fluocompacte</u>		40 à 80 lm/W	A - B	
Tube fluorescent		50 à 105 lm/W	A	
Diode électro-luminescente		50 à 200 lm/W	A	

# Comment économiser sur l'électricité



## Froid

- Dégivrer régulièrement **Plus de 5mm de givre = 30% de surconsommation !**
- Nettoyer la grille
- Vérifier et protéger le joint de porte
- Attention à la chaleur : - Aliments  
- Emplacement
- Température intérieure entre 4 et 7°C

**Chaque °C de moins = 5% de  
consommation en plus !**

# Comment économiser sur l'électricité



## Cuisson

- Mettre un couvercle **20 à 30% d'économie**
- Utiliser un récipient à pression
- Utiliser juste la quantité d'eau nécessaire et des casseroles de taille adaptée
- Baisser le feu quand l'eau bout
- Eteindre les plaques électriques et le four 5 minutes avant la fin de la cuisson.

# Comment économiser sur l'électricité



## Lave-linges et lave-vaisselle

- Eviter de laver trop chaud
- Utiliser les heures creuses, si possible
- Evitez le mode « pré lavage »
- Fonctionnement à pleine charge
- Détartre régulièrement
- Eviter le sèche linge

**Un lavage à 40°C consomme  
3 fois moins qu'à 90°C !**

**En 1 an consomme 2 fois plus  
qu'un lave linge utilisé à 60°C!**

# Comment économiser sur l'électricité



## Supprimer les veilles

**1 veille = 5 à 25 W selon les appareils**

**Coût annuel : 11 euros par an et par appareil**

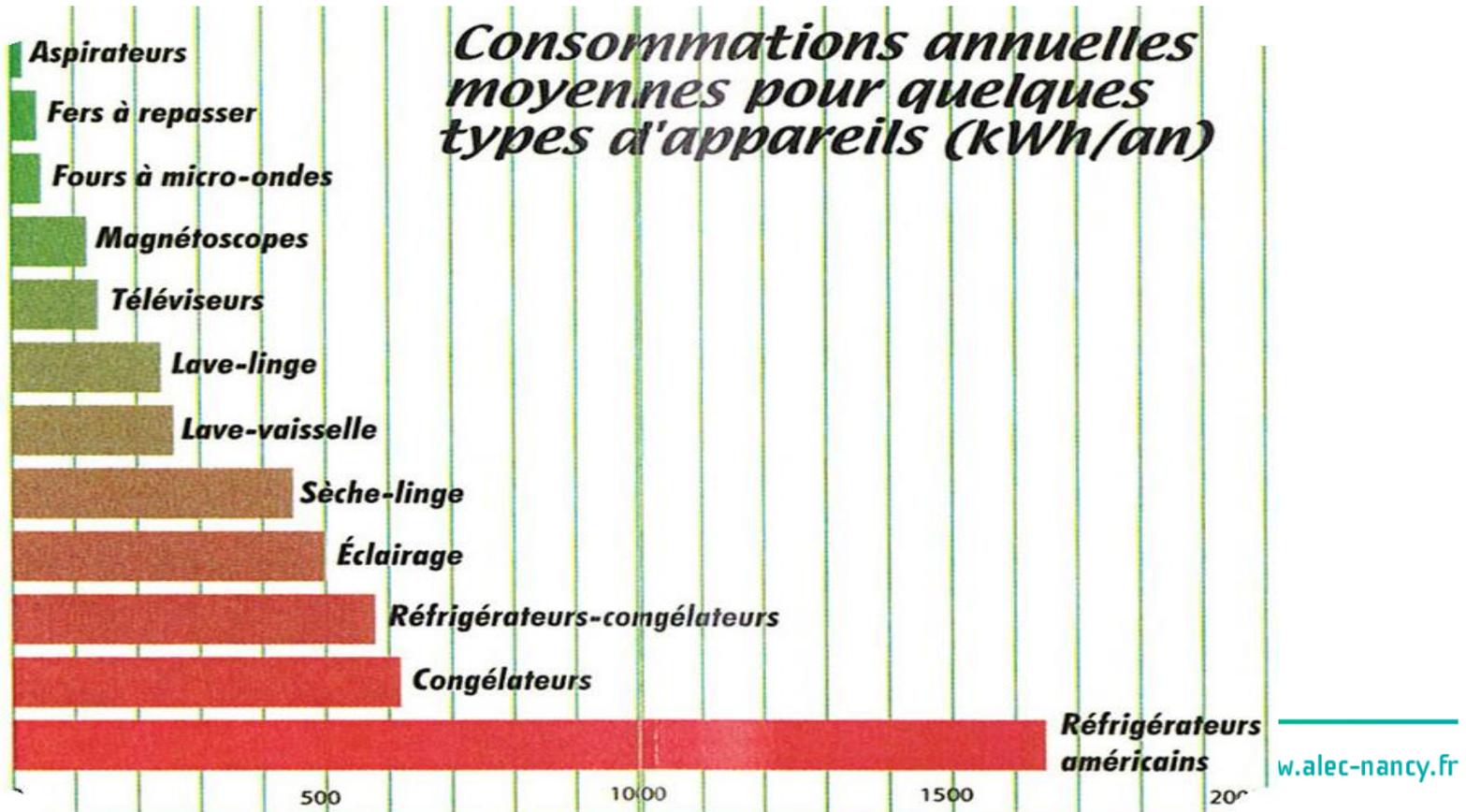
- Équiper la Hi-fi et la vidéo d'une prise multiple avec interrupteur
- Régler votre ordinateur pour économiser l'énergie
- Bien acheter : certains appareils hi-fi et vidéo ont une veille économique (1 ou 2 Watts)

# Comment économiser sur l'électricité



## Consommations annuelles

Les appareils à forte puissance ne sont pas forcément ceux qui consomment le plus !

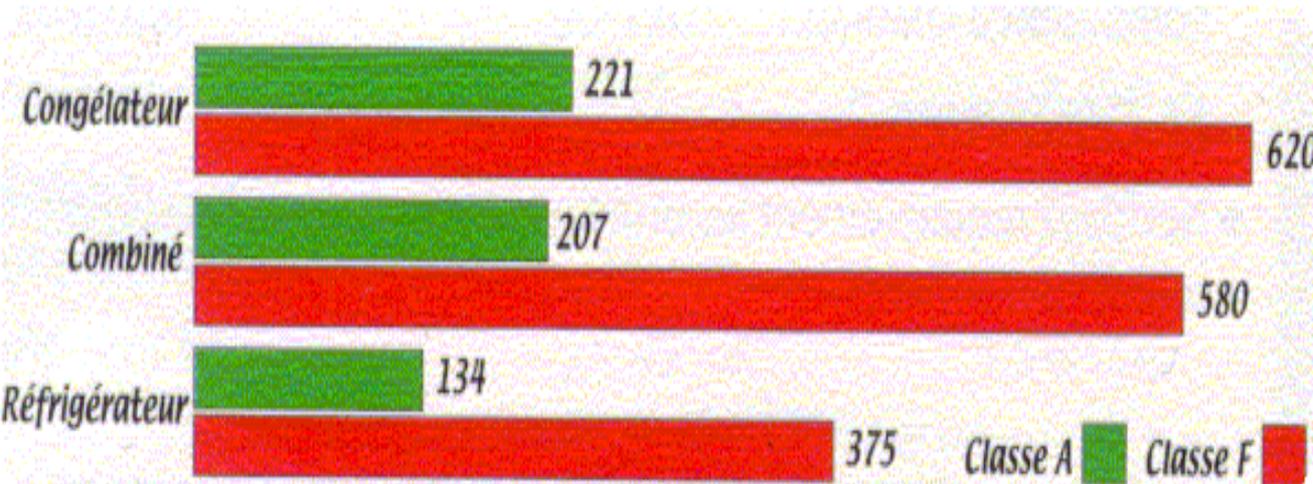


# Comment économiser sur l'électricité



## Choisir ses appareils

### Étiquette énergie d'un réfrigérateur



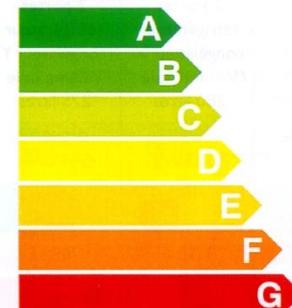
Aujourd'hui, il existe des classes A+ et A++

### Energie

Fabricant  
Modèle

Logo  
ABC  
123

#### Économe



**B**

#### Peu économe

Consommation d'énergie kWh/an  
Sur la base du résultat obtenu pour 24h dans des conditions d'essai normalisées

**350**

La consommation réelle dépend des conditions d'utilisation et de la localisation de l'appareil

Capacité de denrées fraîches  
 Capacité de denrées congelées

200  
100

**\* \*\***

#### Bruit

(dB(A) par picowatt)

XZ

Une fiche d'information détaillée figure dans la brochure

Norme EN 153, mai 1990, Directive n° XXVY/CEE relative à l'étiquetage des réfrigérateurs



# Comment économiser sur l'électricité



## Le réfrigérateur



- Attention au joint de la porte
- Eloigner le frigo de toute source de chaleur
- Penser à dégivrer régulièrement

## Le concours *des familles à énergie positive*

  
**Familles à énergie positive**  
*engagées pour le climat !*

# FAMILLE À ÉNERGIE POSITIVE



**Concours convivial par équipe sur les éco gestes à la maison**  
chaque année du 1<sup>er</sup> décembre au 30 avril.

En 2015/2016, en France : plus de 7 500 familles regroupées en  
500 équipes

Sur le Grand Nancy : plus de 50 familles regroupées en 10 équipes

Résultats finaux (moyennes / équipe) :

- **11,5%** d'économie d'énergie  
(150 € sur la facture) !
- **8,5%** de gaz à effet de serre évités
- 2% d'eau économisé



# FAMILLE À ÉNERGIE POSITIVE



## Conditions :

- Avoir passé l'hiver dernier dans le logement que vous occupez actuellement
- Bénéficiaire d'un comptage individuel d'énergie
- Ne pas avoir effectué de travaux d'économie d'énergie en 2014

## Principe :

- Constituer une équipe d'au moins 5 familles
- L'équipe est coachée par un capitaine
- Le capitaine et/ou équipe est accompagné(e) par l'EIE
- Réalisez au moins 8% d'économie

# FAMILLE À ÉNERGIE POSITIVE

## Déroulement :

- 1) Nov/déc. : réunion de formation et remise des écobox
- 2) Fév. : réunion de mi parcours (podium intermédiaire)
- 3) Mai : réunion de restitution (annonce de podium final)

## Démarche :

- 1) pré-inscription
- 2) validation
- 3) remplissage profil

## Saisie des relevés d'index de compteurs au moins 3 fois :

1<sup>er</sup> décembre, en février, 30 avril.

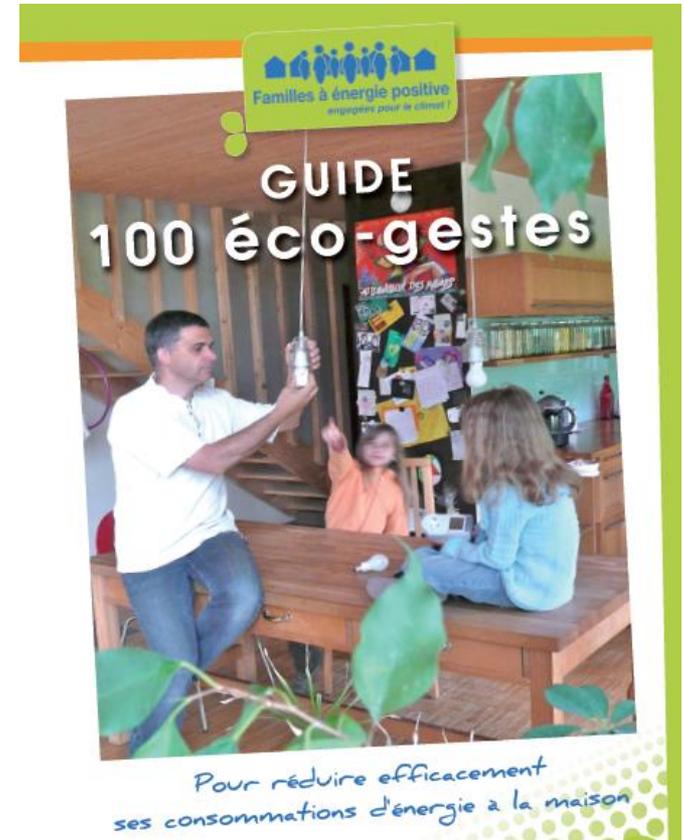


## Les outils / équipements :

- Quiz (version papier ou web)
- Guide des 100 éco-gestes
- Carnet de bord du capitaine
- Site internet de suivi de conso

[lorraine.familles-a-energie-positive.fr](http://lorraine.familles-a-energie-positive.fr)

- Newsletter mensuelle
- Éco box



# QUESTIONS ?



*Pour aller plus loin...*

*Devenez une  
famille à énergie positive !*



**AGENCE LOCALE DE L'ÉNERGIE ET DU CLIMAT  
NANCY GRANDS TERRITOIRES**  
10, PROMENADE EMILIE DU CHÂTELET  
54000 NANCY / 03.83.37.25.87  
**WWW.ALEC-NANCY.FR**

PERMANENCES À LA MAISON DE L'HABITAT  
ET DU DÉVELOPPEMENT DURABLE DU GRAND NANCY,  
LES MARDIS, JEUDIS & VENDREDIS DE 9H À 12H  
ET DE 14H À 17H SUR RENDEZ-VOUS.

