



## TOP 10

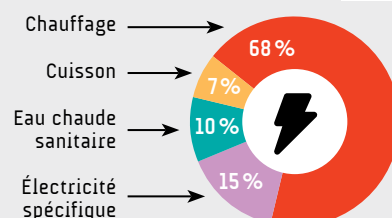
### Gestes et astuces du quotidien pour réduire ses factures d'eau et d'énergie

Les modes de consommation d'énergie sont aussi divers que les habitudes de vie de chacun. Il est donc difficile de donner des consignes définitives et applicables à tous.

Nous pouvons tout de même retenir que dans la plupart des logements, les consommations d'énergie liées à notre chauffage représentent la part la plus importante de notre facture ! Il s'agit donc du poste sur lequel il faut agir en priorité. Ensuite viennent les postes : électricité spécifique (électroménager, hifi, etc.), eau chaude sanitaire et cuisson.

*Voici les 10 actions considérées comme les plus efficaces pour réduire ses factures d'énergie et d'eau, jusqu'à 200 € en moyenne. L'important est de faire ce que l'on peut, l'effort de réduction sera toujours récompensé !*

#### Consommations d'énergie dans un logement



### 1. Effectuer des réduits de température

Ne chauffez pas votre logement à la même température lorsque vous l'occupez et lorsque vous vous absentez ou que vous dormez. En réduisant la température de 1 à 3°C. Vous économiserez plus d'énergie pendant la période de réduit, plus longue, que pendant la période de réchauffe, bien plus courte !

**Exemple :** si le chauffage est baissé de 3°C pendant 6 heures, vous pouvez réaliser 20 % d'économie d'énergie. Ce chiffre peut grimper à 25 % pour un réduit de 8 heures.

### 2. Adapter et modérer la température de son logement

Modulez la température de votre logement en fonction de l'occupation des pièces, de votre présence et de votre niveau d'activité. Fermez les portes des pièces les moins chauffées. Abaissez d'un 1°C la température de l'air vous permettra de réduire de 7 à 10 % vos consommations !

**Idéalement :** 19°C dans les pièces à vivre et 16°C dans les pièces moins utilisées.

### 3. Faire la chasse aux courants d'air

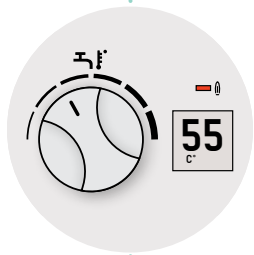
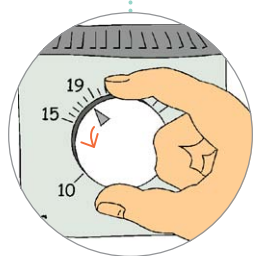
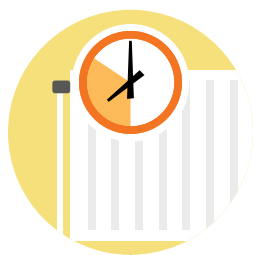
Repérez et calfeutrez les courants d'air des fenêtres, portes, trappes, conduits et prises électriques. Cette chasse peut permettre une économie d'énergie d'environ 10 % !

**Attention :** n'obstruez pas les bouches d'aération, votre santé est en jeu !

### 4. Régler la température de l'eau chaude

L'eau chaude sanitaire peut être produite entre 55 et 60°C, voire moins surtout si la production est instantanée (chaudière) et qu'elle se situe proche des points d'eau. Pour le chauffage, vous pouvez faire varier la température de l'eau envoyée dans les radiateurs entre 40°C et 60°C en fonction des températures extérieures. Plus il fait doux (inter-saison), moins l'eau a besoin d'être chaude !

**Astuce :** arrêtez la production d'eau chaude dès que vous vous absentez plus de 3 jours !





## 5. Installer des limiteurs de débit d'eau

Ces petites cartouches rondes de couleur, également appelées « mousseurs », ajoutent de l'air dans l'eau et limitent donc la quantité d'eau s'écoulant du robinet. La consommation d'eau peut ainsi passer de 15 litres/minute à 2,5. Vous pouvez également installer des réducteurs de débit pour la douche entre le robinet et le flexible, ainsi que des douchettes économes.

**Attention :** certaines chaudières anciennes ne sont pas capables de détecter un appel d'eau chaude inférieur à 3 L/m.



## 6. Entretenir les appareils

L'efficacité d'un appareil peut baisser de 50 % s'il est mal entretenu ou réglé. Aussi, l'entretien d'une chaudière ou d'une VMC est obligatoire. Ces entretiens peuvent éviter des problèmes de santé mais aussi diminuer vos consommations d'énergie de 5 à 10 % !

**Exemples :** nettoyage et ramonage de la chaudière ; purge et débouyage des radiateurs ; détartrage du cumulus et des machines de lavage ; dégivrage des appareils de froid ; repérage et réparation des fuites.



## 7. Minimiser le temps d'utilisation des appareils

C'est en réduisant le temps de fonctionnement, au plus près de vos besoins, que vous pourrez réduire le plus efficacement vos consommations d'énergie. Autrement dit, prenez des douches de moins de 5 minutes, et débranchez un appareil électrique si vous ne vous en servez pas ou dès que vous ne vous en servez plus.

**Astuce :** éteignez les appareils (fours, plaques électriques, cocotte en fonte) avant la fin de la cuisson de façon à profiter de leur chaleur emmagasinée (inertie thermique).



## 8. Isoler les conduites d'eau chaude

Vous pouvez réduire de 10 % vos consommations d'énergie en isolant les conduites d'eau de chauffage et/ou sanitaire qui se situent dans des espaces non chauffés. C'est ce que l'on appelle le calorifugeage. Il peut se réaliser soi-même grâce à des boudins de mousse expansée ou de textile. L'essentiel est d'assurer une continuité parfaite entre les boudins en jointant les liaisons à l'aide d'un scotch.



## 9. Placer un film réfléchissant derrière les radiateurs

En installant des panneaux réfléchissants derrière les radiateurs situés sur les murs extérieurs non isolés, vous pouvez améliorer leur performance de 5 à 10 %. Ces films permettent de renvoyer la chaleur émise dans la pièce plutôt que de se dissiper dans le mur froid.

**Attention :** risque de condensation entre ce produit mince réfléchissant et le mur extérieur, donc laisser un espace entre le mur et l'isolant.



## 10. Vérifier vos abonnements de fourniture d'énergie

Lorsque vous consommez de l'électricité et/ou du gaz, vous devez souscrire un abonnement. Cet abonnement à prix fixe est défini selon vos besoins. Souscrivez donc bien un abonnement adapté à votre consommation car plus il est puissant, plus il est cher.

**Astuce :** le surcoût de l'option « double tarif » (heure pleine et heure creuse) d'un abonnement électrique est rentable si au moins un tiers de l'énergie totale est consommée en heure creuse.



Plus d'idées ? Consultez :

> le Guide de l'ADEME : *Eau et énergie : comment réduire la facture ? 50 trucs et astuces.*

> la page du site internet de l'ALEC : *Le conseil de la semaine*



AGENCE LOCALE DE L'ENERGIE ET DU CLIMAT - Nancy Grands Territoires

10 Promenade Émilie du Châtelet - 54 000 NANCY • Tél. : 03.83.37.25.87 • info@alec-nancy.fr • www.alec-nancy.fr

