



ÉNERGIE

Petit guide pratique pour
RÉDUIRE LA FACTURE



Faire des économies sur le prix de son énergie, c'est bien, mais agir pour mieux maîtriser et réduire sa consommation énergétique, c'est mieux. Bon pour l'environnement comme le pouvoir d'achat, la réduction de la consommation énergétique n'est pas un parcours du combattant. La preuve avec ce petit guide pratique.

De la source de chauffage, à l'isolation du logement, en passant par le choix des équipements électroménagers et surtout les bons gestes de tous les jours, chacun peut alléger (parfois considérablement) sa facture d'énergie, et contribuer au respect de l'environnement.

CHAUFFAGE

Quelle énergie choisir ?

Si vous voulez opter pour une source de chauffage plus économique, voici un rapide palmarès :

- Plus économique, le chauffage au bois est cependant difficile à comparer aux autres énergies en raison de spécificités et contraintes de stockage (rappelons qu'il faut deux ans pour

qu'un bois fraîchement coupé soit utilisable à plein rendement) de la manutention et de l'entretien.

- Les chaudières à granulés sont plus commodés d'utilisation mais très onéreuses et les granulés ne sont pas disponibles partout et, encore moins, à des prix raisonnables.
- Les nouvelles solutions de chauffage (solaire, pompe à chaleur,) sont à envisager avec précaution. Pour

le solaire, vérifiez bien que vous bénéficiez d'une exposition optimale (toit au sud, pan incliné). Pour les pompes à chaleur, celles-ci exigent de lourds investissements et leur efficacité dépend du niveau d'isolation du logement. À éviter dans une maison mal isolée.

Pour les énergies « classiques ».

- L'électricité est onéreuse. Le bouclier tarifaire en vigueur ne sera pas éternel. Cette énergie est idéalement à limiter aux petites surfaces ou comme complément occasionnel à un chauffage au bois en intersaison.

- Le gaz naturel bénéficie aussi du bouclier tarifaire. Il a été compétitif, mais nul ne peut prévoir les prix de l'après guerre en Ukraine.

- Le fioul est une énergie polluante, avec un prix qui varie fortement à la hausse ou à la baisse en fonction des cours du pétrole. Si vous devez changer de chaudière, étudiez la possibilité du gaz ou du bois.

- Le propane est encore plus cher et est commercialisé sur la base de contrats fourmillant de clauses défavorables au consommateur (variations de prix injustifiées, résiliation difficile, etc.).

CHAUFFAGE À CONDENSATION

La révolution



Le rendement de la chaudière à condensation (récupération des vapeurs de fumées pour chauffer l'eau du circuit de chauffage) est unique. Si son acquisition est plus onéreuse

qu'une chaudière à basse température, les économies d'énergie générées permettent de la rentabiliser. Si elles fonctionnent généralement avec des radiateurs à chaleur douce, rassurez-vous, les radiateurs traditionnels (souvent surdimensionnés) conviennent fréquemment. En revanche ce type de chaudière exige souvent un renforcement par un tubage des conduits d'évacuation des fumées. On peut éviter ces travaux en installant une chaudière dite « à ventouse » (un conduit de deux tubes qui traverse le mur, l'un aspire l'air extérieur, l'autre évacue les fumées). Même avec ce type de chaudière, évitez la production instantanée d'eau chaude car elle exige une chaudière surpuissante et consomme beaucoup. Pour l'eau, privilégiez un ballon, Evitez, comme pour la chaudière, de le surdimensionner ; sinon il consomme de l'énergie pour maintenir à température une grande quantité d'eau dont on n'a pas besoin.

RÉGULATION ET PROGRAMMATION DU CHAUFFAGE

Un impératif pour les économies d'énergie



Quel que soit votre système de chauffage, la régulation et la programmation sont indispensables pour réduire les consommations d'énergie. Thermostat d'ambiance, programmateur, robinets thermostatiques, ne négligez rien.

UN ENTRETIEN RÉGULIER

Pour une efficacité et une sécurité renforcées

Le ramonage est indispensable pour accroître l'efficacité de l'installation et éviter le refoulement de monoxyde de carbone. Faites-le 2 fois par an (dont une durant la période de chauffage) pour une chaudière à fioul ou un appareil à bois, et une fois par an pour une chaudière à gaz.

En procédant à l'entretien annuel de votre chaudière, vous réduisez les pannes et allongez sa durée de vie.

La visite d'entretien permet en outre un rapport sur le rendement de l'appareil et son niveau d'émission.

En tout état de cause, avant même de songer à la source de chauffage, pensez à l'isolation. Que vous changiez ou non de chauffage, l'essentiel des économies d'énergie dépend de l'isolation de votre logement. Pour optimiser vos investissements, il est préférable de commencer, a minima, par l'isolation des combles avant de changer d'équipement de chauffage. Vous pourrez ensuite le choisir parfaitement dimensionné pour les besoins réduits du logement.



CHAUFFAGE

Les 15 bons gestes



- Limiter la température de chauffe à 19 °C dans les pièces de vie et à 17 °C dans les chambres la nuit. **1 degré en moins, c'est 7% de consommation d'énergie de gagnée !**

- Fermer les volets et les rideaux le soir même si vous avez des doubles vitrages pour maintenir la chaleur à l'intérieur.

- Apposer un film plastique sur les fenêtres à simple vitrage.

- Sur les fenêtres et les portes extérieures, placez des joints si l'air passe par endroits.

- Chaque jour, ouvrir pendant 10 minutes très largement (pas entrebâillées) vos fenêtres pour renouveler l'air.

- Aérer après la douche et en cuisinant ; quelle que soit la saison, l'air humide est plus difficile à chauffer qu'un air sec et consomme donc plus d'énergie.



- Poser une plaque réfléchissante derrière le radiateur si le mur est froid.

- Faire vérifier la chaudière tous les ans, c'est obligatoire et utile pour un bon rendement.

- Fermer la trappe d'aération de la cheminée quand on ne l'utilise pas pour éviter l'entrée d'air froid.

- Mettre le chauffage en position hors gel en cas de départ pour plusieurs jours, en programmant si possible le redémarrage avant votre retour

- Ouvrir le robinet d'eau froide pour se laver les mains, toujours replacer le mitigeur sur la position eau froide (le temps que l'eau chaude arrive, les mains sont lavées).

- Régler le chauffe-eau sur une température de 55 à 60 °C, pas plus. Utiliser un pommeau de douche à économies d'eau.

- Mettre des éco-mousseurs sur les robinets.

- Poser une chasse d'eau à double débit ou une bouteille d'eau dans le réservoir.



- Couper le chauffe-eau quand on s'absente une semaine ou plus. Sinon, il consomme de l'énergie pour maintenir

L'ISOLATION

La bonne solution

Combles, fenêtres, murs, toiture, une révision en vue d'une éventuelle isolation pour lutter contre les déperditions de chaleur peut être opportune.



Priorité au toit

30 % de la chaleur perdue est souvent le fait d'une toiture mal isolée.

Pour conserver la chaleur, isoler directement les combles. S'agissant des matériaux, privilégiez la laine de verre à faible conductivité (λ de 0,003). La ouate de cellulose et le métisse, issu du traitement de fibres de tissus

provenant de vêtements collectés et triés, sont des alternatives efficaces et plus écologiques.

Les murs

Bien qu'onéreuse, cette isolation est vraiment efficace pour réduire sa consommation énergétique : 25 % des pertes de chaleur en moyenne sont dus aux murs.

Le choix de l'isolation se fait en fonction de vos contraintes et de votre budget :

- moins onéreuse, l'isolation par l'intérieur présente l'inconvénient de mordre sur la surface habitable. Dans ce cadre, bien que beaucoup plus coûteux, les panneaux isolants sous vide, plus fins que de l'isolant courant (3 cm au lieu de 18) prennent moins de place. Ils font leurs preuves chez nos voisins mais ne sont pas encore très présents sur le marché,
- plus efficace (jusqu'à 30 % d'énergie économisée), l'isolation par l'extérieur n'impacte pas la surface habitable de votre logement mais c'est une solution

qui demande un vrai savoir-faire et qui coûte cher.

Fenêtres : gare aux promesses éclatantes

Les économies d'énergie liées au remplacement de fenêtres sont, elles, plus limitées. En revanche, le gain en confort est considérable quand on passe du simple au double vitrage performant.

- Le triple vitrage convient aux fenêtres exposées au nord.
- Ailleurs, le double vitrage suffit, d'autant qu'il laisse mieux passer le soleil.
- En attendant d'investir dans un double vitrage performant, vous pouvez coller un film plastique sur des fenêtres à simple vitrage.

Isolation : les bons réflexes

- Ne lésinez pas sur l'épaisseur et la densité de l'isolant. En cas de budget serré, privilégiez toujours l'épaisseur : mieux vaut un isolant économique plus épais qu'un isolant onéreux plus fin ou plus écologique.

- À épaisseur égale (autour de 40 cm pour les combles, de 20 cm pour les murs), Privilégiez la résistance thermique (symbole R sur l'étiquette) plus élevée et la conductivité (symbole λ) plus faible (0,003 ou 0,004).
- Une bonne isolation exige une bonne ventilation. La ventilation mécanique contrôlée (VMC) régule le débit d'air en fonction de l'humidité du logement et le réduit pendant vos absences. Elle est indispensable : isoler sans se soucier de la ventilation expose à de graves désordres, à commencer par l'apparition de moisissures qui dégradent les murs et la qualité de l'air intérieur.

ÉLECTRICITÉ

Électrisez les économies

La consommation d'électricité spécifique, celle qui concerne tous les usages hors chauffage et eau chaude, a explosé ces dernières années. Elle a augmenté de 40 % depuis 1990. Si cette augmentation est liée à l'accroissement du nombre d'appareils équipant les maisons, elle est également liée à la consommation cachée, du fait de la fonction veille qui s'est généralisée.

La barrette multiprises : La palme de l'économie



Pour lutter contre le courant résiduel (cette consommation d'électricité qui

continue après avoir éteint certains appareils : téléviseurs, ordinateurs, etc.), supprimer toute consommation « cachée » (voir encadré « Attention ! »), la barrette multiprises, dotée d'un interrupteur, est une précieuse alliée. Vous pouvez ainsi définitivement stopper la consommation d'électricité en désactivant tous les appareils qui y sont reliés après les avoir éteints.

- Pour vous simplifier le travail, créez des espaces en fonction de l'utilisation des appareils : une multiprises pour la télévision et ses accessoires, une autre pour le coin informatique, etc.).

Electroménager : bien s'équiper pour moins consommer...

- Les appareils électroménagers (réfrigérateurs, lave-linge, fours, ...) consomment davantage d'électricité que les appareils informatiques (ordi, imprimantes) et audiovisuels (téléviseurs, ...). Il faut donc prêter attention en magasin à la performance indiquée sur l'étiquette énergétique de ces équipements. Pour un appareil de froid, réfrigérateur ou congélateur,

LES 6 RECETTES

Pour une cuisine moins énergivore

- Mettre un couvercle sur les casseroles (économie d'énergie : jusqu'à 25 %).
- Penser à éteindre le four et les plaques électriques un peu avant la fin de la cuisson.
- Décongeler les aliments au frigo plutôt qu'à l'air ambiant, évitez le micro-ondes.
- En revanche, réchauffer les plats cuisinés et les restes au micro-ondes plutôt qu'au four traditionnel.
- Vérifier régulièrement la température du réfrigérateur. Chaque degré en moins, c'est 5 % de consommation en plus (réglez à 4-6 °C pour le réfrigérateur, -18 °C pour le congélateur) ;
- Limitez l'ouverture des portes des réfrigérateurs et congélateurs, qui génèrent la formation de givre, vérifiez l'étanchéité des joints et dégivrez vos appareils une fois par trimestre : 3 mm de givre, c'est une surconsommation de 30 %.

privilégiez la classe A, c'est la plus économe, ou au pire la B.

- A défaut d'étiquette énergie, il existe des labels qui indiquent une moindre consommation : l'Écolabel européen, garantit ainsi un impact environnemental réduit, ou le label Energy Star (américain mais reconnu en Europe) qui certifie une moindre consommation d'énergie.
- Privilégiez des appareils conformes à vos besoins : un appareil surdimensionné (par exemple un réfrigérateur pour 4 personnes alors que vous n'êtes que 2) consomme toujours trop.

Par exemple, pour un réfrigérateur :

Composition du foyer	Contenance (en litres)
1 personne	100 à 150
2-3 personnes	150 à 250
3-4 personnes	250 à 350
+ de 4 personnes	350 à 500

10 AUTRES BONNS RÉFLEXES

est loin de diviser par deux la consommation d'eau et d'électricité.

- Optimiser le bénéfice de la lumière du jour en privilégiant des couleurs claires pour les murs et en disposant vos meubles dans les pièces de manière à en bénéficier au maximum : bureau, plan de travail, coin lecture, etc.
- Couper l'alimentation des appareils électriques avec des multiprises à interrupteur : c'est simple et efficace (voir encadré du haut).
- Supprimer les halogènes et même les éco halogènes qui consomment 6 fois plus d'électricité que les ampoules LED.
- Laver à basse température.
- Éviter le programme rapide sur un lave-linge, intensif sur un lave-vaisselle. Attention, à ne pas confondre les programmes « éco » et « demi-charge » : la fonction demi-charge destinée à une plus petite quantité
- Désactiver le démarrage fast ou quick start du téléviseur.
- Éteindre l'écran de l'ordinateur dès qu'on n'est plus devant, et débrancher les chargeurs des équipements dès qu'ils sont chargés. Optez pour un ordinateur portable plutôt que pour un fixe, il consomme entre 30 et 40 % de moins qu'un ordinateur composé d'une tour et d'un écran.
- Dès que vous quittez une pièce, éteignez la lumière et prévoyez un indicateur lumineux devant la porte de la cave, du grenier et des portes extérieures et/ou optez pour une minuterie pour minimiser les coûteux oublis.
- Dépoussiérez régulièrement vos ampoules et abat-jours pour préserver leur efficacité lumineuse et, faites de même avec vos convecteurs pour la performance.



*En adoptant ces bons réflexes,
vous réduisez votre
consommation d'énergie
et donc vos factures.*

