

Coralie Robert

*Faire face à l'expression d'un impératif de sobriété
énergétique.*

*Du conseil à l'injonction, les stratégies de ménages précaires
en France.*

Annexes

Thèse présentée et soutenue publiquement le **25/10/2021**

en vue de l'obtention du doctorat de Sociologie de l'Université Paris Nanterre

sous la direction de M. Yankel Fijalkow (Université Paris Nanterre)

ANNEXES

Tableau des annexes

Données statistiques des terrains d'enquête _____	2
Tableaux de présentation de l'enquête de terrain _____	4
Observation de journées d'étude, de présentations collectives et d'interventions _____	8
Fonction des professionnels enquêtés _____	10
Tableau de présentation des habitants enquêtés _____	12
Description des conditions de passation des entretiens avec les enquêtés _____	15
Exemple de Relevé Habité (mars 2017) © Coralie Robert _____	17
Indicateurs institutionnels de caractérisation du phénomène de précarité énergétique _____	18
Extraits de guides de sensibilisation _____	20

Données statistiques des terrains d'enquête

Population	Nantes	La Courneuve
Population en 2016	306694	42485
Densité de la population (nombre d'habitants au km ²) en 2016	4704,6	5649,6
Superficie (en km ²)	65,2	7,5
Variation de la population : taux annuel moyen entre 2011 et 2016, en %	1,3	1,8
dont variation due au solde naturel : taux annuel moyen entre 2011 et 2016, en %	0,7	1,6
dont variation due au solde apparent des entrées sorties : taux annuel moyen entre 2011 et 2016, en %	0,6	0,2
Nombre de ménages en 2016	159634	14918

Sources : Insee, RP2011 et RP2016 exploitations principales en géographie au 01/01/2019

Logement	Nantes	La Courneuve
Nombre total de logements en 2016	177160	15746
Part des résidences principales en 2016, en %	90,1	94,7
Part des résidences secondaires (y compris les logements occasionnels) en 2016, en %	3,8	0,8
Part des logements vacants en 2016, en %	6,1	4,5
Part des ménages propriétaires de leur résidence principale en 2016, en %	37,6	25,7

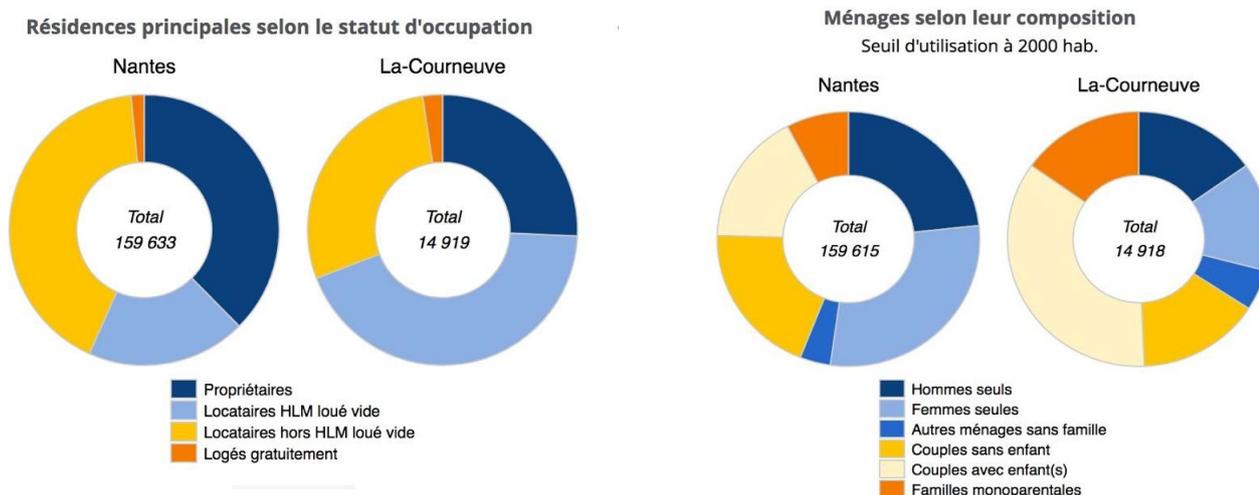
Source : Insee, RP2016 exploitation principale en géographie au 01/01/2019

Revenus	Nantes	La Courneuve
Nombre de ménages fiscaux en 2016	134041	13703
Part des ménages fiscaux imposés en 2016, en %	54	30
Médiane du revenu disponible par unité de consommation en 2016, en euros	21513	13399
Taux de pauvreté en 2016, en %	16	43

Sources : Insee-DGFIP-Cnaf-Cnav-Ccmsa, Fichier localisé social et fiscal en géographie au 01/01/2019

Emploi - Chômage au sens du recensement	Nantes	La Courneuve
Emploi total (salarié et non salarié) au lieu de travail en 2016	185693	13182
dont part de l'emploi salarié au lieu de travail en 2016, en %	89,5	91,1
Variation de l'emploi total au lieu de travail : taux annuel moyen entre 2011 et 2016, en %	1,7	0,1
Taux d'activité des 15 / 64 ans en 2016	71,8	70,1
Taux de chômage des 15 / 64 ans en 2016	16,8	26

Sources : Insee, RP2011 et RP2016 exploitations principales en géographie au 01/01/2019



Source : INSEE, Recensement de la population (RP), 2016

Tableaux de présentation de l'enquête de terrain

Tableau récapitulatif des structures rencontrées							
Structure	Statut Associatif A Institution I Privé P	Niveau	Contact avec le public	Actions en lien avec la précarité énergétique	Date	Lieu	
ALEC Plaine Commune	I	Local	Indirect et Direct	Accompagnement à la rénovation énergétique, animation autour de la transition énergétique	07/10/2016 30/03/2017	Paris Saint-Denis	
Eco-appartement Nantes	I	Local	Direct	Accompagnement sur l'ajustement des consommations d'énergie, choix du matériel, gestion du budget	31/10/2016	Nantes	
Plaine commune - Service Habitat	I	Local	Indirect	Pilotage de l'OPAH du quartier des Quatre Routes	02/11/2016	La Courneuve	
AC4R	A	Local	Direct	Plaidoyer et contre-pouvoir citoyen - Mobilité douce, vie du quartier	10/01/2017	La Courneuve	
Boutique de quartier	I	Local	Direct	Lieu d'animation de la vie sociale	10/01/2017	La Courneuve	
Ville de La Courneuve	I	Local	Indirect	Animation du réseau local associatif et initiatives citoyennes	22/02/2017	La Courneuve	
AB S'aider	A	Local	Direct	Activités ludiques et pédagogiques avec l'enfance, gestion de démarches administratives	03/03/2017	La Courneuve	

Centre social Quatre Routes	I	Local	Direct	Lieu d'animation de la vie sociale	03/03/2017	La Courneuve
ACSES	I	Local	Direct	Accompagnement à la scolarité, enseignement du tamoul - Acteur de la vie sociale locale	01/04/2017	La Courneuve
CCAS	I	Local	Direct	Action générale de prévention et de développement social, accompagnement et démarches administratives	21/04/2017	La Courneuve
Service communication ADEME	I	National	Indirect	Gestion de la communication institutionnelle sur la thématique de la transition énergétique	22/05/2017	Paris
Solibri	A	National	Indirect	Spécialiste des questions sociales liées à l'énergie : animation de réseau national, formation des professionnels	02/06/2017	Téléphone
Enercoop	P	National	Direct	Fournisseur d'énergie verte et porteur d'un projet d'accompagnement aux économies d'énergie (Dr Watt)	28/06/2017	Paris
Énergie solidaire et Les amis d'Enercoop	A	National	Indirect Direct	et Incubation de projet de transition / plaidoyer	28/06/2017	Paris

Schneider Electric Fondation	- P	National	Indirect	Accompagnement de projets innovants sur l'éducation et la sensibilisation dans le domaine de l'énergie - Soutien d'appel à projets	29/06/2017	Rueil-Malmaison
EIE Nantes	I	Local	Direct	Information et conseil grand public sur la maîtrise de l'énergie	19/07/2017	Nantes
ANAF	A	Local	Direct	Médiation sociale à l'énergie - visite à domicile et éco-gestes	27/08/2017	Nantes
EDF Solidarité	P	Local	Indirect Direct	et Accompagnement des ménages fragiles et des acteurs sociaux sur l'accès à l'énergie	28/08/2017 27/11/2017	Nantes
Ministère de la Transition écologique et solidaire	I et	National	Indirect	Gestion du programme Habiter Mieux	14/09/2017	Paris
Ruche qui dit oui	P	Local	Direct	Circuit court d'alimentation	25/09/2017	La Courneuve
UnisCité	A	National	Direct	Sensibilisation aux éco-gestes et animation locale autour de la transition énergétique	11/10/2017 28/11/2017 29/11/2017	Nantes
NégaWatt	P	National	Direct	Expertise technique sur la sobriété énergétique et plaidoyer politique	18/10/2017	Téléphone
Alisée	A	Local	Direct	Accompagnement au changement de comportement	23/11/2017	Nantes

Effy SoliNergy	P	National	Indirect	Soutien d'action de formation et d'action d'accompagnement autour des éco-gestes - Porteur du projet MAGE (compteurs intelligents au domicile)	20/12/2017	Paris
Audencia	P	Local	Indirect	Projet d'évaluation d'un programme ANRU d'accompagnement à la transition environnementale	29/01/2018	Nantes
Fondation REXEL	P	National	Indirect	Accompagnement de projets de lutte contre la précarité énergétique - Organisation d'une journée d'étude annuelle	28/03/2018	Paris
Sonergia et SOLIHA Programme ECORCE	- P	National	Indirect	Accompagnement de ménages modestes vers la réalisation d'économies d'énergie	24/05/2018	Paris
CCAS	I	Local	Direct	Action générale de prévention et de développement social, accompagnement et démarches administratives	22/06/2018	Nantes
Secours Catholique	A	National	Direct	Actions caritatives : aide au paiement de facture, accompagnement des démarches administratives	17/12/2018	Téléphone

Observation de journées d'étude, de présentations collectives et d'interventions

Observation de journées d'étude, de présentations collectives et d'interventions					
Structure	Statut	Niveau	Cadre de la rencontre	Date	Lieu
Urbanis	A	Local	Réunion de travail autour de l'OPAH des Quatre Routes, La Courneuve	02/11/2016	La Courneuve
Compagnons Bâtisseurs	A	National	Réunion de travail autour de l'OPAH des Quatre Routes, La Courneuve	02/11/2016	La Courneuve
SLIME	P	National	Participation à une journée de formation à l'élaboration d'un SLIME	23/11/2016	Montreuil
CNL 93	A	Local	Observation d'une permanence d'accueil	janv-17	Stains
Ville de Stains - Service Hygiène	I	Local	Participation à une réunion de travail sur l'amélioration des dispositifs de repérage de la précarité énergétique	janv-17	Stains
Abbé Pierre	A	National	Participation à la journée nationale sur l'état du mal-logement en France	31/01/2017	Paris
FAPIL	A	National	Participation à une journée de rencontre « les Appartements Pédagogiques, un support à l'accompagnement au logement »	06/10/2017	Paris
RAPPEL	A	National	Participation à la journée nationale du réseau sur la précarité énergétique en France + Intervention autour des enjeux des compétences des ménages précaires dans la maîtrise de l'énergie	14/11/2017 11/10/2018	Paris

ANAH	I	National	Participation à une rencontre nationale des professionnels "Moment pro" autour du programme Habiter Mieux	06/04/2018	Bagnolet
Caisse des dépôts	I	National	Participation à une réunion de retours d'expérience de SEM Énergies Posit'If et NégaWatt autour d'une nouvelle approche de la rénovation énergétique	18/06/2018	Paris
ENGIE	P	National	Participation à l'événement de clôture du Programme Éco-gestes Solidaires	04/10/2018	Paris
Sarthe Habitat	P	Local	Intervention auprès des professionnels sur les enjeux de la précarité énergétique dans le parc de bailleurs sociaux et animation d'une session de réflexion sur les actions à mener	15/11/2018	Le Mans
ONPE	I	National	Intervention auprès des professionnels	23/11/2018	Bordeaux
Pompiers	I	Local	Workshop international de jeunes chercheurs sur la précarité énergétique : ENGAGER 2019, Barcelone	06/06/2019	Badalona

Fonction des professionnels enquêtés

Fonction des enquêtés		
Structure	Enquêté 1	Enquêté 2
AC4R	Membre actif	
AB S'aider	Président	
Ville de La Courneuve	Responsable - Secteur vie associative	
Alisée	Chargée de projets - Pôle Conseil et Accompagnement	Directrice
ANAF	Responsable du service médiation sociale énergie	
CCAS La Courneuve	Responsable du service action sociale/CCAS	
Ministère de la Transition écologique et solidaire	Chargé de mission - DRILH IDF	
EIE Nantes	Conseiller Info Énergie	
Éco-appartement Nantes	Coordnatrice de l'Eco Appart et référente précarité énergétique	
ALEC Plaine Commune	Chargée de mission Précarité Énergétique	Délégué général
Boutique de quartier Quatre Routes	Intervenante social	
ACSES	Membre actif	
Centre social Quatre Routes	Référente familles	
Plaine commune - Service Habitat	Chargé de mission Habitat privé	
EDF Solidarité	Correspondant Solidarité	Conseillère Solidarité Senior

Audencia	Chargée d'études - Direction de la Recherche Audencia - Chaire Entrepreneuriat Familial et Société	
Ruche qui dit oui	Membre actif	
Énergie solidaire / Les amis d'Enercoop	Directeur	
UnisCité	Coordinatrice d'équipes et de projets	Volontaires en service civique
Solibri	Responsable de projets et formatrice	
Secours Catholique	Chargé de mission précarité énergétique	
Service communication ADEME	Coordinatrice de la communication Grand Public et Jeunes	Chargée de communication
Enercoop	Expert « Dr Watt » - Services énergétiques & Facilitation	
Schneider Electric - Fondation	Chargée d'investissements solidaires	Directrice des programmes de la Fondation
NégaWatt	Directeur	
Effy SoliNergy	Directeur général SoliNergy	
Fondation REXEL	Directeur du développement durable Rexel et Vice-Président de la Fondation	Secrétaire Générale
CCAS Nantes	Référent territorial	
Sonergia / SOLIHA - Programme ECORCE	Responsable Programme Précarité énergétique & Communication	

Tableau de présentation des habitants enquêtés

Nom	Ville	Sexe	Composition du ménage	Âge	Situation professionnelle	Décile de revenu ¹	Statut d'occupation	Typologie de logement
Brigitte	La Courneuve	Femme	Deux adultes	59	Employé	7	Propriétaire	Maison
Claire	La Courneuve	Femme	2 adultes et 1 enfant	33	Employé	5	Propriétaire	Maison
Laurence	La Courneuve	Femme	Un adulte	70	Retraité	6	Propriétaire	Maison
Charly	La Courneuve	Homme	Un adulte	47	Inactif	<1	Locataire parc social	Appartement
Valérie	La Courneuve	Femme	Un adulte	45	Inactif	1	Locataire parc social	Appartement
Jules	La Courneuve	Homme	Deux adultes	23	Inactif	<1	Locataire parc privé	Appartement
Sylviane	La Courneuve	Femme	Deux adultes	57	Employé	6	Propriétaire	Maison
Madeleine	La Courneuve	Femme	Un adulte	86	Retraité	1	Propriétaire	Maison
Ivana	La Courneuve	Femme	Deux adultes	58	Inactif	<1	Propriétaire	Maison
Mélanie	La Courneuve	Femme	Un adulte et enfant(s)	40	Inactif	<1	Locataire parc privé	Appartement

¹ Par unité de consommation, d'après les seuils de 2017 dont sont exclus les étudiants (INSEE). Les étudiants sont exclus des calculs,

Amar	La Courneuve	Homme	2 adultes et enfants	40	Chômeur	<1	Propriétaire	Maison
Julie	La Courneuve	Femme	Un adulte	30	Employé	5	Propriétaire	Appartement
Marine	Nantes	Femme	Un adulte et enfant(s)	30	Employé	3	Propriétaire	Appartement
Sophie	Nantes	Femme	Deux adultes	43	Chômeur	<1	Locataire parc privé	Appartement
Jean-Baptiste	Nantes	Homme	Un adulte	50	Inactif	1	Locataire parc social	Appartement
Nadia	Nantes	Femme	Deux adultes	70	Retraité	3	Propriétaire	Maison
Marie-Louise	Nantes	Femme	Un adulte	80	Retraité	<1	Locataire parc social	Appartement
Annie	Nantes	Femme	Un adulte	65	Retraité	<1	Propriétaire	Appartement
Tina	Nantes	Femme	Un adulte	24	Inactif	<1	Locataire parc privé	Appartement
Michèle	Nantes	Femme	Un adulte et enfant(s)	38	Chômeur	<1	Locataire parc social	Appartement
Halid	Nantes	Homme	Un adulte	35	Employé	2	Propriétaire	Appartement
Carine	Nantes	Femme	Un adulte et enfant(s)	57	Chômeur	<1	Propriétaire	Appartement
Françoise	Nantes	Femme	Un adulte	58	Chômeur	1	Locataire parc social	Appartement

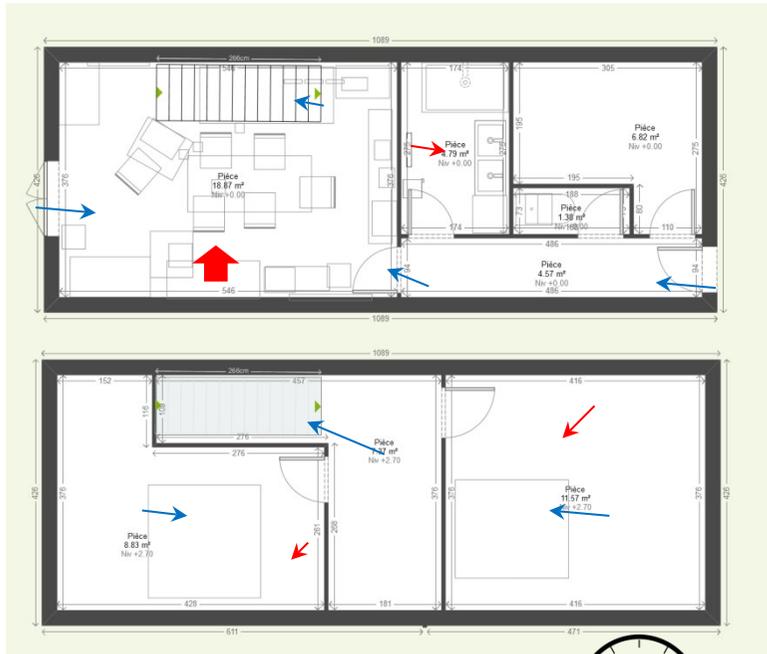
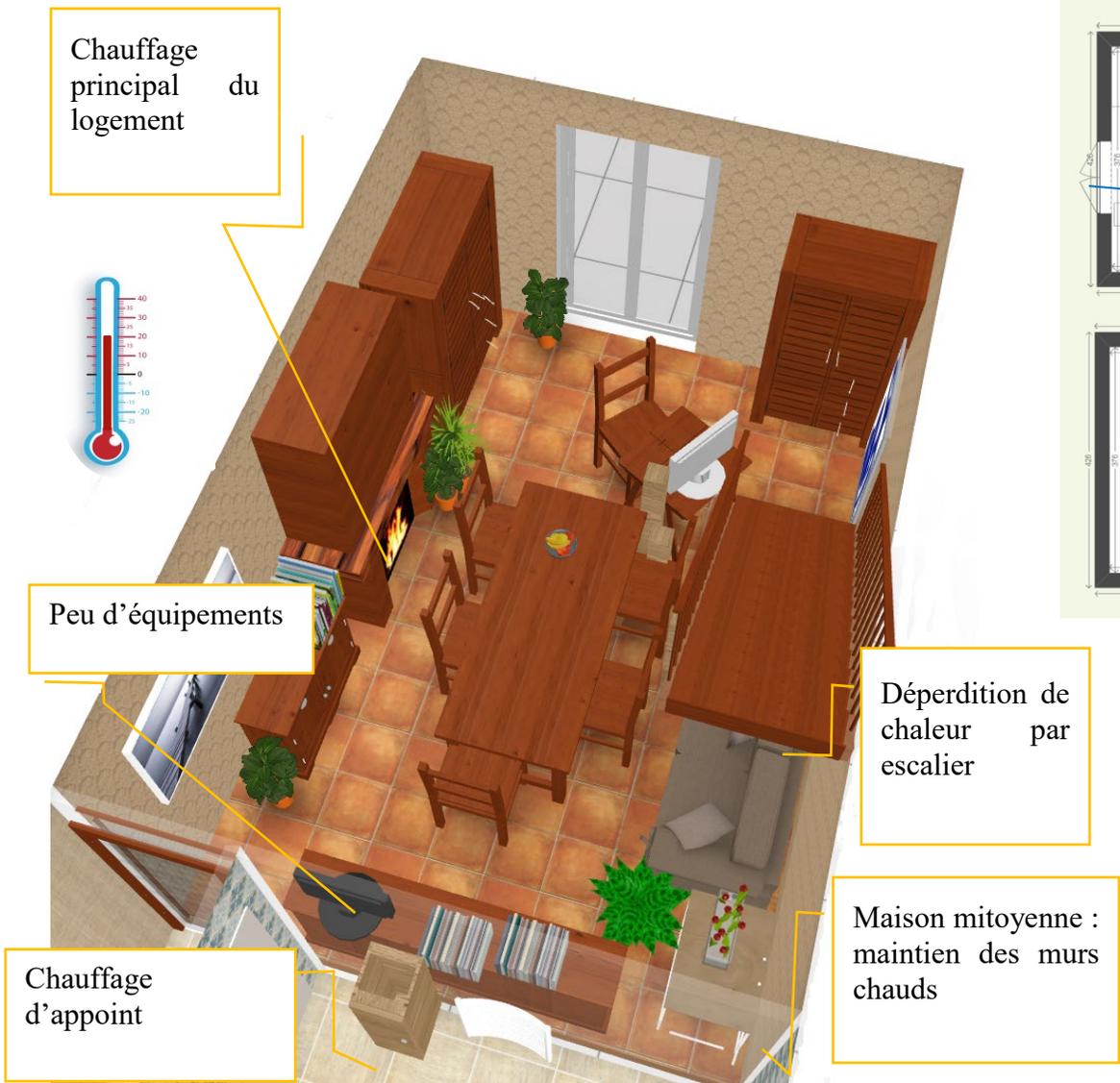
Yolande	Nantes	Femme	Un adulte	57	Inactif	2	Locataire parc social	Appartement
Jeanne	Nantes	Femme	Un adulte	66	Retraité	6	Propriétaire	Maison
Sylvie	Nantes	Femme	Un adulte et enfant(s)	65	Retraité	1	Propriétaire	Maison

Description des conditions de passation des entretiens avec les enquêtés

Enquêté	Ville	Date	Durée de l'entretien	Enregistrement	T° relevée dans le logement	Visite guidée	Relevé habité
Brigitte	La Courneuve	17/02/17	04:05:00	Partiel	16	Partielle	Oui
Claire	La Courneuve	27/02/17	01:30:00	Partiel	18	Non	Oui
Laurence	La Courneuve	28/02/17	01:00:00	Oui	17	Non	Oui
Charly	La Courneuve	03/03/17	00:40:00	Partiel	17	Oui	Oui
Valérie	La Courneuve	03/03/17	01:20:00	Oui	20	Oui	Oui
Jules	La Courneuve	03/03/17	00:40:00	Oui	22	Non	Oui
Sylviane	La Courneuve	16/03/17	01:50:00	Oui	- ²	Non	Oui
Madeleine	La Courneuve	17/03/17	01:05:00	Oui	19	Oui	Oui
Ivana	La Courneuve	30/03/17	02:30:00	Oui	20	Non	Non
Mélanie	La Courneuve	31/03/17	03:15:00	Non	-	Non	Oui
Amar	La Courneuve	20/04/17	01:40:00	Oui	18	Non	Oui
Julie	La Courneuve	24/04/17	00:40:00	Oui	18	Non	Oui
Marine	Nantes	09/03/17	01:00:00	Oui	18	Non	Non

² Certains enquêtés ont préféré une rencontre dans un lieu neutre : centre social, maison de quartier. Aucun relevé de température ou visite du logement n'était alors possible. Des plans du logement et de son organisation ont été réalisés conjointement avec les enquêtés.

Sophie	Nantes	09/03/17	01:40:00	Oui	18	Oui	Oui
Jean-Baptiste	Nantes	11/03/17	01:05:00	Oui	21	Oui	Oui
Nadia	Nantes	11/03/17	02:15:00	Oui	21	Non	Oui
Marie-Louise	Nantes	21/04/17	01:30:00	Oui	20	Non	Non
Annie	Nantes	24/07/17	01:40:00	Oui	19	Partielle	Non
Tina	Nantes	25/07/17	01:15:00	Oui	21	Oui	Oui
Michèle	Nantes	26/07/17	01:20:00	Oui	-	Non	Non
Halid	Nantes	20/10/17	01:05:00	Oui	20	Non	Non
Carine	Nantes	20/10/17	01:55:00	Oui	21	Oui	Oui
Françoise	Nantes	28/11/17	01:07:00	Oui	20	Non	Non
Yolande	Nantes	30/11/17	01:20:00	Oui	21	Oui	Oui
Jeanne	Nantes	24/03/18	01:25:00	Oui	18	Partielle	Oui
Sylvie	Nantes	23/03/18	03:00:30	Oui	21,5	Non	Non



Nadia et Serge



Propriétaires depuis 25 ans

Retraités

3^{ème} décile de revenu

Difficultés de santé importantes

Présence à domicile :
8h – 23h



Afin de donner des éléments de compréhension des différents indicateurs institutionnels mobilisés pour identifier le phénomène de précarité énergétique, nous reprenons les éléments de définition présentés sur le site de l'ONPE³. Ces indicateurs n'ont pas été l'objet d'un questionnaire à part entière étant donné que cette recherche ne travaille pas spécifiquement sur le phénomène de précarité énergétique, mais sur les pratiques et représentations en matière de consommation d'énergie des plus précaires. Nous mobilisons ainsi la catégorie de « précaire énergétique » uniquement comme une catégorie de l'action sociale.

« Les définitions des indicateurs utilisés par l'ONPE pour caractériser le phénomène sont :

- Le taux d'effort énergétique supérieur à 8 % appliqué aux ménages des 3 premiers déciles de revenu disponible par unité de consommation (TEE_3D). Le taux d'effort énergétique correspond à la part des dépenses totales d'énergie dans le logement sur le revenu disponible du ménage; le seuil au-delà duquel un ménage est considéré en précarité énergétique est de 8 % (soit près de deux fois la médiane). Le TEE_3D fait intervenir une seconde condition pour éviter de cibler des ménages disposant de ressources jugées confortables. Il se limite aux ménages des trois premiers déciles de revenu disponible par unité de consommation (ce critère permet de pondérer le revenu en fonction de la composition du ménage).

En sélectionnant uniquement les ménages appartenant aux trois premiers déciles de revenus par unité de consommation, la construction de l'indicateur TEE_3D permet d'exclure les ménages disposant de ressources confortables. Le critère « unité de consommation » permet de pondérer le revenu en fonction de la taille et de la composition du ménage.

Dans l'attente de la prochaine Enquête Nationale Logement (2020), ce taux d'effort énergétique est modélisé par les services statistiques du Ministère de la Transition Energétique et Solidaire.

- La déclaration de froid au cours de l'hiver précédant l'enquête limitée aux motifs de précarité énergétique (FR) appliqué aux trois premiers déciles de revenu disponible par unité de consommation (FR_3D). Cet indicateur cible les ménages ayant exprimé une sensation de froid pour des raisons qui relèvent de la précarité énergétique : mauvaise isolation du logement, défaillance de l'équipement de chauffage, panne durable, restriction en raison du coût de l'énergie et coupure du fournisseur d'énergie.

C'est le seul indicateur relevant de l'approche par le ressenti des ménages. En sélectionnant uniquement les ménages appartenant aux trois premiers déciles de revenus par unité de consommation, la construction de l'indicateur FR_PRECA_3D permet d'exclure les ménages

³ https://onpe.org/definition_indicateurs/definition_des_indicateurs

disposant de ressources confortables. Le critère « unité de consommation » permet de pondérer le revenu en fonction de la taille et de la composition du ménage.

Dans l'attente de la prochaine Enquête Nationale Logement (2020), cet indicateur est renseigné par le baromètre Info Energie, dans le cadre d'un sondage annuel piloté par le Médiateur national de l'énergie.

- L'indicateur des bas revenus et dépenses élevées (BRDE) est directement inspiré des travaux anglais du professeur J. Hills. Cet indicateur comprend deux conditions, l'une sur la dépense d'énergie des ménages, l'autre sur le revenu restant une fois déduites les dépenses de logement (à l'exclusion des dépenses d'énergie). La dépense en énergie et le seuil sont rapportés à la surface du logement. Le revenu restant est divisé par le nombre d'unités de consommation, pour tenir compte de la composition du ménage.

Ces indicateurs permettent donc de cibler les ménages qui doivent assumer une dépense énergétique supérieure à la majorité des ménages alors que leur reste à vivre après imputation des charges nettes liées à leur logement (remboursement bancaire, loyer, charges de copropriété, dépenses énergétiques...) est inférieur à 60% du reste à vivre médian.

Faute de données récentes, l'ONPE n'a pas souhaité modéliser cet indicateur dans ses derniers tableaux de bord. »

Extraits de guides de sensibilisation

Les différents guides évoqués dans le chapitre 4 sont intégrés dans la section suivante. Chaque guide est présenté avec sa page de garde et une ou plusieurs pages intérieures.

Tableau des guides présentés :

FIGURE 1 GUIDE PRATIQUE A L'USAGE DES LOCATAIRES DES COLLINES © LOGIREM, ECOPOLENERGIE (2012)	21
FIGURE 2 GUIDE POUR « FAIRE DES ECONOMIES D'ENERGIE GRACE A DES GESTES SIMPLES » © CAF (2014)	25
FIGURE 3 LIVRET DES ECOGESTES © ECOCO2 (2017)	29
FIGURE 4 GUIDE SUR LES ECO-GESTES, VERSION ESPAGNOLE © FRANCE HORIZON (2017)	35
FIGURE 5 GUIDE SUR LES ECO-GESTES, VERSION ROUMAINE © FRANCE HORIZON (2017)	36
FIGURE 6 GUIDE SUR LES ECO-GESTES, VERSION BULGARE © FRANCE HORIZON (2017)	37
FIGURE 7 GUIDE « REDUIRE SA FACTURE D'ELECTRICITE » © ADEME (EDITION 2019)	38
FIGURE 8 GUIDE DES REPARATIONS LOCATIVES © MINISTERE DE LA COHESION DES TERRITOIRES (2019)	41
FIGURE 9 GUIDE SUR LES « BONS GESTES POUR FAIRE DES ECONOMIES » © EDF (2014)	44
FIGURE 10 FLYER DU PROGRAMME HABITER MIEUX © ANAH (2015)	50
FIGURE 11 FLYER AUTOUR DES DIFFICULTES DE PAIEMENT DES FACTURES D'ENERGIE © ENGIE (2015)	51
FIGURE 12 GUIDE POUR SAVOIR « COMMENT FAIRE DES ECONOMIES D'ENERGIE » © ENGIE (2015)	53
FIGURE 13 GUIDE « LES GESTES SIMPLES POUR REDUIRE MES FACTURES D'EAU, DE GAZ ET D'ELECTRICITE » © GAZ SUEZ (2011)	56
FIGURE 14 CALENDRIER DES ECO-GESTES © PLAN CLIMAT ÉNERGIE PAYS DES PORTES DU HAUT-DOUBS (2015)	58
FIGURE 15 GUIDE SUR LES « DROITS EN MATIERE D'ACCES A L'ELECTRICITE » © SIPPEREC (2014)	61
FIGURE 16 GUIDE « 100 ECO-GESTES » © EIE DU RHONE (2011)	66

Les économies d'eau et d'énergie
dans votre logement

Guide pratique

à l'usage des locataires des Collines



Figure 1 Guide pratique à l'usage des locataires des Collines © Logirem, Ecopolenergie (2012)

4. La ventilation

Purifier l'air du logement

A quoi sert la Ventilation Mécanique Contrôlée ?

- Elle permet de renouveler l'air du logement et d'évacuer l'humidité.
- Elle se met en marche spontanément en fonction du taux d'humidité.
- Les bouches d'aération se trouvent dans la cuisine, la salle de bain et les toilettes.

Questions fréquentes sur... la ventilation

1/ Puis-je augmenter exceptionnellement la ventilation ?

Oui, en tirant la cordelette vers le bas (uniquement dans la cuisine).

2/ Dois-je aérer tous les jours ?

Il est recommandé d'aérer (pas plus de 5 min à chaque fois ; au delà, les murs se refroidissent) pour évacuer les polluants émis par de nombreux produits intérieurs (colles, vernis, peintures, produits d'entretiens...).

En hiver, se protéger du froid



Bon à savoir

Locataires et propriétaires, vous avez un contrat d'entretien

J'ai un problème sur mes appareils liés au chauffage (chaudière, thermostat, radiateurs), ventilation.

-> **Contrat d'entretien affiché dans le hall d'immeuble**
Je n'aurai rien à payer lors de l'intervention (si un usage normal de l'équipement est fait).

Tous les ans une visite d'entretien obligatoire est prévue par Logirem (information par voie d'affichage).

Demandez au technicien de :

- Vérifier vos programmations (chaudière + thermostat).
- Vérifier le système de ventilation.



La journée :

Je me protège du soleil

- Je ferme mes fenêtres pour éviter le passage de l'air chaud.
- En orientant mon brise soleil, j'empêche les rayons d'entrer directement dans ma loggia.

Le soir / la nuit : Je surventille pour chasser la chaleur

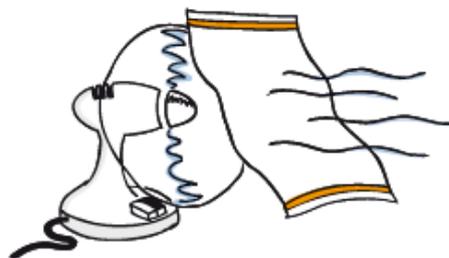
- La nuit, j'ouvre en grand les fenêtres des pièces opposées si possible pour créer un courant d'air.

En été, se protéger de la chaleur

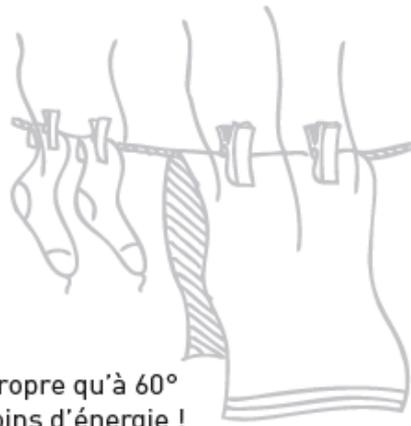


TRUCS & ASTUCES

- J'arrose les plantes le soir : ça rafraîchit l'air ambiant.
- Je fais sécher mon linge dans la loggia : ça crée un rideau d'air frais.
- Je mets des plantes dans la loggia : l'évapo-transpiration permet de garder une ambiance fraîche.
- Je place un tissu humide devant un ventilateur.
- J'éteins les appareils électriques inutiles : ils produisent de la chaleur.



10



Côté buanderie



- Laver à 30° ; c'est aussi propre qu'à 60° et cela consomme 4 fois moins d'énergie !
- Le sèche linge consomme beaucoup d'énergie et l'été il produit de la chaleur. Je peux faire sécher mon linge dans la loggia et ainsi créer un rideau d'air frais.

L'énergie dans mon logement

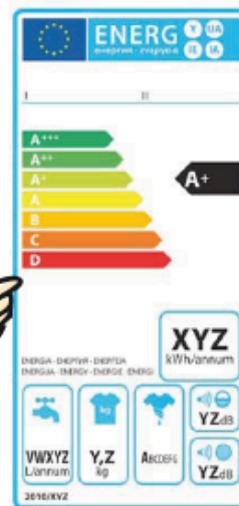
A quoi sert l'étiquette énergie ?

- Elle doit guider vos choix lors de l'achat d'appareils électroménagers.
- Elle permet de comparer les appareils entre eux selon la consommation (d'électricité, d'eau), l'efficacité, le bruit émis etc.



Les avantages des appareils performants

- Factures d'électricité plus faibles
- Durée de vie plus longue
- Émissions de gaz à effet de serre réduites



14

Conseils pratiques

*Faire des
économies d'énergie
grâce à
des gestes simples*

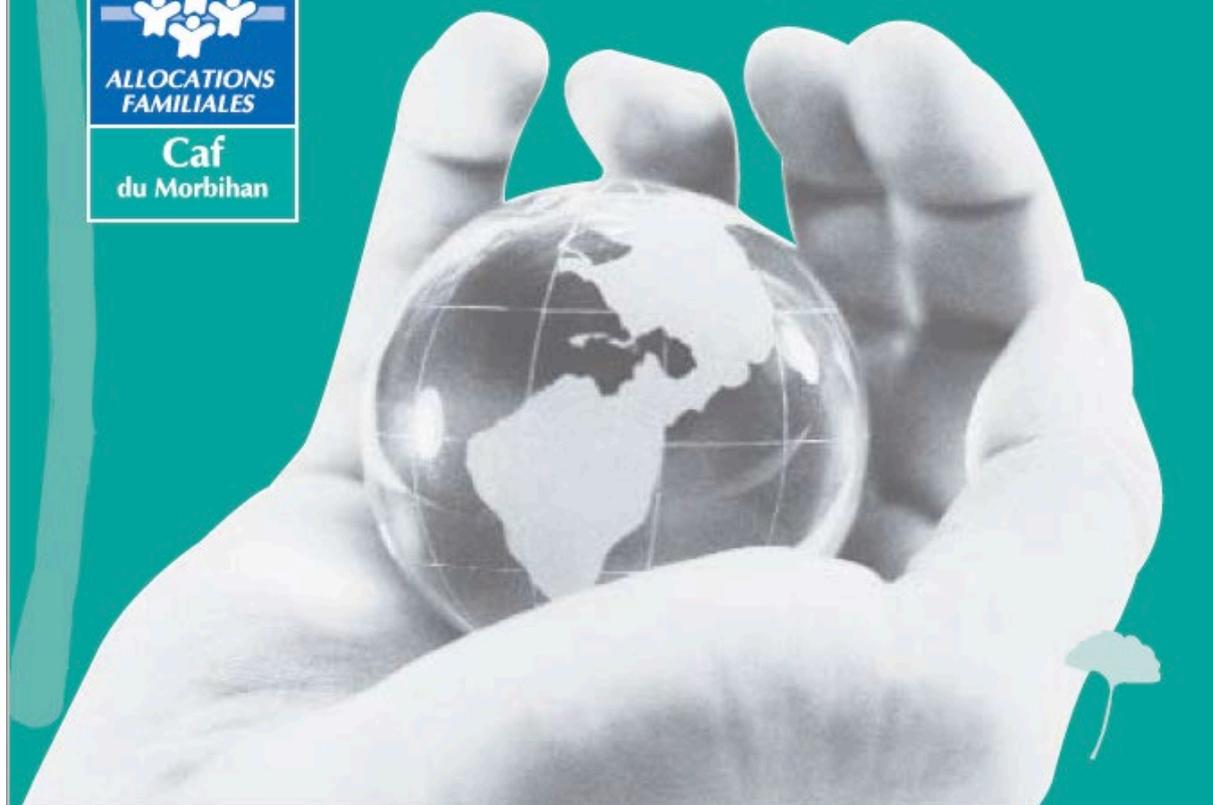


Figure 2 Guide pour « faire des économies d'énergie grâce à des gestes simples » © CAF (2014)

Eco gestes de la vie courante



L'eau

- Une douche est **4 à 5** fois plus économique qu'un bain.
- L'utilisation d'un robinet avec réducteur de débit (mousseur) ou une pomme de douche "éco" représente **30 à 50%** d'économie.

Détectez les fuites de chasse d'eau avec une pastille colorée

L'éclairage

Vous pensiez Watts, passez aux Lumens...

Les ampoules à incandescence ne sont plus commercialisées. Vous pouvez choisir :

- Une ampoule fluocompacte (basse consommation)
- Une ampoule à LED
- Une ampoule halogène haute efficacité qui consomme plus



Dépoussiérez vos ampoules, vous gagnerez 40% de luminosité

Utilisez des multiprises avec interrupteur

Les veilles des appareils électriques

- Les veilles peuvent représenter **10 à 15%** de la facture annuelle.
- Eteindre les appareils avec leur interrupteur au lieu de la télécommande, ou utiliser les coupe-veilles permettant d'éteindre plusieurs appareils simultanément.
- Débrancher les chargeurs qui restent sous tension.

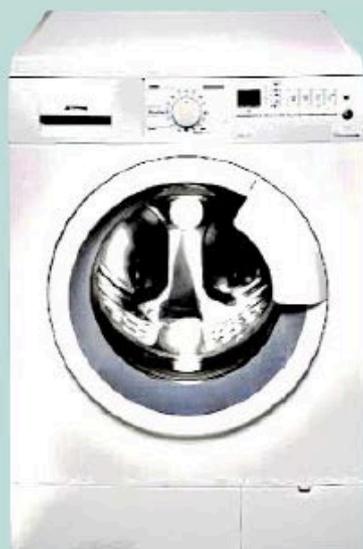


Conseils d'utilisation des appareils électroménagers et éco-gestes

Lave-linge

- Deux cycles demi-charge consomment plus qu'un cycle à charge pleine : il est préférable de remplir la machine sans tasser le linge.
- Le prélavage augmente de **15** à **20%** la consommation en eau et en électricité.
- Un cycle à **30/40°C** consomme **3 fois moins** d'électricité qu'un cycle à **90°C**.
Le chauffage de l'eau représente **80%** de la consommation d'électricité du lave-linge.

Utilisez un
programmateur
pour laver en
heures creuses



Conseils d'utilisation des appareils électroménagers et éco-gestes

Four traditionnel et four à micro-ondes

- Pour certaines cuissons, le préchauffage du four traditionnel n'est pas nécessaire.
- Eteindre le four traditionnel avant la fin de la cuisson.
- Un four à micro-ondes est adapté pour chauffer de petites quantités.
- Couvrir les aliments pour accélérer la cuisson au four à micro-ondes.



Lave-vaisselle

Le lave-vaisselle consomme généralement moins d'eau qu'une vaisselle à la main, à quantité de vaisselle égale.

- Utiliser la machine à charge pleine et de préférence en heures creuses.
- Utiliser la touche "éco".

99

conseils à
l'intérieur

LIVRET DES ECOGESTES



Apprenez à réduire vos consommations d'eau
et d'énergie avec des gestes simples !



Figure 3 Livret des écogestes © EcoCO2 (2017)

CHAUFFAGE ET ISOLATION

CHAUFFAGE ET ISOLATION / ECLAIRAGE / CUISSON / EAU ET EAU CHAUDE SANITAIRE /
LES POSTES DE FROID / AUTRES USAGES / MOBILITÉ



1

En cas de froid, enfiler un pull supplémentaire au lieu de monter le thermostat du radiateur.



3

Eteindre les radiateurs lorsqu'on ouvre une fenêtre pour aérer, pour ne pas chauffer les courants d'air !



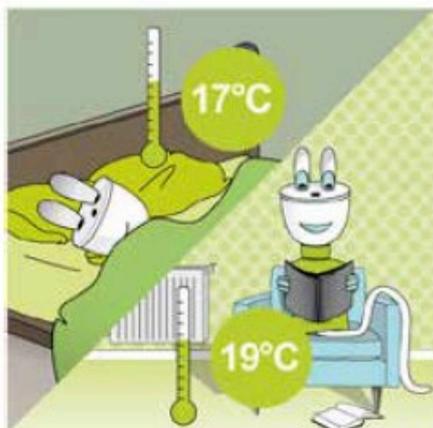
2

En hiver, fermer les volets et rideaux la nuit, cela conserve mieux la chaleur.



4

Eviter les chauffages d'appoint mobiles. Ils consomment beaucoup d'énergie !



5

Opter pour une température de 19°C dans les pièces à vivre et 17°C dans les chambres.



7

En hiver, dans la journée ouvrir volets et rideaux des fenêtres exposées au soleil. Un apport de chaleur gratuit !



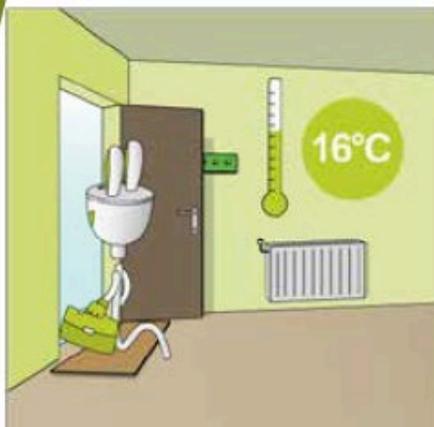
6

Dégager les radiateurs de tout obstacle à la circulation de la chaleur. Le confort n'en sera qu'amélioré.



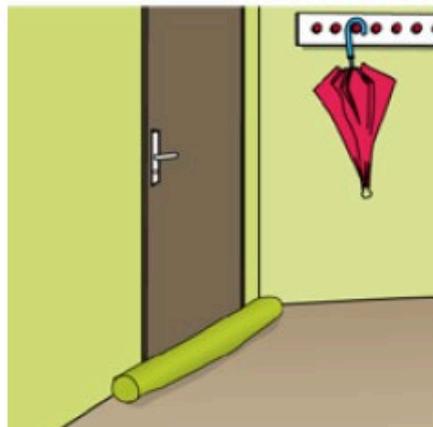
8

Si le logement est équipé d'un thermostat d'ambiance, optimiser le chauffage en réglant des températures différentes de jour et de nuit.



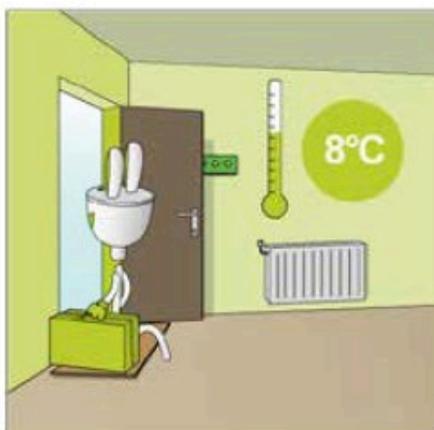
9

En cas d'absence pour la journée, baisser le thermostat pour maintenir 16°C. Au retour, la température de confort sera plus rapidement atteinte.



11

Isoler les portes et les fenêtres. Vérifier leur étanchéité et ajouter si nécessaire des joints ou de la mousse isolante.



10

En cas d'absence de plus de 48h, positionner le thermostat sur la position minimum ou, mieux, hors gel.



12

Dégager les bouches d'aération. Elles évacuent l'humidité et évitent la formation de moisissures.



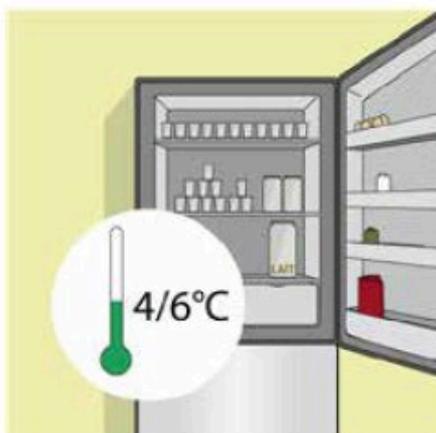
60

Eviter de mettre trop de poids dans les portes. Les portes fonctionnant mal provoquent des déperditions de froid.



62

Emballer les aliments pour éviter la formation de givre. Cela les protège des bactéries dans le réfrigérateur et évite les mauvaises odeurs.



61

Régler le réfrigérateur sur une température entre 4 et 6°C. C'est le meilleur compromis entre bonne conservation et économies d'énergie.



63

Retirer les suremballages avant de mettre les aliments au frigo. L'air frais circule mieux entre les aliments, ce qui permet de gagner de la place et de réaliser des économies d'énergie.

AUTRES USAGES

CHAUFFAGE ET ISOLATION / ECLAIRAGE / CUISSON / EAU ET EAU CHAUDE SANITAIRE /
LES POSTES DE FROID / **AUTRES USAGES** / MOBILITÉ



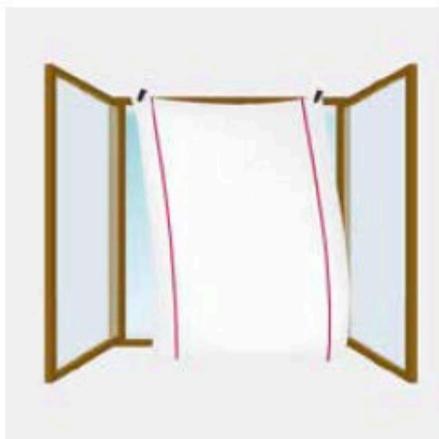
80

En été, baisser les stores ou fermer les volets des fenêtres exposées au soleil. Cela évite de faire entrer la chaleur dans le logement.



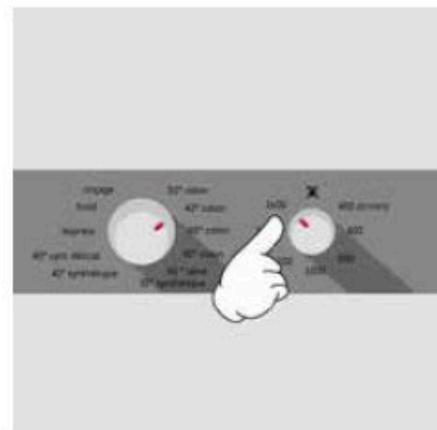
82

Lorsque c'est possible, faire sécher le linge à l'extérieur.



81

Créer des circulations d'air pour évacuer la chaleur accumulée dans les murs et les planchers.



83

Si le linge sèche à l'intérieur, utiliser de préférence une vitesse d'essorage élevée. Cela rejettera moins d'humidité dans la pièce.

Los eco- gestos

o cómo ahorrar energía



FRANCE HORIZON

Une place pour tous,
une chance pour chacun.



Elaborado en colaboración
con la ayuda de las familias
acogidas por el establecimiento France Horizon Toulouse

Figure 4 Guide sur les éco-gestes, version espagnole © France Horizon (2017)

Sistemul de încălzire



E bine la căldură,
dar nici prea mult !

Încălzirea reprezintă aproximativ
65% din factura mea electrică.

Dacă mă încălzesc la 20°C, în loc de
19°C, factura mea crește cu 7%.

Încăperi	Sunt prezent	JSunt absent câteva ore, sau în timpul zilei	Sunt absent mai multe zile
Camera de zi, birou, bucătărie, baie	19° - 20°C	16° - 17°C	8°C la îngheț
Dormitor	16° - 17°C		
Camere neocupate	Închid termostatul și ușa încăperilor		

19°C

26°C

 Bunele practici

- Reglez termostatul
la temperatura potrivită

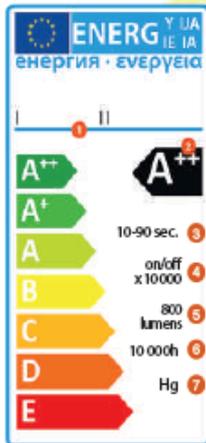


102

Figure 5 Guide sur les éco-gestes, version roumaine © France Horizon (2017)

Електричество

Малки уреди



Когато си купя машина

Аз разчитам информацията на етикета, включително енергийна производителност да достига до A+++ на специфични етикети за опазването на околната среда на европейската екомаркировка.

Да проверя уебсайт Topten, който класира всички електрически съоръжения и показва средната цена за закупуване и използване <http://guidetopten.com>

Уреди за охлаждане: контролирана температура и фризери

- Превключвам далеч от източници на топлина (печка, радиатор, пряка слънчева светлина) и 10 см от стената, така че черната решетка на гърба правилно отвежда топлината, без която се консумира повече енергия (30% до 50% повече).
- Аз ще изчистя от прах мрежата два пъти в годината по същата причина.
- Аз ще настроя правилната температура: +5 °C в хладилник и -18 °C във фризера. 1 °C по-малко, консумираме 5% повече.



Перални машини

- Аз използвам добре напълнена машина, а не две наполовина пълна.
 - Аз мия прането без предпране, с кратък цикъл и ниска температура до 30 °C.
 - Аз мия чиниите с програмата еко или 50 °C.
 - Аз използвам с всяко измиване анти-варовик. Белият оцет изпълнява тази роля много добре!
- Депозитът на варовик на електрическото съпротивление удвоява, необходимото време за нагряване на водата.

AU QUOTIDIEN

RÉDUIRE SA FACTURE D'ÉLECTRICITÉ

ÉDITION JUN 2019

LIMITER LA CONSOMMATION DE SES ÉQUIPEMENTS

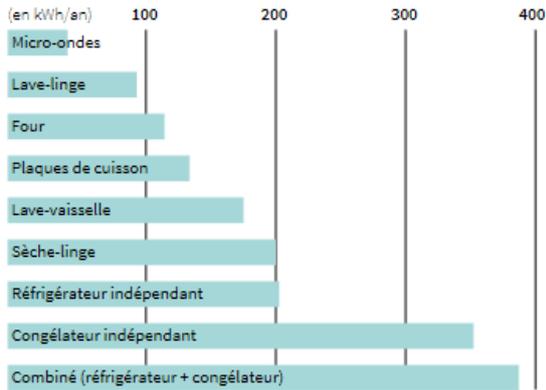


Figure 7 Guide « Réduire sa facture d'électricité » © ADEME (édition 2019)

L'électroménager à la loupe

Se soucier de l'efficacité énergétique des appareils électroménagers, c'est bien. Mais définir les équipements réellement utiles et bien les utiliser est tout aussi important.

CONSUMMATIONS MOYENNES DES APPAREILS ÉLECTRIQUES DANS LA CUISINE



Source: ADEME

L'étiquette énergie: la bonne référence à l'achat

L'étiquette énergie est obligatoire pour les réfrigérateurs, les congélateurs, les combinés, les lave-linge, les sèche-linge, les lave-linge séchants, les lave-vaisselle, les caves à vins, les fours et les hottes de cuisine. Elle renseigne sur les consommations d'énergie de chaque appareil et tient compte des progrès en matière de performances énergétiques. C'est pour cela qu'apparaissent des classes rajoutées au-dessus de A (A+, A++ et A+++). La multiplication des «+» pouvant entraîner une certaine confusion, une révision de l'étiquette énergie européenne est prévue, pour revenir à une échelle de A à G, en mars 2021 sur les téléviseurs, les réfrigérateurs, les congélateurs, les machines à laver, les machines lavantes-séchantes, les lave-vaisselle, les lampes et les luminaires.

Les économies d'énergie réalisables avec les appareils les mieux classés sont loin d'être anecdotiques. La classe A+++ signale les appareils qui consomment de 20 à 50% d'énergie de moins que ceux classés A+.

CLASSEMENT DES PRINCIPAUX APPAREILS MÉNAGERS: DU MEILLEUR AU MOINS BON

	Classement réel des appareils sur le marché		Classes disponibles sur l'étiquette énergie*
	Le mieux classé	Le moins bien classé	
Réfrigérateur, congélateur, appareil combiné	A++	A+	A+++ à D
Cave à vin	A+++	D	A+++ à G
Lave-vaisselle	A+++	A+	A+++ à D
Lave-linge	A+++	A+	A+++ à D
Sèche-linge	A++	B	A+++ à D
Four	A+++	A	A+++ à D
Hotte	A++	D	A+++ à E
Lampe LFC	A++	B	A+++ à B
Lampe à LED	A++	A	A+++ à A
Téléviseur	A++	C	A+++ à E

* L'échelle de l'étiquette énergie actuelle présente une amplitude de performances plus large que celle des équipements réellement vendus en magasin.



UNE APPLICATION POUR VOUS AIDER EN MAGASIN

L'application Ecogator, téléchargeable sur votre smartphone, vous permet d'analyser l'étiquette énergie de l'appareil qui vous intéresse. Vous la photographiez à l'aide de votre téléphone et l'application calcule son coût d'utilisation moyen sur un an ou sur sa durée de vie et vous propose une liste d'appareils intéressants du même type.

EN SAVOIR PLUS

Fiche de l'ADEME « Déchiffrer les étiquettes environnementales »
Pour trouver les appareils électroménagers les plus efficaces du marché : www.guidetopten.fr

Des économies à la clé

Si tous les ménages français qui s'équipent en nouveaux appareils choisissaient les plus économes, on économiserait 4,9 TWh / an, soit autant que la consommation d'électricité domestique de 2 millions de personnes. Sur la durée de vie des équipements, l'économie pour un foyer peut aller jusqu'à 3 000 € sur la facture d'électricité.

CONSUMMATION ANNUELLE DES ÉQUIPEMENTS DISPONIBLES SUR LE MARCHÉ

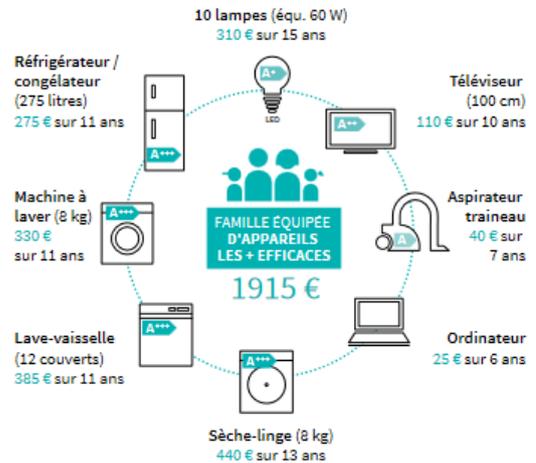
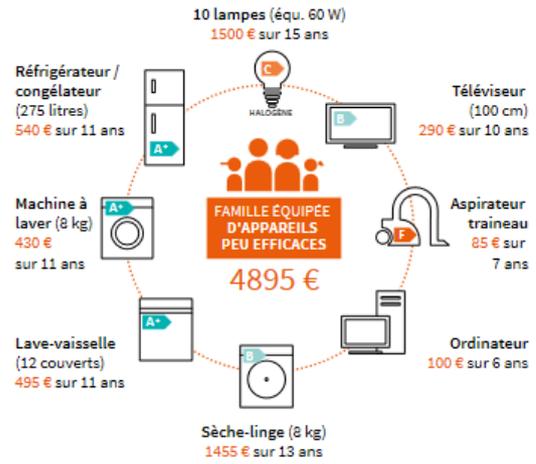
Ces valeurs sont des ordres de grandeur pour un usage standard, mais peuvent varier en fonction de l'utilisation de l'appareil.

Équipements	Consommation des appareils peu efficaces	Consommation des appareils les plus efficaces
Réfrigérateur / congélateur (275 litres)	245 kWh	125 kWh
Machine à laver (8 kg)	195 kWh	150 kWh
Lave-vaisselle (12 couverts)	225 kWh	175 kWh
Sèche-linge (8 kg)	560 kWh	170 kWh
Ordinateur	85 kWh	20 kWh
Aspirateur traîneau	60 kWh	30 kWh
Téléviseur (100 cm)	145 kWh	55 kWh
10 ampoules (équ. 60 W)	450 kWh	70 kWh



C'est aussi la multiplication des appareils électroménagers qui pèse sur la facture. Attention aux cuisines suréquipées !

LES DÉPENSES D'ÉLECTRICITÉ DE DEUX FAMILLES



Chiffres fondés sur des consommations moyennes pour un usage standard. Coûts calculés pour un tarif de 0,2 €/kWh.

Votre habitat

Qui répare, qui entretient ?



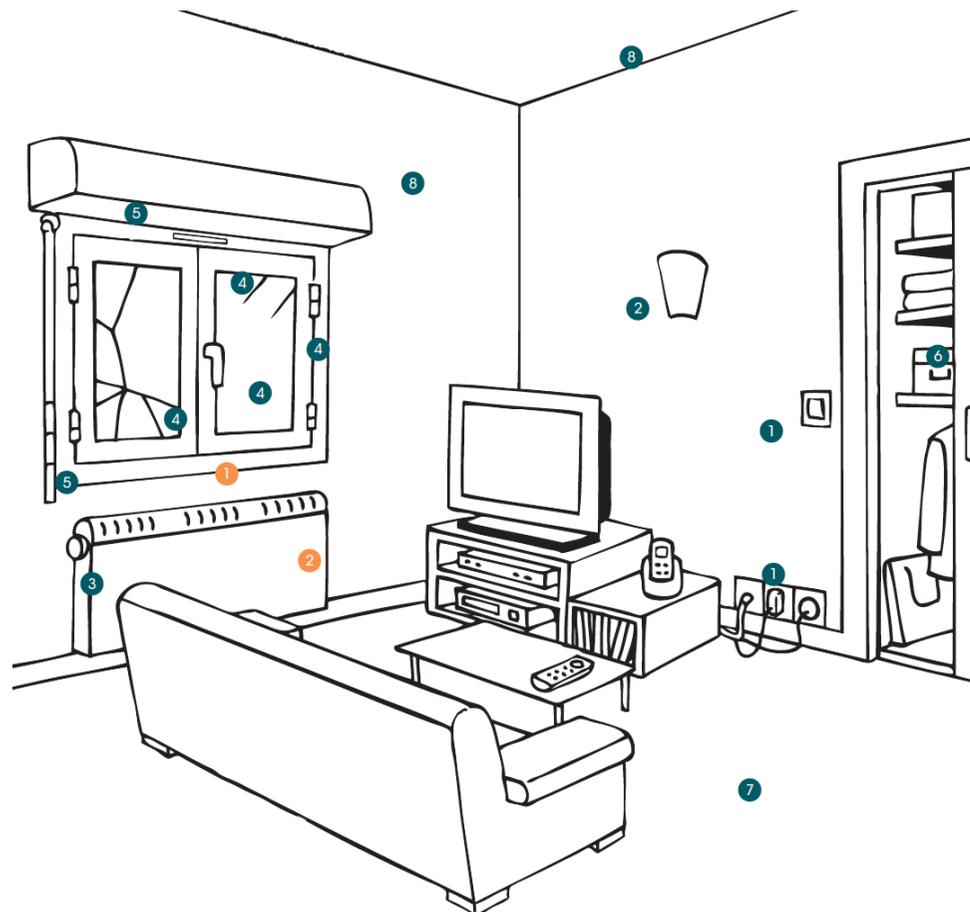
Guide illustré
des réparations locatives
Commission nationale de concertation



Figure 8 Guide des réparations locatives © Ministère de la cohésion des territoires (2019)

Locataire

- 1 Interrupteurs, prises électriques et téléphoniques, prise TV
entretien et remplacement si détériorés
- 2 Douilles, ampoules
entretien et remplacement
- 3 Radiateurs
• entretien
- 4 Fenêtres
• entretien poignée
• graissage gonds, paumelles et charnières
• grille d'entrée d'air : nettoyage
• remplacement des vitres cassées, joints et mastics vétustes
- 5 Volets et stores
• graissage et entretien courant
• entretien du mécanisme de commande
- 6 Placards
• remplacement des tablettes et tasseaux
• remplacement des boutons et poignées
• graissage
- 7 Sol
• entretien et pose de raccords parquet, dalles, linoléum, moquette



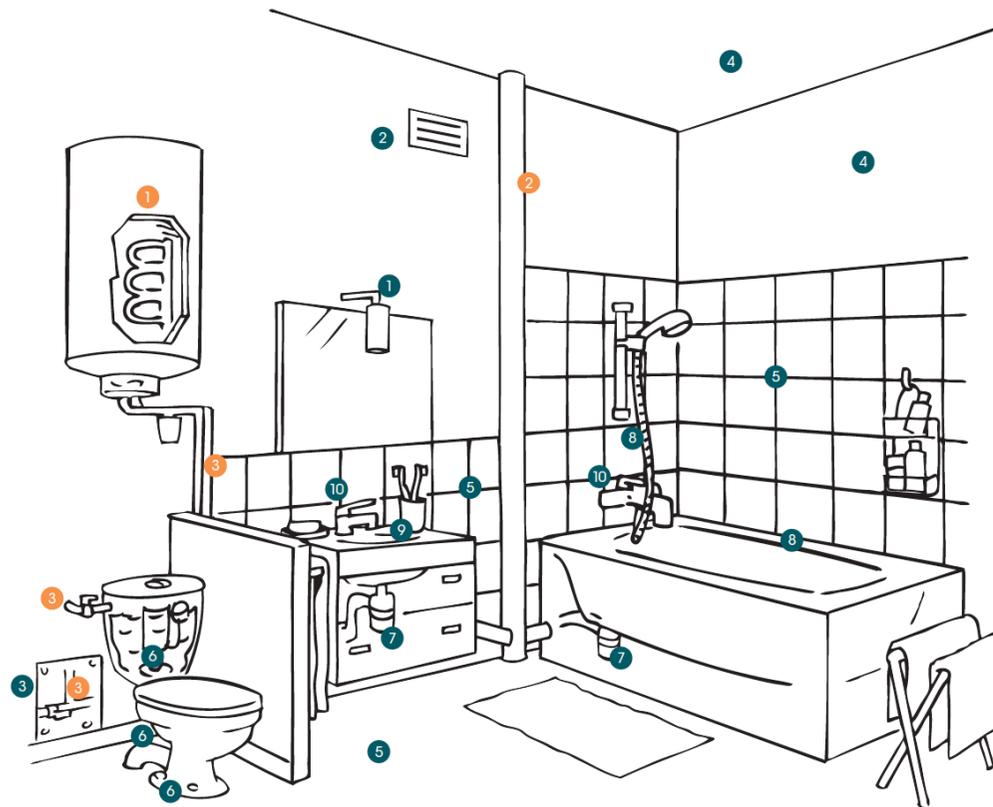
- 8 Plafond - murs
• maintien en état de propreté
• menus raccords de peinture et tapisseries
• rebouchage de trous

Propriétaire

- 1 Fenêtres
remplacement
- 2 Radiateurs
remplacement

Locataire

- 1 Appliques, douilles et ampoules
réparation et remplacement
- 2 Grilles de ventilation et VMC
• nettoyage
• débouchage
- 3 Porte de la gaine technique
• nettoyage
- 4 Plafond - murs
• menus raccords de peinture,
tapisseries
• rebouchage de trous
- 5 Sol et faïence
entretien et pose de raccords
parquet, dalles, linoléum,
moquette
- 6 WC
• remplacement joints pipe,
joints et colliers
• remplacement fixations sol
• débouchage évacuations
- 7 Évacuations d'eau
• débouchage siphons, évacua-
tions baignoire, douche et
lavabo jusqu'à la colonne
• remplacement joints et colliers
- 8 Douche et baignoire
• remplacement tuyaux flexible
• remplacement joints silicone



- 9 Lavabo
• remplacement joints silicone
• nettoyages dépôts calcaire
- 10 Robinetterie
remplacement de joints,
clapets et presse-étoupe

Propriétaire

- 1 Ballon électrique
• remplacement
• détartrage
- 2 Colonne d'eau usée
remplacement
- 3 Conduit d'alimentation d'eau
remplacement



Figure 9 Guide sur les « bons gestes pour faire des économies » © EDF (2014)

LE CHAUFFAGE



- **Faites attention à ne pas trop chauffer vos pièces.** Ne dépassez pas une température de 19 °C* dans les pièces à vivre et 16 °C* dans les chambres.

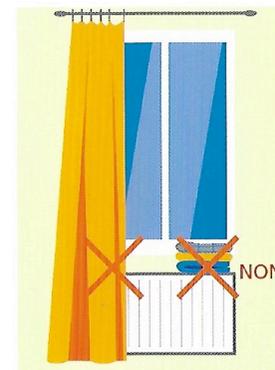
* Source : Ademe.



- **Isolez vos portes et vos fenêtres.** Calfeutrez-les avec des joints et des bas de portes, tout en veillant à ne pas boucher les aérations.

2

- Ne placez pas de meubles ou de rideaux devant les radiateurs. Ils seront plus efficaces.
- Veillez à ne poser aucun objet ni linge sur vos appareils de chauffage.



- La nuit, fermez vos volets et baissez la température de vos pièces. Vous conserverez la chaleur accumulée le jour.

UNIQUEMENT POUR LE CHAUFFAGE ÉLECTRIQUE

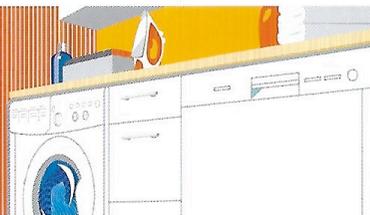
- Absent = de - 2 à + 3 °C*, mode « éco » ou « hors gel ». Si vous le pouvez, baissez la température de 3 °C lorsque vous vous absentez plus de 3 heures, ou passez en mode « éco ». Et réglez votre radiateur en position « hors gel » en cas d'absence sur plusieurs jours en hiver.

* Source : Ademe.



3

LES ÉQUIPEMENTS



30 °C / 40 °C

- Remplissez au maximum votre machine à laver et privilégiez un programme « basse température » (30 °C/40 °C) : il consommera trois fois moins d'énergie qu'un cycle à 90 °C*.

* Source : Ademe.

UNIQUEMENT SI VOUS DISPOSEZ D'UN CONTRAT À OPTION HEURES PLEINES/HEURES CREUSES

- Faites démarrer vos appareils (lave-linge, lave-vaisselle) de préférence en heures creuses.

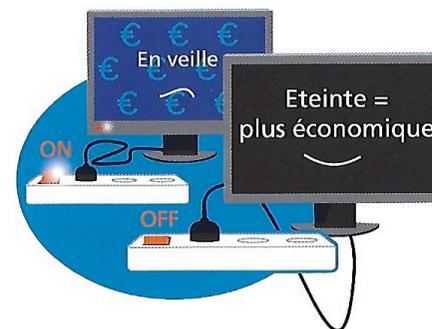


4



- Remplacez votre ancien réfrigérateur par un réfrigérateur plus économe en énergie.

- Sachez que les écrans de télévision à technologie LCD consomment moins d'électricité que ceux à technologie plasma.



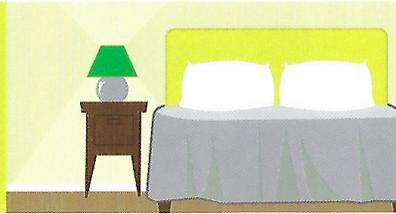
- Ne laissez pas vos appareils en veille lorsque vous ne les utilisez pas, éteignez-les. Vous pouvez ainsi économiser jusqu'à 10%* de votre consommation.

- Favorisez l'utilisation d'un coupe-veille ou d'une multiprise à interrupteur pour le branchement de vos appareils : cela permet de couper l'alimentation plus facilement.

* Source : Ademe.

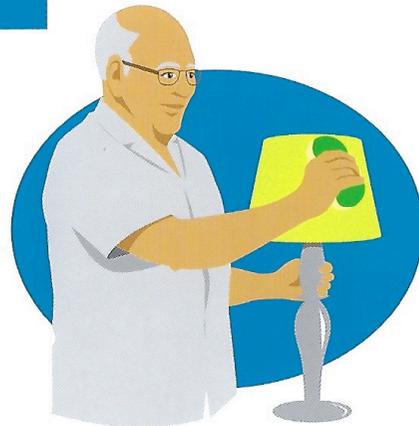
5

L'ÉCLAIRAGE



- Éteignez les lumières en sortant de la pièce.

- Dépoussiérez vos lampes, elles vous offriront une meilleure luminosité.



- Profitez de la lumière naturelle en ouvrant au maximum vos volets la journée.

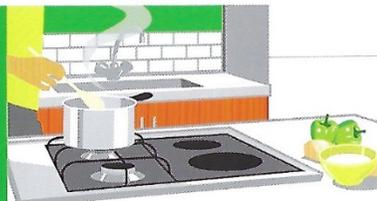


- Utilisez des ampoules basse consommation plutôt que des ampoules à incandescence, elles permettent une économie de 80%* de votre consommation d'éclairage.

* Source : Ademe.

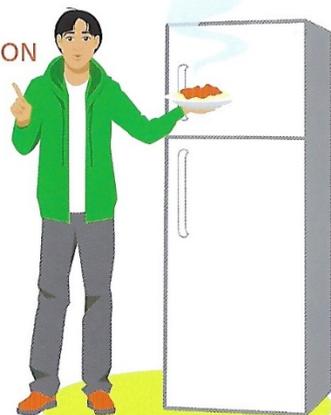


LE FROID & LA CUISSON



- Limitez les ouvertures de votre porte de four durant la cuisson pour éviter les pertes de chaleur.

NON



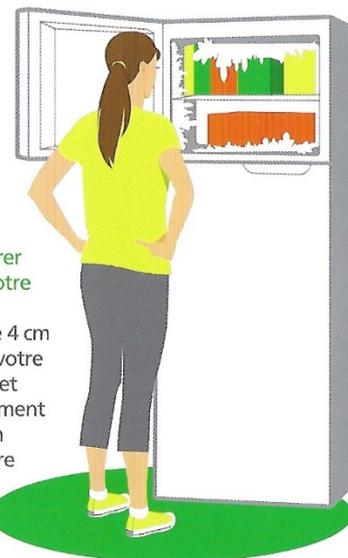
- Ne mettez pas de plat chaud dans le réfrigérateur : cela favorise la formation de givre et augmente la consommation d'énergie.

8

plus économique!



- Adaptez vos récipients à la taille de la plaque ou du brûleur.
- Mettez des couvercles sur les casseroles pour conserver la chaleur et pour avoir une cuisson plus rapide.



- Pensez à dégivrer régulièrement votre réfrigérateur. Une épaisseur de 4 cm de givre double votre consommation* et augmente également la consommation d'énergie de votre réfrigérateur.

* Source : EDF R&D.

9

L'EAU



1 bain



3 douches

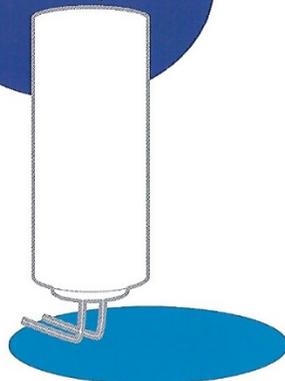


- Préférez la douche au bain, elle consomme trois fois moins d'eau. Moins d'eau à chauffer, c'est autant d'énergie que d'eau économisées.

Heures creuses
plus économiques

- Si vous disposez d'un contrat à option heures pleines/heures creuses, alors programmez votre ballon d'eau chaude pendant les heures creuses. Pour connaître vos plages d'heures creuses, il vous suffit de vous reporter au verso de votre facture.

- Si possible, isolez les canalisations de votre ballon d'eau chaude s'il est placé dans un local non chauffé.



10



- Pensez à couper l'eau lorsque vous vous brossez les dents ou lorsque vous vous rasez.

- Choisissez des douchettes économes.
- Remplacez votre robinet mélangeur classique par :
 - un robinet mitigeur, qui permet une économie de 10% *;
 - un robinet thermostatique, qui permet une économie jusqu'à 30% *.

* Source : Ademe.



- Faites attention aux fuites : elles vous font gaspiller de l'eau et de l'énergie.



11

Les bons gestes pour consommer moins d'énergie

POUR LA CUISSON

- Nettoyez régulièrement vos plaques de cuisson. 
- Mettez un couvercle sur vos casseroles. 
- Prenez des casseroles de la même taille que vos plaques de cuisson. 
- Quand l'eau bout, baissez le feu. 
- N'ouvrez pas la porte du four quand il est allumé.

Découpez et gardez ce feuillet

ENGIE à votre écoute !

Contactez dès maintenant votre conseiller au :

N°Cristal 09 69 324 324
APPEL NON SURTAXE

Connectez-vous aussi sur particuliers.engie.fr

L'énergie est notre avenir, économisons-la !

ENGIE SA au capital de 2 479 285 011 euros - RCS Nanterre 442 307 691
 Siège social : 1 Place du Mont de Trianon - 92 400 Le Bois Volant
 Société Cotée - ISA 42105 - 10504 R01674 CEDIX 5
 Crédits payés - Photocopie Engie - Thinkstock
 Conception : **il est une marque** - Octobre 2015

engie particuliers.engie.fr

ENGIE
Le nouveau nom de GDF SUEZ

Vous n'arrivez pas à payer votre facture d'énergie.
Comment faire ?

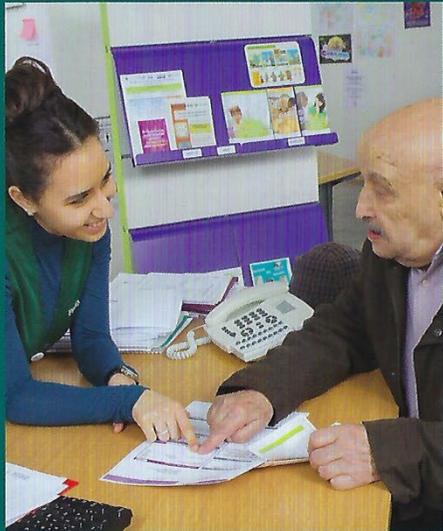


Figure 11 Flyer autour des difficultés de paiement des factures d'énergie © ENGIE (2015)

Vous ne pouvez pas payer votre facture, comment faire ?

Contactez votre Conseiller ENGIE

N°Cristal 09 69 324 324
APPEL NON SURTAXÉ

Nous trouverons ensemble des solutions pour vous aider à payer votre facture.



Contactez le numéro Vert ENGIE

0 800 106 168
Service & appel gratuits

Un conseiller vous mettra en relation avec l'une de nos associations partenaires pour vous accompagner dans vos démarches.

- PIMMS*
- Points Service Particuliers et Médiance (FACE)
- Régies de Quartier
- Emmaüs-SOS Familles
- ou toute autre association de médiation locale.

* PIMMS : Point Information Médiation Multi Services.

Les aides pour le paiement de votre facture d'énergie

LES TARIFS SOCIAUX DE L'ÉNERGIE

Les Tarifs Sociaux de l'énergie se composent du **TSS pour le gaz naturel** (Tarif Spécial de Solidarité) et du **TPN pour l'électricité** (Tarif de Première Nécessité). Ce sont des réductions qui vous permettent de bénéficier, pour votre résidence principale, d'une **diminution de votre facture d'énergie**.

Ces réductions sont calculées en fonction : du nombre de personnes vivant dans votre foyer, de votre plage de consommation **si vous avez un contrat individuel de gaz naturel**, de la puissance souscrite **si vous avez un contrat individuel d'électricité**. **Le TSS et le TPN sont soumis à des conditions de ressources**.

Appelez gratuitement**

- pour l'électricité, le **0 800 333 123** Service & appel gratuits (TPN)
- pour le gaz, le **0 800 333 124** Service & appel gratuits (TSS)

LES AIDES SOCIALES

Vous pouvez vous adresser :

- aux **Services Sociaux** de votre commune (Centre Communal d'Action Sociale, Caisse d'Allocation Familiale, Mutualité Sociale Agricole...). Ceux-ci pourront, sous condition, vous aider à monter un dossier de demande d'aide auprès du Fonds de Solidarité Logement de votre département.

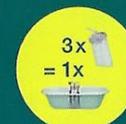
Vous avez fait une demande d'aide pour le paiement de votre facture d'énergie

Le gaz naturel et/ou l'électricité ne seront pas coupés pendant la durée d'instruction de votre dossier.

Les bons gestes pour consommer moins d'énergie

POUR L'EAU CHAUDE

- Prenez des douches plutôt que des bains⁽¹⁾.



- Baissez la température de votre eau de quelques degrés (depuis votre chaudière ou depuis les robinets).

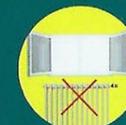


- Placez un économiseur d'eau sur votre pomme de douche⁽²⁾.

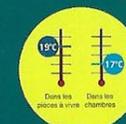


POUR LE CHAUFFAGE

- Coupez les radiateurs quand vous ouvrez vos fenêtres.



- Réglez la température dans chaque pièce. **1° C en moins = 7% d'économies sur votre consommation⁽³⁾ !**



(1) Source : CSTB et Adema : Bien gérer mon habitat.

(2) Source : Adema : Bien gérer mon habitat.

(3) Source : Adema.

ENGIE à votre écoute !

Contactez dès maintenant
votre conseiller au :

► N°Cristal 09 69 324 324
APPEL NON SURTAXE

Connectez-vous aussi sur
particuliers.engie.fr

L'énergie est notre avenir, économisons-la !

ENGIE SA au capital de 2 435 285 021 euros - RCS Nanterre 542 207 891
Siège social : 1, Place Général de Gaulle 92440 COURBEVOISE
Service Clients : TSA 42178 - 75984 PARIS CEDEX 9
Concessionnaire : ENGIE TRAVAIL
Concession : **il etait** une marque... octobre 2015
particuliers.engie.fr

ENGIE
Le nouveau nom de GDF SUEZ

Comment faire des
économies d'énergie ?



Figure 12 Guide pour savoir « comment faire des économies d'énergie » © ENGIE (2015)

Pour consommer moins

Avez-vous les bons réflexes ?

 FAITES LE QUIZ !

1. CHAUFFAGE

La température de votre logement est plutôt de :

19°C A 21°C B 23°C C

En hiver, vous aérez votre logement :

Jamais A 5 minutes par jour B 4 heures par jour C

En hiver, la nuit, vous fermez les volets et rideaux :

Toujours A Parfois B Jamais C

2. CUISINE

Vous couvrez les casseroles sur le feu :

Toujours A Parfois B Jamais C

Vous dégivrez votre réfrigérateur tous les :

2 mois A 6 mois B Jamais C

3. ÉCLAIRAGE

De combien de lampes halogènes disposez-vous ?

0 A 2 B + de 2 C

4. SÉCURITÉ

Quelle est la date limite d'utilisation de vos flexibles gaz ?

Après 2015 A 2015 B Avant 2015 C

Le dernier entretien de votre chaudière date de :

- d'1 an A + d'1 an B

Les aérations de votre logement sont :

Dégagées A Pas dégagées B

Réponses idéales : 1 : a / b / a - 2 : a / a - 3 : a - 4 : a / a / a

Les services pour bien gérer votre budget énergie

La mensualisation

Vous étalez vos paiements : en réglant des montants fixes pendant 10 mois, vous pouvez prévoir à l'avance votre budget.

Le conseil tarifaire

Votre conseiller ENGIE peut vous aider à choisir le tarif le plus adapté à votre consommation d'énergie.

Pour plus de renseignements :

 N°Cristal 09 69 324 324

APPEL NON SURTAXE

Cap EcoConso⁽¹⁾

Un service gratuit en ligne pour vous aider à analyser et agir sur vos consommations.

Ce service est accessible depuis votre Espace Client.

(1) Pour bénéficier de ce service, vous devez posséder un Espace Client.

Vous pouvez aussi contacter une **association de notre réseau de partenaires** de médiation : PIMMS, Points Services Particuliers et Médiance de la Fondation Agir Contre l'Exclusion, Régies de Quartier, Emmaüs-SOS Familles, ou toute autre association de médiation locale.

Selon votre situation, (revenus, composition du ménage...) les **services sociaux** de votre département sont susceptibles de vous aider. Il existe dans chaque département un **Fonds de Solidarité pour le Logement (FSL)**, qui peut, sous condition, vous accorder une aide au paiement.

d'énergie, c'est simple !

Adoptez les bons gestes

POUR LE CHAUFFAGE

- La température idéale pour les pièces principales est de 19° C.



- Fermez les radiateurs quand vous ouvrez les fenêtres. 5 à 10 minutes d'aération par jour suffisent pour renouveler l'air d'une pièce.



- En hiver, fermez les volets et les doubles rideaux la nuit pour garder la chaleur.



POUR LA CUISINE

- Mettez des couvercles sur vos casseroles lorsqu'elles sont sur le feu.



- Dégivrez régulièrement votre réfrigérateur et votre congélateur. 4 cm de givre font doubler votre consommation d'énergie*.



*Source ADEME : "Bien gérer mon habitat" ou sur <http://www.ademe.fr/particuliers-eco-citoyens/habitation/bien-gerer-habitat>

POUR L'ÉCLAIRAGE

- Choisissez des ampoules « basse consommation » pour la cuisine, le séjour et les chambres.



POUR LA SÉCURITÉ

- Remplacez votre tuyau d'arrivée de gaz naturel avant la date inscrite dessus.



- Nettoyez régulièrement vos aérations et laissez-les dégagées.



- Faites entretenir votre chaudière au moins une fois par an.



Chauffage



baissez la température de vos pièces

19 °C pour les pièces à vivre et 16 °C pour les chambres suffisent amplement. 1 °C en moins, c'est 7 % d'économie sur votre facture de chauffage.



faites entretenir votre chaudière tous les ans

Une chaudière bien réglée, c'est 8 à 12 % d'énergie consommée en moins.



fermez les radiateurs avant d'aérer

10 minutes par jour suffisent pour aérer une pièce. Pensez à fermer les radiateurs avant d'ouvrir les fenêtres.



fermez vos volets pendant la nuit en hiver

Pour mieux protéger votre logement du froid extérieur et éviter que la chaleur ne s'échappe.

En savoir plus

Pour plus d'informations

vous pouvez consulter les rubriques « économies d'énergie » sur les sites internet de GDF SUEZ :

www.gdfsuez.com

www.dolcevitagazdefrance.fr

et sur le site internet de l'Ademe

www.ademe.fr

Les gestes simples pour réduire mes factures d'eau, de gaz et d'électricité

Faites-le savoir !



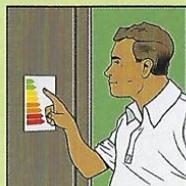
Ce document est utilisé dans le cadre d'actions de communication réalisées par GDF SUEZ. Il doit vous être remis et commenté par un médiateur. Ces conseils ne sont pas exhaustifs, mais mieux ils seront suivis dans votre foyer, plus les économies d'énergie et d'eau seront visibles.

GDF SUEZ

GDF SUEZ

Figure 13 Guide « Les gestes simples pour réduire mes factures d'eau, de gaz et d'électricité » © Gaz Suez (2011)

Électroménager



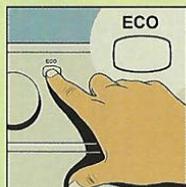
vérifiez l'étiquette énergétique de vos appareils

Si vous devez en changer, préférez un appareil de classe A+. Il consommera 20 % d'électricité en moins qu'un appareil de classe A.



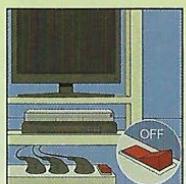
lavez votre linge à 30°C

Vous consommerez trois fois moins d'énergie qu'à 90 °C. Par ailleurs, sachez que 60 °C suffisent pour éliminer les bactéries.



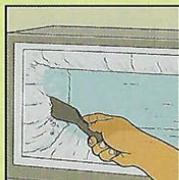
utilisez la touche éco de votre lave-vaisselle ou de votre lave-linge

Elle vous permet de réduire de moitié votre consommation d'électricité. Si vous changez d'appareil, choisissez un modèle proposant cette fonction.



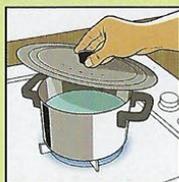
éteignez la veille de vos appareils électriques

L'ensemble des appareils électriques laissés en veille (TV, hi-fi ordinateur...) consomme autant qu'un réfrigérateur. Pour les éteindre facilement chaque soir, branchez les sur une prise multiple équipée d'un interrupteur.



nettoyez et dégivrez régulièrement votre réfrigérateur

Un demi-centimètre de givre augmente la consommation d'énergie de votre réfrigérateur de 30 %. Enlevez le givre tous les six mois.



couvrez vos casseroles

En mettant un couvercle sur les casseroles lorsque vous faites chauffer de l'eau, vous divisez jusqu'à 4 fois la quantité d'énergie consommée.

Éclairage



pensez à éteindre la lumière en sortant d'une pièce

L'éclairage représente en moyenne 15 % de la facture d'électricité (hors chauffage, eau chaude et cuisson).

Eau*



pensez à couper l'eau quand vous vous brossez les dents

Un robinet qui coule, c'est 12 litres d'eau gaspillés par minute. Aussi, ne laissez pas couler l'eau inutilement, utilisez un verre à dent.



préférez la douche au bain

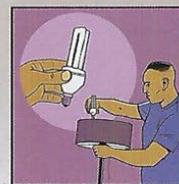
Une douche de 5 minutes consomme de 60 à 80 litres d'eau. C'est 2 à 3 fois moins qu'un bain.



un robinet qui fuit goutte à goutte pendant une journée, c'est 120 litres d'eau perdus.

Pour une chasse d'eau, c'est 600 litres ! En cas de fuite, n'attendez pas, contactez votre plombier.

* Cf-Eau (Centre d'information sur l'eau).



privilégiez les ampoules basse consommation

Elles durent 8 fois plus longtemps que les ampoules classiques et consomment 3 à 5 fois moins d'énergie.

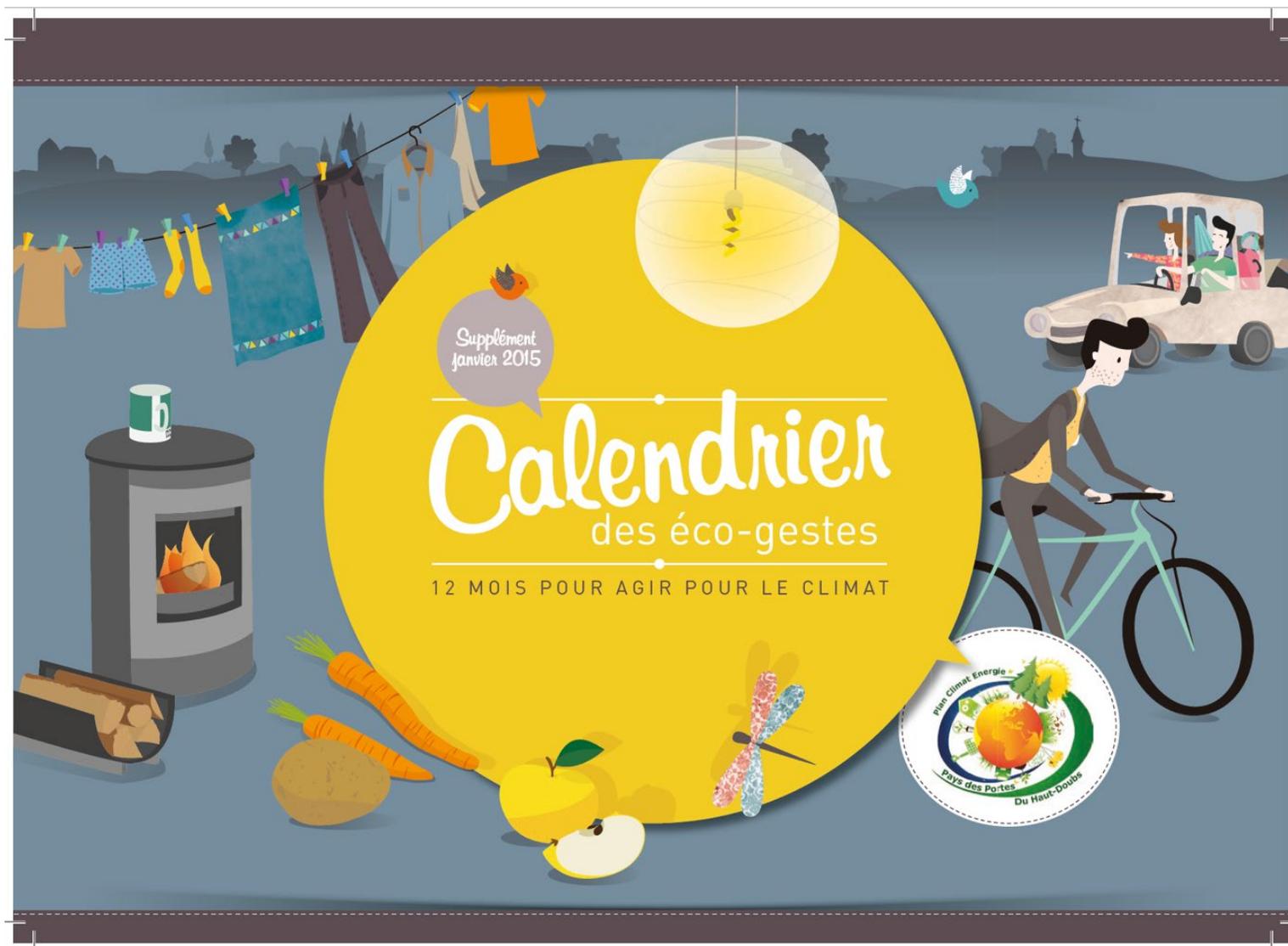


Figure 14 Calendrier des éco-gestes © Plan Climat Énergie Pays des Portes du Haut-Doubs (2015)

Dans la cuisine

JUIN



1 Je mets un couvercle sur la casserole pour faire chauffer plus vite

2 Je n'ouvre pas la porte du four lorsqu'il fonctionne

3 J'évite de placer le réfrigérateur à côté du four

4 Je décongèle mes aliments dans le frigo

5 Je ne laisse pas la porte du frigo ouverte quand je réfléchis

Le saviez-vous ?
 Lorsque la température de la pièce est de 23°C, le frigo consomme 38% de plus qu'à 18 °C.

- L 1
- M 2
- M 3
- J 4
- V 5
- S 6
- D 7
- L 8
- M 9
- M 10
- J 11
- V 11
- S 13
- D 14
- L 15
- M 16
- M 17
- J 18
- V 19
- S 20
- D 21
- L 22
- M 23
- M 24
- J 25
- V 26
- S 27
- D 28
- L 29
- M 30

L'eau, le linge

AVRIL

1 J'installe des économiseurs d'eau

2 Je prends des douches de moins de 5 min

3 J'étend mon linge dehors, sur le fil, plutôt que d'utiliser un sèche linge

4 Je lave mon linge à 40°C maximum

5 J'évite de laisser couler l'eau

Le saviez-vous ?

L'installation d'économiseurs d'eau permet de réduire de 17% sa facture d'eau, soit 56€ par an pour une famille de 4 personnes.

Le sèche-linge consomme environ 15% de la consommation électrique annuelle de la maison (hors chauffage).

Laisser couler l'eau lorsqu'on se lave double le volume d'eau consommé et augmente votre facture !



	M 1
	J 2
	V 3
	S 4
Pâques	D 5
L. de Pâques	L 6
	M 7
	M 8
	J 9
	V 10
	S 11
	D 12
	L 13
	M 14
	M 15
	J 16
	V 17
	S 18
	D 19
	L 20
	M 21
	M 22
	J 23
	V 24
	S 25
	D 26
	L 27
	M 28
	M 29
	J 30



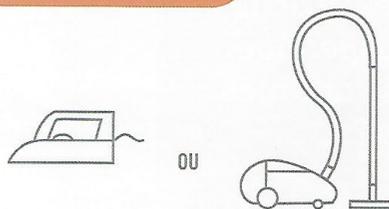
Figure 15 Guide sur les « droits en matière d'accès à l'électricité » © SIPPAREC (2014)

Qu'est-ce que je peux faire avec 1 000 W ?

Je peux utiliser
en même temps



Je dois utiliser
tout seul



Je regarde
la puissance des
appareils avant
de les utiliser



Je ne peux pas
faire fonctionner



Si je les mets en route,
le disjoncteur saute,
je n'ai plus d'électricité.



Les astuces

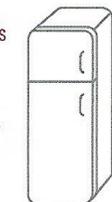
Je remplis complètement mon lave-linge.
30° ou 40° = 2 fois moins cher que 60°.



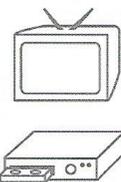
Un couvercle sur une casserole fait économiser
30 % d'énergie.



Je n'ouvre pas trop souvent, ni trop longtemps
la porte du réfrigérateur.
Pour ne pas le forcer à produire du froid.
*(Conseils : en remplissant le frigo, j'enlève les
emballages cartonnés quand il y a des produits
vendus par lots : yaourt, boisson... J'évite
également d'y mettre un plat encore chaud).*



J'éteins les appareils,
je ne les laisse pas en mode veille.
Pour la télévision :
20 heures de veille = 4 heures d'utilisation.



Je débranche les chargeurs.



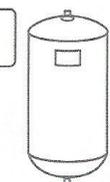
J'éteins le chauffe-eau.
Quand je pars plus de
4 jours consécutifs.



Je règle le chauffe-eau à 60°.

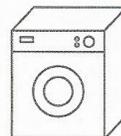
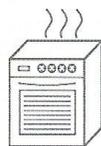
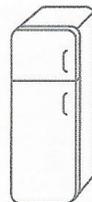
J'entretiens mon chauffe-eau.

Un chauffe-eau entartré provoque
une surconsommation.



L'achat d'électroménager

Quand j'achète un appareil, je fais attention à sa consommation
d'énergie, je choisis un appareil A ou A+.
« L'étiquette énergie » indique si l'appareil est économe en énergie.
Le moins cher à l'achat n'est pas toujours le plus économe en
électricité (cf Étiquette énergie ci-dessous).



En savoir plus

Si je veux en savoir plus pour faire
des économies d'électricité.
**Je demande le guide ELEC'ONOMY
du SIPPPEC disponible dans les
services sociaux, les mairies ou au
SIPPPEC (sipppec@sipppec.fr).
Je contacte EDF.
J'appelle le numéro :**
► N°Azur 09 69 39 44 11
(Prix d'un appel local)

Je n'ai pas pu payer ma facture d'électricité et n'ai pas pris contact avec EDF. Mon électricité est suspendue. Quels sont mes droits ?

Je n'ai pas répondu aux lettres de relance d'EDF et n'ai pas réagi suite à l'avis de coupure. Je contacte immédiatement EDF.



Par téléphone

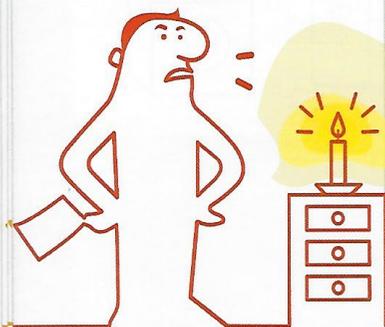
- Je peux appeler le N° indiqué en haut à gauche sur ma facture de 8 heures à 21 heures du lundi au samedi.

Si je peux payer ma facture totalement :

- **EDF rétablit l'électricité** à la puissance normale, une fois le règlement effectué, dans les délais de rétablissement en vigueur.

Si je ne peux pas payer ma facture en totalité :

- Je vérifie **avec les services sociaux de ma commune** si j'ai droit à la tarification de l'électricité comme produit de première nécessité.
- Je constitue tout de suite un **dossier** avec les services sociaux de ma commune pour **demande une aide au Fonds de Solidarité Logement**.
- **J'informe EDF** de la date du dépôt de dossier de demande d'aide et je précise le nom et les coordonnées de l'assistante sociale en charge du suivi, ou de son représentant. En parallèle, les services sociaux contactent les équipes Solidarité EDF pour les informer des démarches en cours.
- **J'effectue immédiatement un règlement partiel** de ma dette. EDF rétablit à la puissance souscrite le temps nécessaire à l'instruction du dossier d'aide au Fonds de Solidarité Logement.



Comment mieux maîtriser ma consommation et réduire ma facture d'électricité ?

4 Connaissez-vous les coûts de consommation de vos équipements ?

En moyenne pour 100€ d'électricité, un ménage dépense :

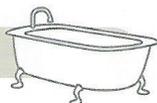
50 € TTC



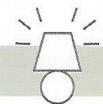
5 € TTC



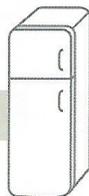
17 € TTC



3 € TTC



14 € TTC



2 € TTC



8 € TTC



1 € TTC



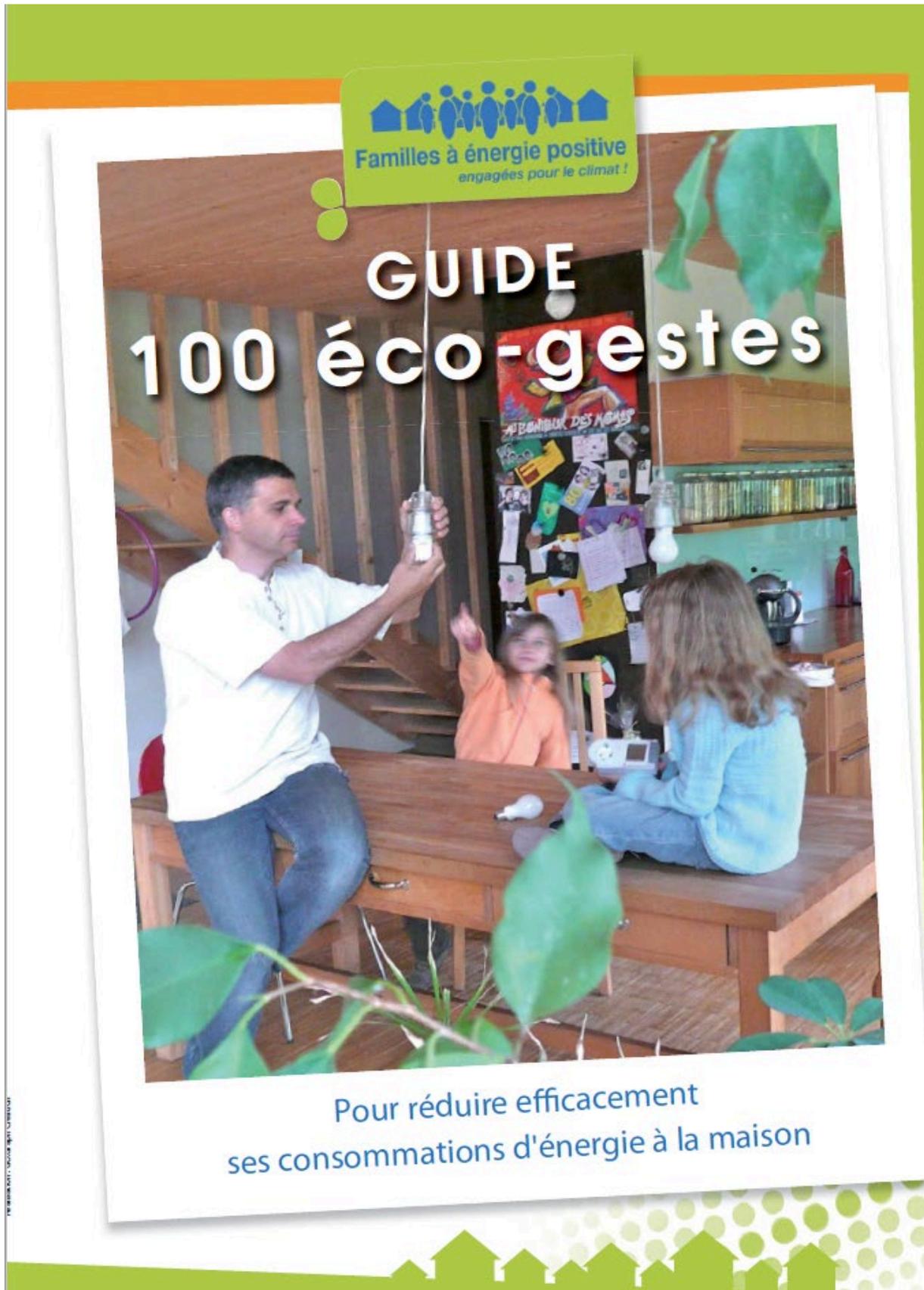


Figure 16 Guide « 100 éco-gestes » © EIE du Rhône (2011)

55. Dégivrer les appareils de froid au moins une fois tous les 3 mois

En dégivrant vos appareils de froid tous les 3 mois, vous pouvez économiser jusqu'à 50% d'électricité sur ce poste. Au-delà de 3 mm, le givre crée une couche isolante et engendre une surconsommation de 30%, à 1 cm cela représente déjà 50% ! Et plutôt que des modèles à dégivrage automatique, choisissez des modèles à dégivrage manuel, beaucoup moins énergivores. Le dégivrage prend un peu de temps mais vous n'êtes pas obligé d'attendre devant le réfrigérateur non plus ! Profitez que l'appareil soit vide, avant de partir en week-end ou en vacances, ou placez les aliments à la cave, ou dehors pendant la saison hivernale. Débranchez-le et laissez la porte entrouverte pour éviter que de la moisissure ne se forme. Plus vous le ferez souvent et moins cela prendra de temps.

56. Nettoyer la grille arrière du réfrigérateur tous les ans

C'est par la grille que la chaleur extraite de l'appareil peut s'évacuer dans la pièce. Encrassée, cette grille ne peut plus bien évacuer la chaleur. Cela entraîne une surchauffe qui peut conduire à doubler la consommation électrique de l'appareil. Nettoyez une fois par an la grille arrière du réfrigérateur et laissez 5 cm au moins entre lui et le mur pour que la chaleur s'évacue correctement.

57. Réfléchir à ce que l'on va prendre avant d'ouvrir la porte d'un appareil de froid

En réfléchissant à ce que vous allez manger devant la porte ouverte de votre appareil, vous faites sortir le froid et entrer de la vapeur d'eau, ce qui va entraîner la formation de givre. Ouvrez la porte le moins souvent et le plus brièvement possible. Un petit truc pratique : affichez la liste du contenu de votre réfrigérateur sur la porte et cochez ce que vous avez pris : vous saurez ce qu'il reste dedans et cela vous sera utile pour savoir quand faire les courses !

58. Attendre que les plats aient refroidis avant de les mettre au réfrigérateur et les couvrir

En plaçant des plats chauds au réfrigérateur, vous réchauffez l'enceinte de l'appareil, ce qui entraîne une surconsommation. De plus, si les plats ne sont pas couverts, de la vapeur d'eau va se former et provoquer l'apparition du givre. Et couvrir les plats, c'est aussi éviter que les odeurs ne se répandent.

59. Vérifier régulièrement l'étanchéité des joints du réfrigérateur / congélateur

L'apparition rapide du givre, c'est souvent des joints fatigués. Pour le vérifier, il suffit de fermer la porte du réfrigérateur sur une feuille de papier : si on la retire facilement, les joints sont à changer. Vous économiserez ainsi environ 10% sur la consommation de votre frigo et de votre congélateur.



60. Eviter de faire fonctionner plusieurs réfrigérateurs chez soi

La production de froid est la première source de consommation électrique domestique. Avec un tel impact sur vos consommations, pensez-vous que le vieil appareil gardé à la cave pour un simple usage "de confort" ne mériterait pas plutôt d'être débranché ?

61. Conserver certains produits au frais plutôt que dans le réfrigérateur

Par réflexe, nous conservons souvent des aliments au réfrigérateur alors qu'ils ne le méritent pas forcément : légumes, boissons... Peut-être pouvez-vous trouver une autre place pour ceux-ci ? Dans un cellier frais, sur le balcon pendant l'hiver, etc.





Vos consommations de chauffage et d'eau chaude

Diagnostic

Le tableau ci-dessous liste les gestes qu'il vous est possible de mettre en place chez vous. Vous en faites sans doute déjà quelques-uns ! A côté de chaque geste nous avons indiqué quelle importance celui-ci peut avoir sur vos consommations d'énergie :

10 points suggèrent une économie d'énergie très importante, **3 points** une économie moyenne, **1 point** une petite économie.

Si vous souhaitez évaluer plus précisément votre potentiel d'économies RDV dans votre espace personnel sur www.familles-a-energie-positive.fr pour répondre au "quizz 100 écogestes".

Isolation et ventilation		Importance	Voir page
1	J'ai vérifié il y a moins d'un an que les montants des fenêtres et des portes extérieures ne laissent pas passer les courants d'air.	6	8
2	En hiver, j'aère les pièces 5 minutes par jour, les fenêtres grandes ouvertes.	3	8
3	J'ai installé des rideaux épais et/ou des volets à toutes les fenêtres des pièces chauffées.	8	9
4	Je ferme les portes des pièces les moins chauffées.	8	9
5	Si ma cage d'escalier est ouverte (= non séparée de la pièce et dans un espace chauffé), je peux la fermer par un rideau.	6	9
6	Mes rideaux ne pendent pas devant les radiateurs ou les convecteurs	4	9
7	J'ai nettoyé les grilles d'entrée d'air et d'extraction de ma VMC (ventilation mécanique contrôlée) il y a moins d'un an.	3	9
8	Je coupe toujours la VMC quand je pars plus de 4 jours.	3	9
9	Ma cheminée est équipée d'une trappe d'aération que je referme après chaque utilisation.	8	9
Chauffage : production, distribution et régulation		Importance	Voir page
10	Je décide de baisser d'1 °C la température de chauffage de mes pièces	8	10
11	Je décide de baisser de 2°C la température de chauffage de mes pièces.	10	10
12	J'ai un thermostat d'ambiance en fonctionnement.	8	10
13	Mon thermostat d'ambiance est programmé selon mon occupation quotidienne ou hebdomadaire.	8	10
14	Mes radiateurs hydrauliques sont équipés de vannes thermostatiques.	6	10