



PETIT MANUEL
**POUR UNE
MAISON SOBRE**

Réflexes & astuces du quotidien



Connaissez-vous la répartition de vos dépenses d'énergie ?

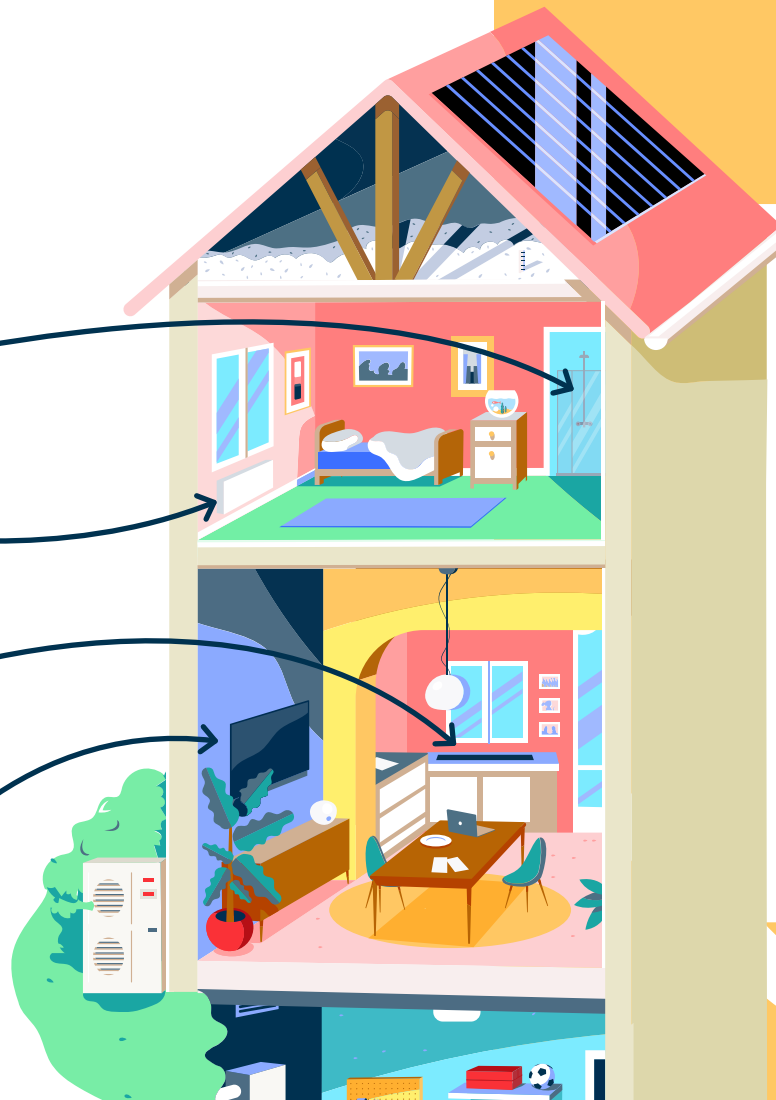
La facture qui jette un froid

11%
Eau chaude
sanitaire

66%
Chauffage

5%
Cuisson

17%
Électricité
spécifique
(électroménager
et multimédia)



Source: Ministère de la Transition Écologique
et Solidaire en partenariat avec l'ADEME, 2020

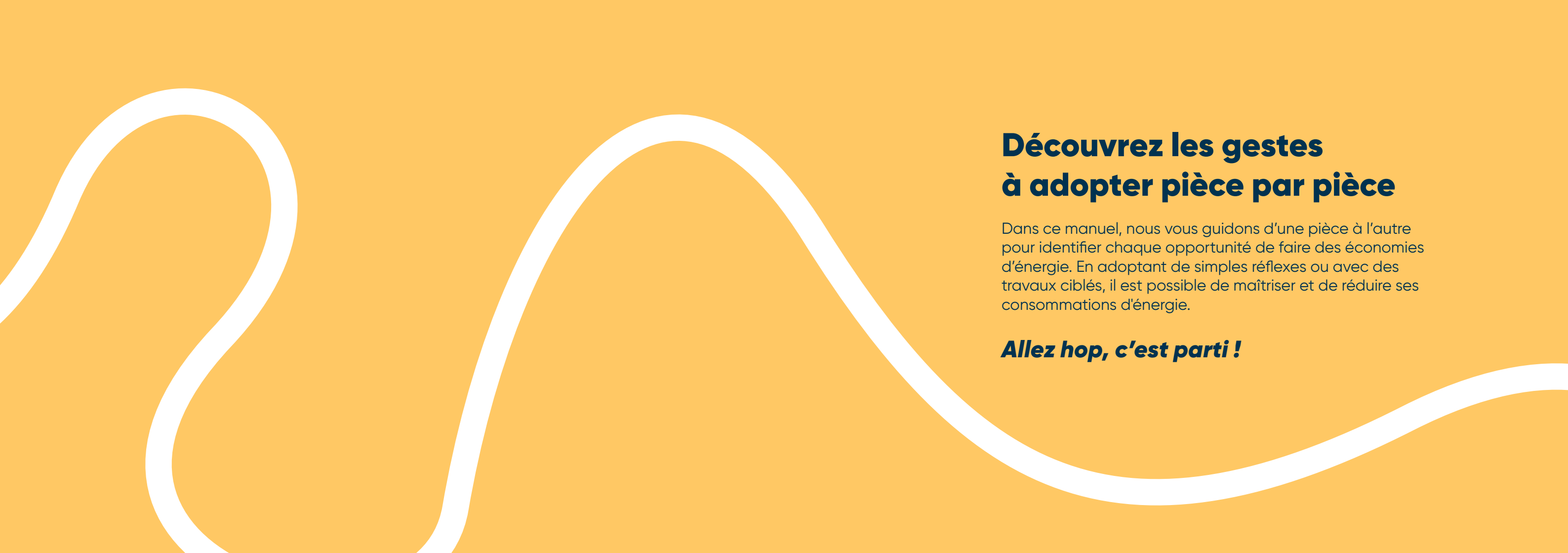
Réduire sa consommation d'énergie au quotidien et de façon durable ?

Oui, c'est possible avec nous.

Notre but, c'est de vous accompagner tout au long de vos travaux de rénovation énergétique : de la définition de votre besoin, en passant par tout l'administratif (vraiment), et jusqu'à la réalisation de vos travaux ! On s'occupe DE TOUT (absolument tout).

CONTACTEZ-NOUS





Découvrez les gestes à adopter pièce par pièce

Dans ce manuel, nous vous guidons d'une pièce à l'autre pour identifier chaque opportunité de faire des économies d'énergie. En adoptant de simples réflexes ou avec des travaux ciblés, il est possible de maîtriser et de réduire ses consommations d'énergie.

Allez hop, c'est parti !

TOIT

LE + EFFY

Je produis ma propre énergie

En installant des panneaux solaires, vous bénéficiez d'une électricité à prix fixe pendant 30 ans et jusqu'à 2 fois moins chère que le réseau public. De quoi se dorer la pilule pendant de longues années !

LE + EFFY

Je n'oublie pas la ventilation

L'air d'un logement doit être renouvelé toutes les 2 à 3 heures pour évacuer l'humidité et les polluants. Une ventilation à double flux permet d'atteindre cet objectif et de réaliser jusqu'à 10% d'économies.

LE + EFFY

J'isole mes combles

La meilleure solution pour réduire ses dépenses est de retenir la chaleur de votre logement en hiver. Comment ? En isolant vos combles, vous évitez jusqu'à 30% de pertes de chaleur. C'est super simple, rapide (moins de 2 heures top chrono) et effyace.



CHAMBRES

Je dors au frais



La nuit et en journée dans les pièces inoccupées : chauffez à 17°C. Vous n'aurez ni trop chaud, ni trop froid une fois blotti sous la couette !

Je ferme les volets et rideaux pour garder la chaleur



Protégez votre maison du froid en fermant vos volets et rideaux la nuit et le matin avant de partir de chez vous. Vous gagnerez ainsi 1°C.

Je remplace toutes mes ampoules par des LED



L'ampoule LED, c'est la Rolls-Royce des ampoules : elles durent 8 à 10 fois plus longtemps et consomment 4 à 5 fois moins d'énergie que des ampoules standards. Le tout pour un éclairage identique !

Je purge mes radiateurs



Un bon nettoyage de printemps de vos radiateurs est recommandé avant d'entamer l'hiver pour optimiser leurs performances. L'eau qui s'écoule est foncée ? Pensez à effectuer un désembouage pour remettre votre système de chauffage au propre.



SALLE DE BAINS



Je prends ma douche en 5 min chrono !

Évitez de prendre des bains.

1 bain = 4 à 5 douches en moyenne.

L'astuce : lancez un minuteur sur 5 min.



J'installe une pomme de douche économique

Jusqu'à 50% d'eau gaspillée en moins (et vous, vous êtes toujours aussi propre !)



J'équipe ma chasse d'eau d'un système à double commande

Placez aussi une bouteille d'eau dans le réservoir. Hop ! 1,5L d'eau économisée sur les 10L du réservoir.



Je chasse les fuites d'eau

Une fuite goutte à goutte peut représenter jusqu'à 35 000L d'eau par an, soit l'équivalent d'une petite piscine ! Une chasse d'eau qui fuit, c'est 600L d'eau gaspillée chaque jour.



CUISINE



Je choisis des appareils électroménagers de classe A, B, C ou D et j'utilise le programme ECO

Le programme ECO devient votre meilleur ami : 25% d'économies d'énergie et moins d'eau consommée à la clé.



J'installe des mousseurs sur les robinets

Jusqu'à 50% d'eau gaspillée en moins, sans impact sur la pression (promis) !



Je dégivre mon congélateur tous les 3 mois

Une simple couche de 3 mm de givre, c'est 30 % d'énergie consommée en plus pour rien.



Je couvre mes casseroles

Vous dépenserez 4 fois moins d'énergie. Pensez aussi à réduire le feu après les premiers bouillonnements puis à le couper juste avant la fin de la cuisson (et vos pâtes seront toujours aussi bonnes).



SALON



Je chauffe à 19°C les pièces de vie

1°C en moins, c'est 7% d'économies sur la facture de chauffage soit 165€ par an en moyenne.



J'aère 10 min par jour, même en hiver

Plus l'air est humide, plus il est difficile à chauffer. Aérer, c'est chasser l'humidité !



J'installe des prises connectées ou un thermostat connecté

Réalisez entre 10 et 25% d'économies en programmant la température selon vos habitudes.



J'éteins les appareils en veille et débranche les chargeurs inutilisés

La veille des appareils, c'est 10% d'énergie consommée inutilement.
L'astuce : utilisez des multiprises avec interrupteur et rassemblez un maximum d'appareils dessus.



Je dépoussière mes ampoules

Jusqu'à 40% de luminosité supplémentaire !
Plus de lumière = moins de luminaires nécessaires.



Je calfeutre mes fenêtres et portes avec des joints isolants

Chassez les éventuelles fuites d'air pour conserver la chaleur dans votre maison.



BUANDERIE

Je décale l'utilisation de mes machines après 22h



Maximisez l'utilisation des machines pendant les heures creuses. Vérifiez aussi que votre ballon d'eau chaude chauffe uniquement la nuit (vous pouvez faire jusqu'à 12% d'économies).



Je laisse sécher mon linge à l'air libre.

L'utilisation d'un sèche-linge représente environ 15 % de la facture d'électricité. L'air, c'est gratuit.



Je règle la température de mon chauffe-eau entre 55 et 60°C

Cela suffit pour éviter le développement de bactéries sans consommer trop d'énergie.



J'active le mode « hors gel » du chauffage

En cas d'absence prolongée (au moins 2 jours), il est inutile de chauffer votre maison.



J'entretiens ma chaudière 1 fois/an

C'est obligatoire et ça permet de prolonger sa durée de vie. A la clé : jusqu'à 5 fois moins de pannes et 12% d'économies sur votre facture. Pensez aussi au mode « été » pour ne pas chauffer l'eau des radiateurs inutilement.



LE + EFFY

COMMENT RETENIR ENCORE PLUS LA CHALEUR DE VOTRE MAISON ?

L'énergie la moins chère, c'est avant tout celle qu'on ne consomme pas.



L'isolation des murs par l'extérieur

Mettez un manteau à votre maison et réduisez jusqu'à 25% les pertes de chaleur ! Vous faites d'une pierre trois coups : réduction des factures, amélioration du confort et embellissement de votre façade.



Le remplacement de vos fenêtres

Ne chauffez plus les oiseaux et installez du double vitrage. Le double vitrage, c'est jusqu'à 6 fois plus isolant qu'une fenêtre simple vitrage. En prime d'une isolation thermique, vous bénéficiez d'une isolation phonique !



L'isolation de votre sous-sol

L'humidité et le froid remontant du sol impactent aussi votre confort. Isolez votre sous-sol et faites jusqu'à 10% d'économies sur votre facture. La cerise sur le gâteau ? Pouvoir marcher pieds nus sans être gelé !



LE SAVIEZ-VOUS ?

Une maison BBC (Bâtiment Basse Consommation) consomme jusqu'à 7 fois moins de chauffage qu'une maison classique. Contactez Effy pour faire le point sur les aides spécifiques d'un tel projet.

LE + EFFY

ET SI VOUS INSTALLIEZ UN CHAUFFAGE PLUS PERFORMANT ?



La pompe à chaleur air-eau

Ce mode de chauffage puise la chaleur de l'air, une ressource renouvelable, pour chauffer votre maison. Economique et écologique, vous faites jusqu'à 1 300€/an d'économies sur votre facture de chauffage.



Le poêle à granulés

Esthétique et cosy, la chaleur douce produite par les granulés (des déchets de bois valorisés) vient compléter votre chauffage principal. D'ailleurs, il est souvent bien suffisant entre 2 saisons !



PARTENARIAT EFFY x TIKO

Transformez vos radiateurs électriques en mode connectés en 2H et réalisez jusqu'à 35% d'économies ! C'est 100% gratuit avec Effy.

Sources:

ADEME - Guide éco gestes dans l'habitat 2022/ Guide pratique : réduire sa facture d'électricité 2022 / Guide pratique Isoler sa maison 2022
Gouvernement : www.ecologie.gouv.fr/des-gestes-simples-faire-des-economies-denergie-dans-maison
EDF : www.particulier.edf.fr/fr/accueil/economies-energie/gestes-utiles



+ de 100 000 familles
accompagnées par
an dans leurs travaux



+ de 14 ans
d'expérience dans la
rénovation énergétique



+ de 3 600 artisans
Partenaires Effy
référéncés

EFFY.FR

