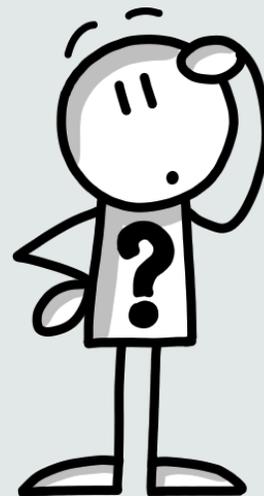
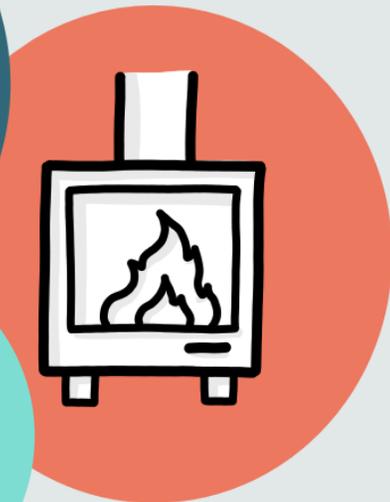


COMMENT RÉDUIRE MES COÛTS ÉNERGÉTIQUES ?



SOMMAIRE

5

CHAUFFAGE

Mazout ou électricité : que choisir ?
Comment entretenir et améliorer mon installation ?
Comment bien régler les vannes ?
Par où la chaleur s'échappe-t-elle de la maison ?
La meilleure solution, c'est l'isolation !
Pourquoi j'ai froid même s'il fait 20° dans la pièce ?
Quelques gestes simples mais efficaces
Les primes de la Région wallonne

25

EAU

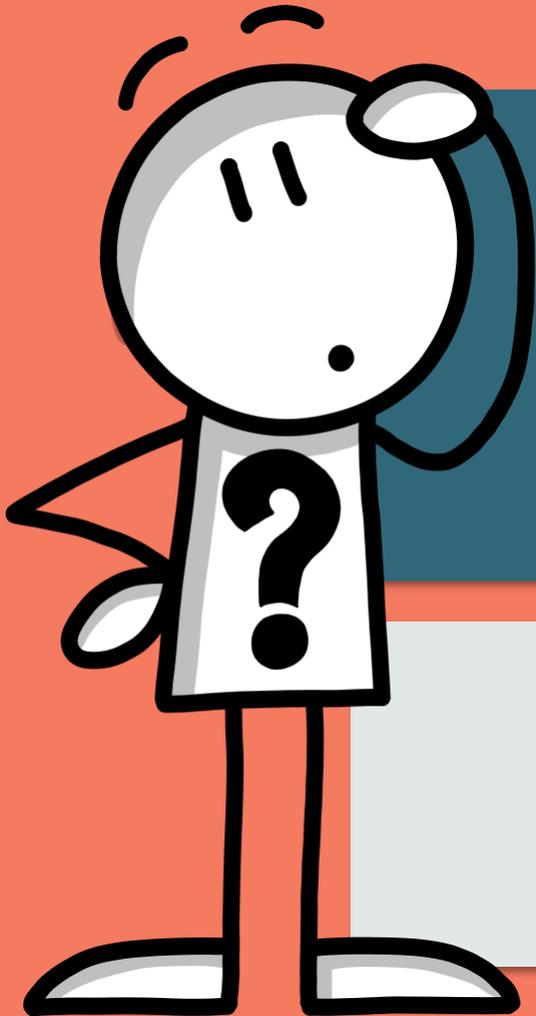
Comment se répartit ma consommation d'eau ?
Se laver, ça coûte cher ?
Et dans les toilettes ?
Une petite fuite oui, mais... une grosse facture !
Quelle consommation ?



16

ÉLECTRICITÉ

Parmi mes appareils, lesquels consomment le plus ?
Comment bien choisir un appareil électro ?
Que faire pour diminuer la consommation de mon boiler ?
Et dans la cuisine ?
Et pour le linge ?
Un appareil en veille, ça consomme ?
Des ampoules à remplacer ?
Pourquoi relever et communiquer mon index ?



Le coût de l'énergie représente une part non négligeable dans le budget des ménages.

La bonne nouvelle, c'est qu'il est possible de réduire sa facture énergétique en modifiant certaines habitudes et en posant des petits gestes qui font la différence.

Ce livret vous présente une série de conseils en passant en revue les différents postes : chauffage, consommation électrique, consommation d'eau.

Pour une meilleure lisibilité, nous utilisons les sigles :



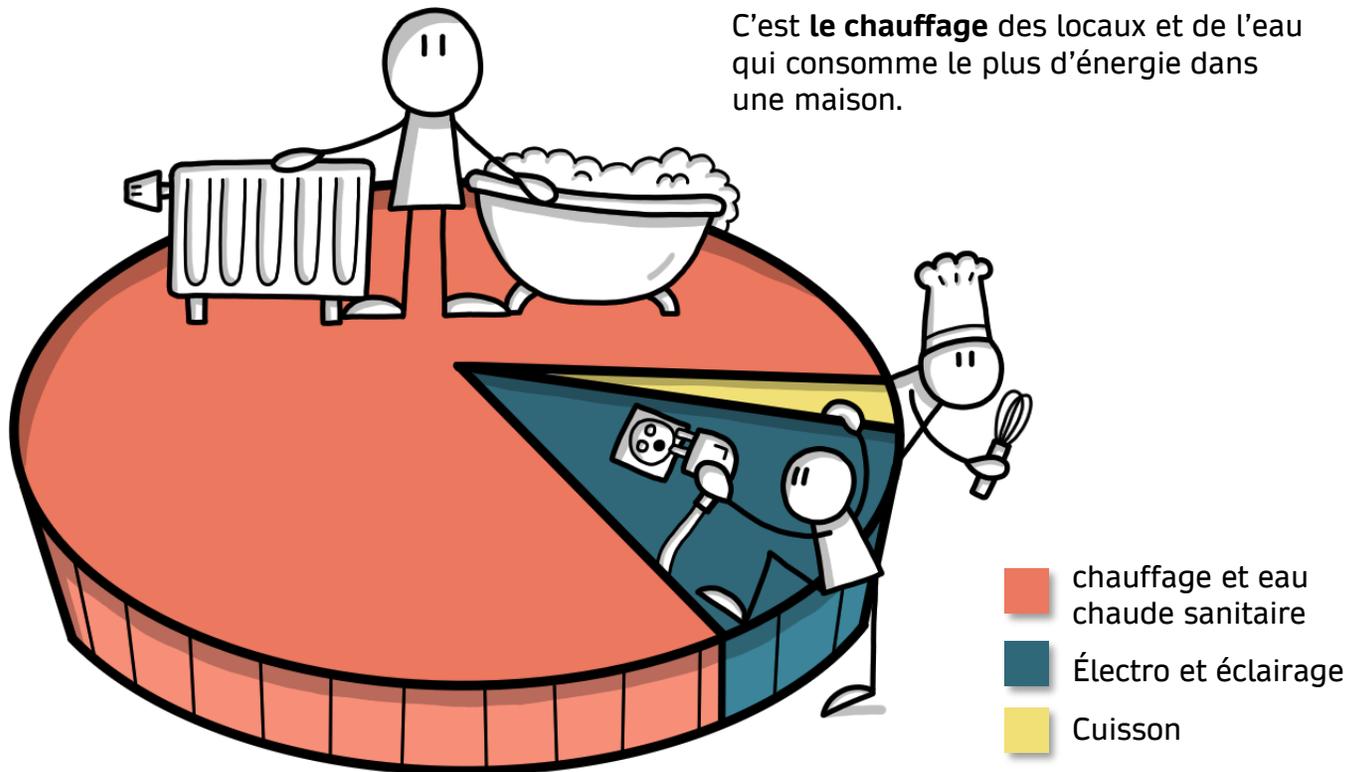
=> le coût



=> les économies réalisées

MAIS OÙ VA L'ÉNERGIE DANS NOS MAISONS ?

C'est le **chauffage** des locaux et de l'eau qui consomme le plus d'énergie dans une maison.



LE CHAUFFAGE



MAZOUT OU ÉLECTRICITÉ : QUE CHOISIR ?

Combien ça coûte de chauffer un appartement de 70 m² un peu isolé?



1000 litres de mazout/an
=> 80 €/mois



10 000 kWh/an
=> 300 €/mois

Prix X 4

Prix moyen en 2025 : mazout : 0.9€/l, électricité 0.36€/kWh





COMMENT ENTREtenir MA CHAUDIÈRE ET AMÉLIORER MON INSTALLATION ?

Entretien la chaudière

Une chaudière au mazout doit être contrôlée chaque année. Si elle est au gaz, une fois tous les 3 ans suffit. Ce contrôle périodique est obligatoire.



Source : <https://www.vcn.be/>

Entretien votre chaudière augmente sa durée de vie et celle des pièces qui la constituent. De plus, cela maintient un bon rendement.



Choisir la priorité « eau chaude »

En été, activer la priorité eau chaude permet de faire de belles économies. La chaudière ne doit pas s'occuper du chauffage.



Si le boiler est électrique, coupez la chaudière en été.



Isoler les tuyaux

Isoler les tuyaux qui passent dans les pièces non chauffées, ça ne coûte pas cher et ça permet d'économiser du mazout.



4 €/mètre



12€/mètre/an

Vérifier la pression

Vérifier la pression optimise le fonctionnement de l'installation. En règle générale, la pression doit être de 1.5 bar environ.



Régler la température de l'eau

Diminuer la température de l'eau permet de réduire la consommation tout en assurant le confort d'utilisation. 55°C suffisent pour éviter les risques sanitaires (légionellose).



Chauffer l'eau au-delà de 55°C, cela consomme beaucoup d'énergie et est totalement inutile.



Placer des réflecteurs

La chaleur rayonne du radiateur et une partie va dans le mur. C'est dommage quand il s'agit d'un mur extérieur. C'est comme jeter l'argent par les fenêtres... Placer cette feuille d'aluminium permet de renvoyer la chaleur vers la pièce.



À placer uniquement sur les murs extérieurs !



Purger les radiateurs

De l'air remplace petit à petit l'eau dans le radiateur qui diffuse alors moins bien la chaleur. Faire sortir l'air à l'aide de la clé à purger permet à l'eau d'occuper toute la place. Le radiateur chauffe mieux.



L'idéal est de purger ses radiateurs une fois par an avant la remise en route de la chaudière.



Dégager et dépeussier les radiateurs

Les poussières, tout comme les objets posés sur le radiateur, empêchent la chaleur de bien se diffuser. Nettoyer et dégager, c'est important !

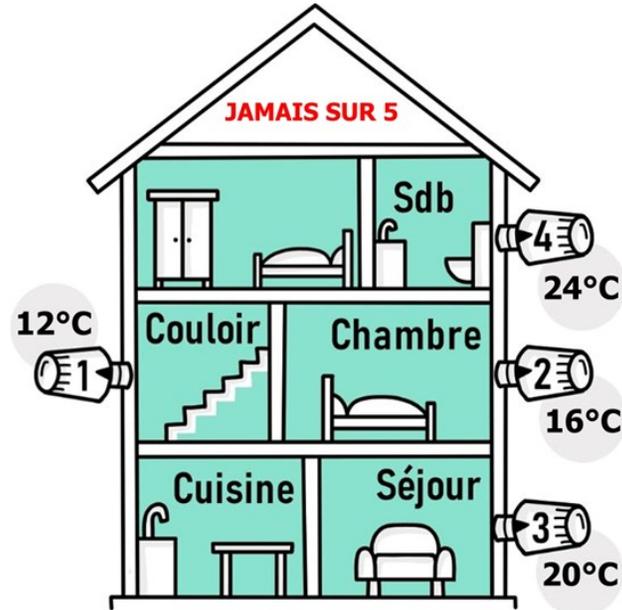


COMMENT BIEN RÉGLER LES VANNES ?

1°C de moins
=
7 % d'économie

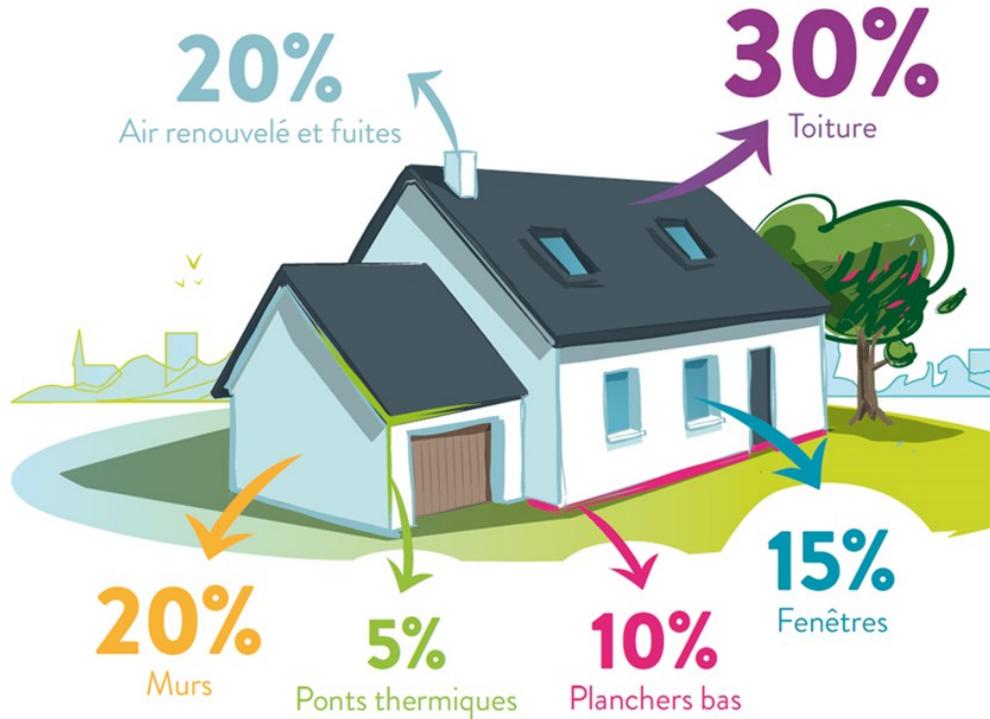


Les vannes, jamais sur 5 sinon les radiateurs chauffent sans limite! Et quand il n'y a personne dans la pièce, maximum sur 2.





PAR OÙ LA CHALEUR S'ÉCHAPPE-T-ELLE DE LA MAISON ?

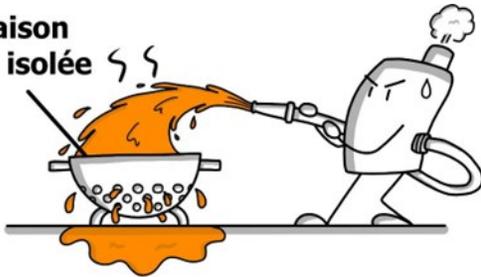


Source : <https://www.calculeo.fr/>

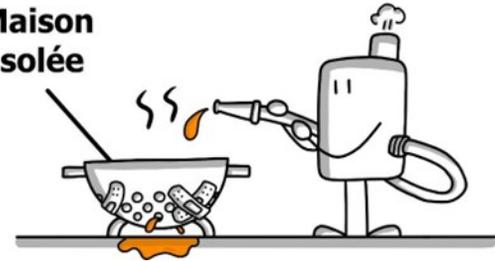


LA MEILLEURE SOLUTION, C'EST L'ISOLATION...

Maison non isolée



Maison isolée



La priorité est d'isoler le toit



Pour isoler le grenier, on peut choisir d'isoler le toit ou le plancher.

Pour que l'isolant soit efficace, il faut une certaine épaisseur qui varie en fonction de l'isolant choisi. Renseignez-vous auprès des Guichets de l'Énergie (voir p.15).



Pour l'appartement de 70m² : à partir de 1700€.



600€/an. L'investissement est rentabilisé après 3 ans.

Isolation des fenêtres

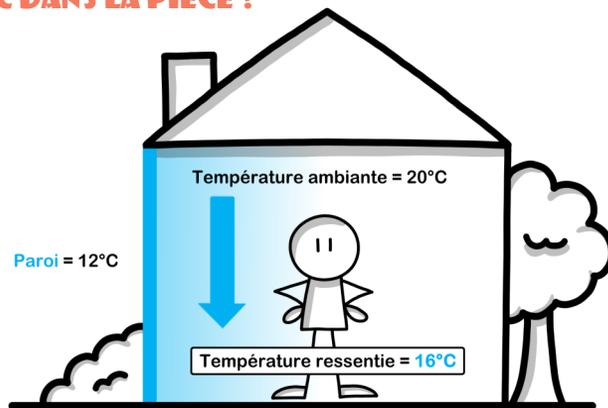


Remplacer les simples vitrages est utile, mais coûteux. L'essentiel est d'éviter les courants d'air. Pour cela, il est conseillé de vérifier l'étanchéité des joints à l'extérieur et à l'intérieur ainsi que de placer des tentures.



POURQUOI PARFOIS J'AI FROID MÊME S'IL FAIT 20°C DANS LA PIÈCE ?

C'est probablement parce que le sol ou les murs sont froids, qu'il y a des courants d'air ou qu'il fait trop humide. Mon corps perçoit alors moins bien la température ambiante. Il serait bon d'améliorer mon confort thermique.





POUR AMÉLIORER LE CONFORT THERMIQUE, QUELQUES GESTES SIMPLES MAIS EFFICACES :

Evacuer l'humidité

Aérer le logement pour éliminer l'humidité de l'air. Un air plus sec est plus facile à réchauffer. Il est conseillé d'aérer 2 x 10 minutes par jour en ouvrant grand les fenêtres...même en hiver.

Ouvrir en oscillo-battant est moins efficace. On doit donc laisser ouvert longtemps, ce qui refroidit les murs.



« Ajouter une couche »

Enfiler un pull permet de limiter les pertes de chaleur et donc d'avoir plus chaud même s'il fait froid dans la pièce.



Eviter les contacts froids

Placer un tapis sur un sol froid ou porter des pantoufles améliore notre confort thermique.



Stopper les courants d'air

Calfeutrer les portes et fenêtres limite les entrées d'air, diminue la perte d'énergie et réduit la sensation de froid.



Quelques suggestions pour barrer la porte à l'air froid

Placer un boudin de porte



15 €

Placer un bas de porte autocollant



6 €

Faire des joints en silicone à l'extérieur



2 € /mètre

Installer une tenture thermique



Barre: 15 €
Tentures : 50€

Si vous souhaitez fabriquer vous-même votre boudin de porte, jetez un œil à notre bulletin d'information à la page 15.



La tenture permet aussi de limiter l'espace chauffé.

Les joints extérieurs permettent d'éviter les courants d'air froid et les infiltrations d'eau.



LES PRIMES DE LA RÉGION WALLONNE

Au niveau de la Région wallonne, des aides existent pour améliorer l'efficacité énergétique des bâtiments. Celles-ci sont conditionnées à la réalisation d'un audit énergétique.

- * Primes
- * Possibilités de prêt à 0%



ARLON

- 📍 Rue de la Porte Neuve, 20 à 6700 Arlon
- ☎ 063/21 35 30
- ✉ guichetenergie.arlon@spw.wallonie.be

LIBRAMONT

- 📍 Grand Rue, 1 à 6800 Libramont
- ☎ 061/23 99 40
- ✉ guichetenergie.libramont@spw.wallonie.be

MARCHE-EN-FAMENNE

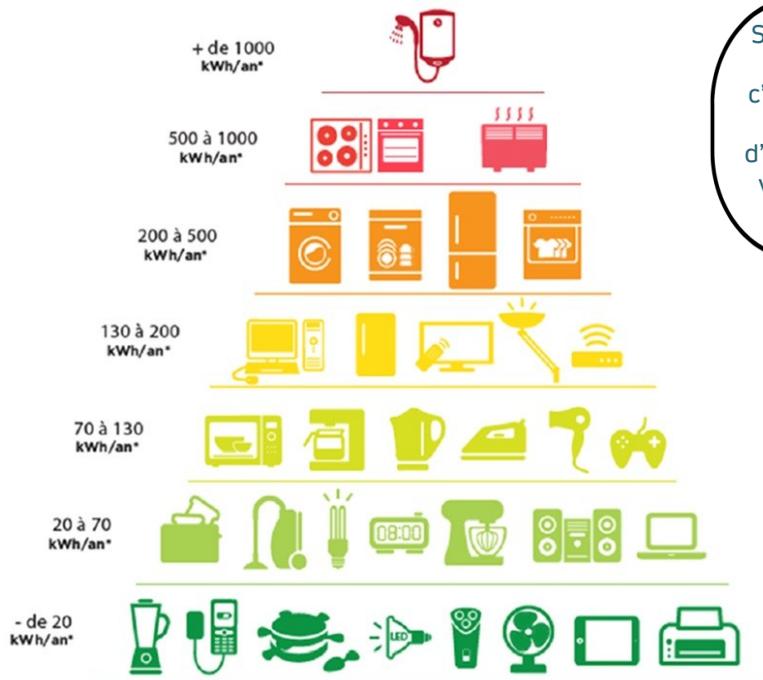
- 📍 Rue des Tanneurs, 11 à 6900 Marche-en-Famenne
- ☎ 084/36 03 80
- ✉ guichetenergie.marche@spw.wallonie.be



L'ÉLECTRICITÉ



PARMI MES APPAREILS ÉLECTRIQUES, LESQUELS CONSOMMENT LE PLUS ?



Si vous voulez voir un bel impact sur votre facture d'électricité, c'est sur les appareils du haut de la pyramide que vous devez d'abord changer vos habitudes. Si vous regardez bien, ce sont des appareils qui chauffent.





COMMENT BIEN CHOISIR UN APPAREIL ÉLECTRO ?

Il existe un **label énergétique** qui permet de comparer la consommation des appareils. Cela vous permet de faire vos calculs et de savoir lequel sera le moins cher à l'utilisation.



Choisissez un appareil qui a une taille adaptée à vos besoins (ex.: frigo).



Utilisez le mode éco !



QUE FAIRE POUR DIMINUER LA CONSOMMATION DE MON BOILER ÉLECTRIQUE ?

Moins le boiler chauffe, moins il consomme. Utiliser un programmeur permet de le faire fonctionner aux horaires les plus avantageux et ainsi de faire des économies.



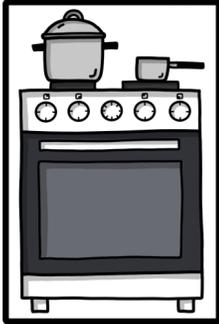
Si vous restez moins longtemps sous la douche, votre boiler devra chauffer moins longtemps.





ET DANS LA CUISINE ?

Cuire



Utiliser des casseroles adaptées à la taille des plaques de cuisson.

Mettre un couvercle sur les casseroles, c'est 2/3 d'énergie économisée et ça va plus vite !

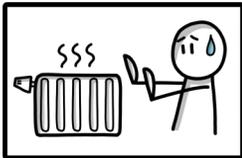
Couper la taque électrique un peu avant la fin de la cuisson permet de bénéficier de l'inertie (sauf induction).

Ce panier vapeur est très économique. Vous avez besoin de chauffer très peu d'eau pour cuire vos légumes. Et en plus, c'est meilleur pour la santé !

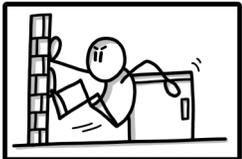


 10 €

Conserver au frais



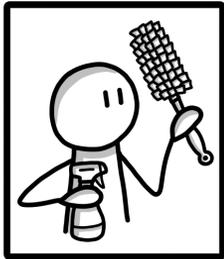
Eloigner les appareils des sources de chaleur.



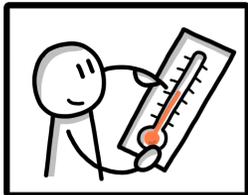
Décaler les appareils de quelques cm du mur afin de permettre à la chaleur du moteur de s'évacuer.



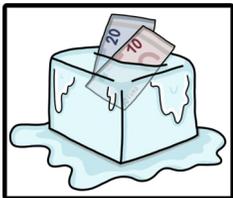
Nettoyer soigneusement les joints du réfrigérateur et du congélateur. Des joints encrassés laissent le froid s'échapper... et la chaleur entrer.



Dépoussiérer les serpentins situés à l'arrière de l'appareil. La poussière empêche le réfrigérateur de refroidir efficacement, forçant ainsi le moteur à travailler davantage et donc à consommer plus d'électricité.



Régler la température du frigo à 4-5°C.
Et celle du congélateur à -18°C.

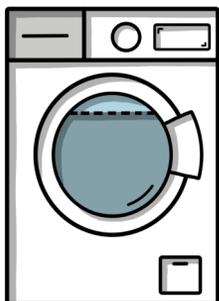


Dégivrer régulièrement le congélateur. Un congélateur dégivré, c'est de l'argent économisé !

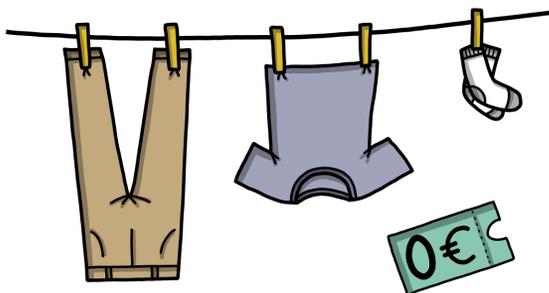


ET POUR LE LINGE ?

Laver ...



Puis sécher...



C'est pareil pour
le lave-vaisselle !



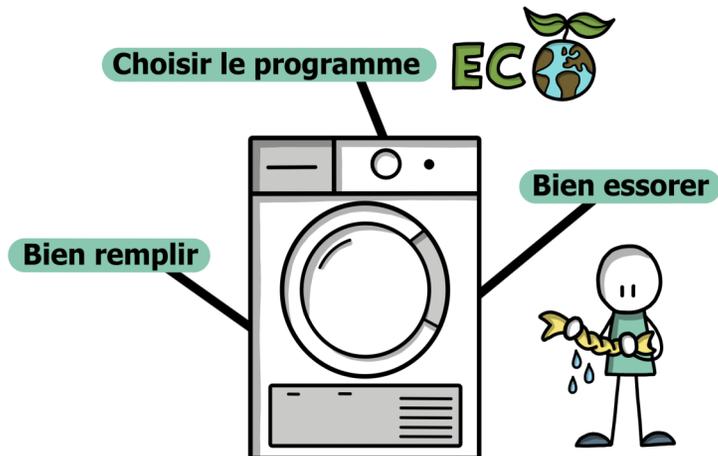
Bien **remplir** la machine. Attention, une main doit toujours pouvoir passer !

Choisir les programmes éco ou basse température.

Eviter la fonction prélavage.

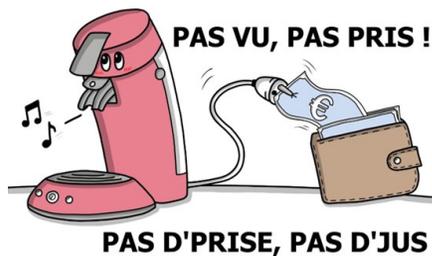
Chaque fois que c'est possible, faire sécher le linge **dehors** ou sur un étendoir.

Ou sécher !



UN APPAREIL EN VEILLE, ÇA CONSOMME ?

Même ayant l'air éteints, certains appareils continuent de consommer de l'électricité.



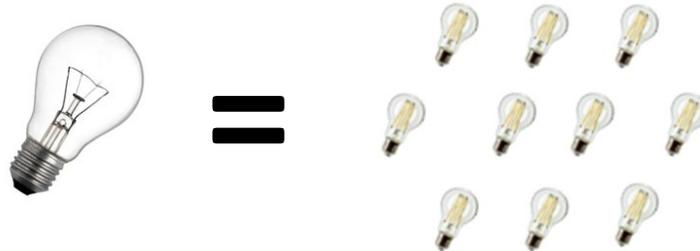
Débranchez les appareils...
ou plus simple, utilisez une
multiprise avec un
interrupteur.





DES AMPOULES À REMPLACER ?

Une ampoule à incandescence (on la reconnaît parce qu'elle chauffe quand elle éclaire) consomme autant que 10 ampoules LED. Remplacer une ampoule à incandescence par une ampoule LED, c'est économiser 28€ sur l'année.

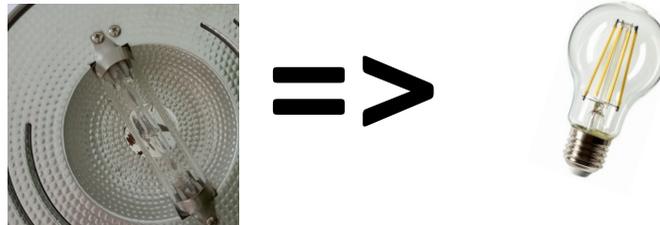


Pensez à éteindre lorsque vous changez de pièce.



 28 €/an

Les ampoules halogènes consomment beaucoup d'électricité. Remplacer une ampoule halogène par une ampoule LED, c'est économiser jusqu'à 145€ sur l'année.



 145 €/an



POURQUOI RELEVER ET COMMUNIQUER SON INDEX ?

Communiquer votre relevé d'index va permettre au fournisseur de vous demander le prix juste par rapport à votre consommation.

Lorsqu'il ne reçoit pas d'index, le fournisseur estime votre consommation. Si l'estimation est trop basse, une partie de ce que vous avez réellement consommé n'est pas facturé tout de suite. Cela crée donc une dette...



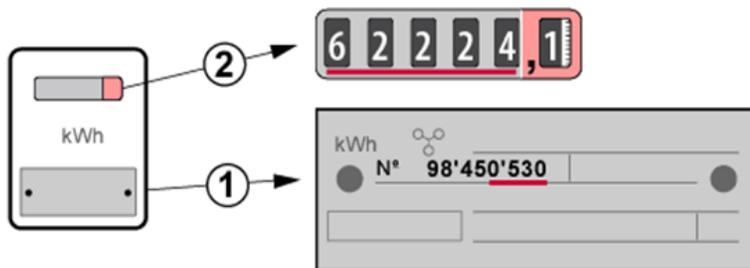
... qui peut s'accumuler d'année en année !



Comment relever son index ?

Etape 1: relever l'index

S'il y a plusieurs compteurs dans votre bâtiment, vérifiez grâce au numéro de compteur ① qu'il s'agit bien du vôtre. Puis recopiez les chiffres inscrits sur le compteur, **SAUF** ce qui est inscrit après la virgule. ②



Etape 2: communiquer l'index

C'est très simple. Cela peut être fait sur internet (sur le site de votre fournisseur) ou par courrier.

Si vous avez un compteur communicant, relever le compteur régulièrement reste très utile car cela vous permet de surveiller votre consommation et d'anticiper votre facture de régularisation.

Pour ne pas oublier, communiquez votre index dès qu'on vous le demande !

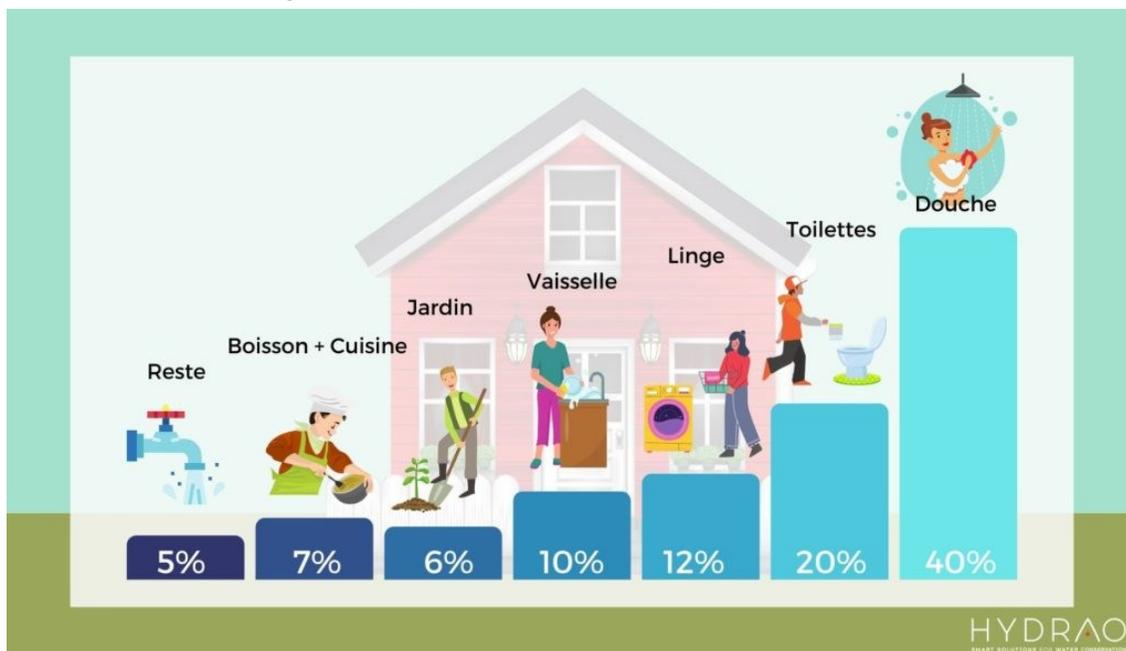


L'EAU



COMMENT SE RÉPARTIT MA CONSOMMATION D'EAU ?

Comme pour l'électricité, il faut agir sur le poste qui consomme le plus : **se laver** !



Source : <https://www.hydrao.com>



SE LAVER, ÇA COÛTE CHER ?



Un bain

= une douche de 15 min

= 150 l



1,50 € / bain
550 €/an /pers.



Une douche de 5 min

= 50l



0,50 € / douche
180 €/an /pers.



Une douche de 5 min avec un pommeau économique

= 30l



0,30 € / douche
110 €/an /pers.

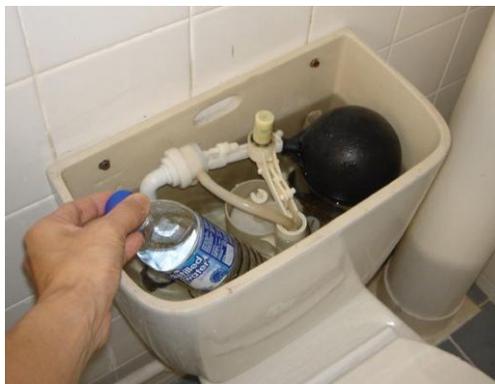
Attention, ces montants sont à multiplier par le nombre de personnes composant le ménage. Changer ses habitudes permet de réaliser de belles économies.



ET DANS LES TOILETTES ?

L'idéal est d'installer une chasse économique.

Sinon, pour réduire le volume d'eau versé, utiliser un « sac WC » ou une bouteille en plastique remplie.



Coupez l'eau pendant que vous vous savonnez.



Il faut bien la remplir afin qu'elle reste au fond et ne risque pas de flotter dans votre cuve



Source: <https://terre-agir.com/>



UNE PETITE FUITE OUI, MAIS... UNE GROSSE FACTURE !

Pour vérifier qu'il n'y a pas de fuite, relevez votre compteur d'eau un soir et de nouveau le lendemain matin. Si personne n'a pris d'eau la nuit, les chiffres doivent être identiques.

Goutte à goutte



35 m³/an

 220 € /an

Mince filet d'eau



140 m³/an

 880 € /an

Chasse qui fuit



220 m³/an

 1390 € /an

Faites réparer les fuites
au plus vite !





QUELLE CONSOMMATION ?



Lave-linge

45 à 50l par cycle



Lave-vaisselle

15l par cycle

9l en mode éco



Vaisselle à la main

15l en remplissant l'évier

40l en laissant l'eau couler



Se brosser les dents

3l en laissant l'eau couler



Tirer la chasse des WC

9l

Entre 3 et 6l pour une
chasse économique



Remplir la piscine

5000l pour une piscine
gonflable ronde de 3m x
0,75m



Laver la voiture

200l

QUE VAIS -JE METTRE EN PLACE AFIN DE RÉDUIRE MES COÛTS ÉNERGÉTIQUES?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

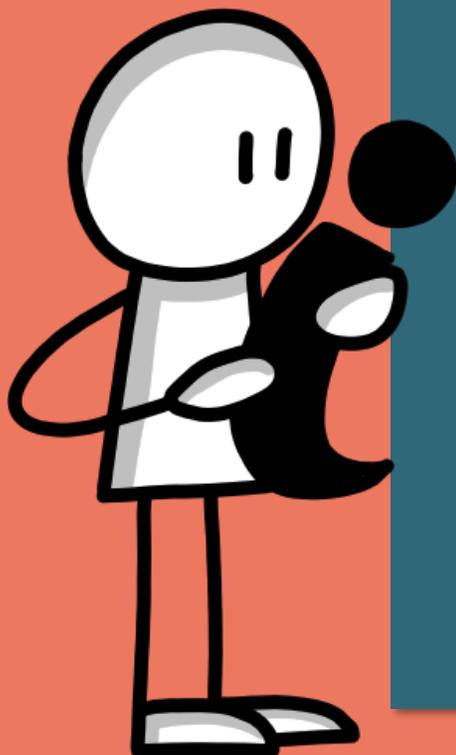
.....

.....

.....

.....

.....



Cette publication a été réalisée dans le cadre de la programmation 2021-2027 du Fonds Social Européen (FSE+) via notre projet « une gestion budgétaire et financière maîtrisée pour une inclusion sociale réussie ».

Plus d'infos: <https://gaslux.be/operation-fse/>



Un service relais se tient à votre disposition pour toute question en rapport à votre situation budgétaire.

N'hésitez à nous contacter !

E-mail: service.relais@gaslux.be

Téléphone: +32 (0)492 51 39 44

PUBLICATION DU GROUPE ACTION SURENDETTEMENT

ÉDITEUR RESPONSABLE : GROUPE ACTION SURENDETTEMENT - GRAND RUE 4 / B-6630 MARTELANGE

RÉDACTION : A. JOIRET - F. COLLIN - N. CONROTTE - C. KNOTT - V. ADAM - D. LIBERT

ILLUSTRATIONS : D. REYTER – @CANVA

CONTACT



Grand rue 4 / B-6630 Martelange

Tél.: 0032 (0)63 60 20 86

Fax: 0032 (0)63 43 49 25

E-mail: info@gaslux.be

Retrouvez nos actions de sensibilisation sur

* Le site internet : [https:// gaslux.be](https://gaslux.be)

* La page Facebook : Fais gaffe à ta conso

