

## L'éco-geste du moment

### Mieux réguler pour moins consommer

L'énergie coûte cher et chaque degré supplémentaire dans le logement quand il fait 0° C dehors, c'est 7 % d'énergie en plus. C'est pourquoi il est important de bien réguler la température en fonction des besoins.



Dans une maison isolée normalement, la **température de confort est de 19° le jour et de 16° la nuit** ou en absence. Vous pouvez même descendre à 12° en cas d'absence de plus de 2 jours.

Un **programmateur centralisé permet de régler ses températures** pour la maison si vous êtes présent, absent ou couché. Pour un meilleur confort, réglez la température de chauffe quelques minutes avant l'heure de vous lever, mais coupez là également avant de vous coucher car le logement ne se chauffe ou refroidit pas instantanément.

Sur les radiateurs à eau, des **robinets thermostatiques peuvent être installés pour réguler pièce par pièce**. En effet, dans la chambre, la cuisine ou le salon, nous n'avons pas besoin de la même température maximum.

En **chauffage électrique, privilégiez les radiateurs à inertie** car leurs corps évitent la chaleur de se stocker trop vite au plafond. Néanmoins, **1 kWh électrique = 1 kWh de chaleur donc il vous faut bien dimensionner la puissance** des radiateurs dans la pièce **et isoler** les murs si possible.

Pour toute information sur la maîtrise des dépenses d'énergie, la rénovation ou construction d'un logement, la mobilité et les aides financières, contactez l'Espace Info-Énergie et bénéficiez d'un conseil gratuit par téléphone ou sur rendez-vous.

Tel. 02 41 18 01 08, [angers.49@eiepd.fr](mailto:angers.49@eiepd.fr)

[www.info-energie-paysdelaloire.fr](http://www.info-energie-paysdelaloire.fr)

#### Plus d'informations

Contact presse : Munar Monia

[monia.munar@alisee.org](mailto:monia.munar@alisee.org)

Ligne Alisée : 02 41 93 00 53

#### Les Espaces Info-Énergie en Pays de la Loire

Le réseau des Espaces Info-Énergie en Pays de la Loire a été créé en 2001 avec 11 lieux d'accueil pour le grand public. Les 25 conseillers de la région s'engagent à délivrer gratuitement une information neutre et à proposer des solutions adaptées aux préoccupations liées à l'efficacité énergétique et à la protection de l'environnement. L'Espace Info-Énergie d'Angers est soutenu par l'ADEME, la Région des Pays de la Loire, le département du Maine et Loire, l'Agence Locale de l'Énergie et du Climat d'Angers Loire Métropole et l'agglomération Saumur Loire Développement. Cette mission de service public garantit la gratuité, la neutralité et l'indépendance des services proposés.

#### Partenaires

