



## Bravo George, vous avez décidé d'agir !

Avec votre plan d'action pour réduire vos frais de chauffage

Laissez-vous guider par votre plan d'action et mettez en œuvre nos recommandations pour réduire concrètement vos frais de chauffage et votre impact environnemental ! :)

Votre consommation estimée*		Vos économies potentielles*	
1 600	m3 de gaz	380	m3 de gaz
1 800	fr. de coûts annuels	380	fr. économisés
4 400	kg <sub>eq.</sub> de CO <sub>2</sub> émis	1 000	kg <sub>eq.</sub> de CO <sub>2</sub> émis en moins
soit l'équivalent de 31600 km parcourus en voiture		soit l'équivalent de 7300 km parcourus en voiture	

### Votre plan d'action :

Vos nouveaux gestes	Vos futures économies* (par an)	24%
 Réduire la température de consigne d'environ 2 °C	230 m3 de gaz 230 fr. 600 kgeq. de CO2	14%
 Aérer autant que nécessaire mais aussi peu que possible	70 m3 de gaz 70 fr. 190 kgeq. de CO2	4%
 Ouvrir les volets roulants durant la journée	40 m3 de gaz 40 fr. 110 kgeq. de CO2	3%
 Ajuster les vannes thermostatiques	40 m3 de gaz 40 fr. 100 kgeq. de CO2	2%

#### Et pour aller plus loin, rendez-vous sur [Avincis.ch](https://www.avincis.ch) et :

- Faites appel à notre service d'optimisation énergétique So'You !
- Planifiez l'assainissement de votre bien immobilier avec un CECB©Plus avec So'Plan !
- Découvrez notre future gamme de protections solaires hautement isolantes So'Be.

Plan d'action N° : 928b5e0e9b30

\* Ce plan d'action est basé sur une version simplifiée de notre logiciel d'optimisation énergétique en cours de développement. Toutes les informations communiquées ainsi que les conseils divulgués sont donnés à titre indicatif et ne sauraient engager la responsabilité d'Avincis SA. En cas d'erreur, écrivez-nous à [so-act@avincis.ch](mailto:so-act@avincis.ch) en précisant votre N° de plan d'action.



## Réduisez votre consigne de température !

Pour une économie de 230 fr. et 230 m<sup>3</sup> de gaz

Votre logement est préchauffé par le soleil, vos appareils électriques et par vous-même : il s'agit de gains dits « gratuits » car le logement en bénéficie sans que cela ne vous coûte un centime. Votre système de chauffage complète alors ces gains pour arriver à la température souhaitée.

Si maintenant vous décidez de chauffer 1°C de plus, c'est votre système de chauffage qui devra fournir l'entier de l'effort, sans l'aide des gains gratuits. Pire, si la consigne de température est trop élevée, les apports de ces gains « gratuits » risquent d'engendrer une surchauffe qui vous poussera aux faux pas (fermer les protections solaires la journée et ouvrir les fenêtres).

C'est pourquoi nous vous proposons de réduire votre température intérieure afin de réduire votre empreinte environnementale et les risques de surchauffe.

### Vos recommandations personnelles :



Réduisez la consigne de chauffage d'environ 2 degré(s), soit directement sur la chaudière, soit sur votre thermostat d'ambiance, soit en réduisant le débit d'eau directement au niveau des vannes des radiateurs ou votre nourrice de votre chauffage au sol.



Vérifiez la présence d'une période d'abaissement nocturne sur votre chaudière (regardez le manuel), et si possible allongez cette période d'arrêt (de 22h-6h pour un système à radiateurs, ou 20h-4h pour un chauffage au sol). Et n'hésitez pas à réduire fortement la température de consigne de nuit (abaissement nocturne).



Mettez le chauffage en position hors gel dans les locaux inoccupés ET fermez leurs portes. Faites de même pour les pièces utilisées de manière épisodique (bureau, salle de jeux/bricolage, buanderie, chambre d'ami) et pensez à les aérer de temps à autre.



Réduisez voire mettez en mode hors-gel (6°C) votre chauffage si vous partez pour un week-end ou plus longtemps. Pour les périodes prolongées (plus de 3-5 jours), pensez à demander à votre voisin ou un proche de relancer le chauffage un ou deux jours avant votre retour, afin que la température soit agréable quand vous reviendrez.



Pour vous sentir bien avec des températures plus fraîches, prenez l'habitude d'utiliser des vêtements plus chauds, à porter des chaussons et utiliser des couvertures. Eloignez aussi vos fauteuils et canapés des surfaces froides (baies vitrées, mur non isolé, etc.) ou mieux, placez les proches (mais pas contre) de vos radiateurs.

Remarque : Si vous partez en période froide (novembre-mars) pensez à maintenir le système hors gel et bien aérer avant de partir !

**! Attention ! soyez vigilant à maintenir une bonne qualité de l'air dans votre logement. Ouvrez complètement les fenêtres au moins 3 fois par jour pendant 5 à 10 minutes.**



## Aérez juste ce qu'il faut !

Pour une économie de 70 fr. et 70 m<sup>3</sup> de gaz

Une fenêtre ouverte en imposte (basculée) pendant toute la période de chauffage représente des pertes équivalentes à 150 litres de mazout et tout autant en frais de chauffage supplémentaire... Et c'est cumulable !

Il faut donc se rappeler qu'une fenêtre ne devrait JAMAIS être en permanence ouverte pendant la saison de chauffage (à l'exception des locaux techniques comme la chaufferie ou les vides sanitaires).

Pour autant, il ne faut tomber dans l'autre extrême car un air mal renouvelé peut engendrer des problèmes de santé et l'apparition de moisissures dans votre logement, ce qui n'est pas souhaitable !

Il s'agit donc de veiller à la bonne qualité de l'air en aérant autant que nécessaire, mais aussi peu que possible.

### Vos recommandations personnelles :



Ne laissez jamais une fenêtre entre-ouverte (en imposte) de manière prolongée dans votre logement, c'est un véritable gouffre énergétique !



Ouvrez complètement les fenêtres au moins 3 fois par jour pendant 5 à 10 minutes. Essayez autant que possible de créer des courants d'airs traversants à travers votre logement pour améliorer le renouvellement de l'air.



Mettez en marche la hotte lorsque vous cuisinez ; couvrez vos poêles et casseroles et pensez à réduire fortement le feu dès que l'eau bout (l'eau ne peut pas dépasser 100°C !). A savoir : si vous faites un plat au four contenant beaucoup d'eau, pensez aussi à aérer (voire allumer la hotte).



Fermez la porte de vos pièces humides (cuisine, salle-de-bain, buanderie, etc.) lors des activités fortement émettrices d'humidité. Faites de même pour la buanderie (lorsque du linge sèche) ou toute autre pièce où il y a dégagement de vapeur d'eau (cuisine, pièce où vous repassez, etc.).



Si vous avez trop chaud, réduisez le chauffage. Si vous souhaitez tout de même laisser une fenêtre légèrement ouverte, coupez le chauffage dans la pièce et fermez la porte.

Remarque : Plus il fait froid et plus l'air se renouvelle rapidement, tenez-en compte pour adapter les temps d'ouverture ! Et en inter-saison, évitez d'aérer lorsque le soleil inonde vos pièces : vous refroidirez tout votre logement sans vous en rendre compte.

**! Attention ! soyez vigilant à maintenir une bonne qualité de l'air dans votre logement. Ouvrez complètement les fenêtres au moins 3 fois par jour pendant 5 à 10 minutes.**



## Ouvrez les volets roulants la journée!

Pour une économie de 40 fr. et 40 m<sup>3</sup> de gaz

Vos fenêtres sont de véritables capteurs solaires, et plus votre logement est bien isolé et plus celles-ci permettent de le chauffer « passivement » !

Ainsi, au même titre qu'il ne viendrait pas à l'esprit de bâcher des panneaux solaires, il faut éviter au maximum de laisser les protections solaires baissés la journée pendant l'hiver et l'inter-saison.

Toutefois, il est important de bien ajuster votre système de chauffage pour que ces gains solaires soient utiles et ne contribuent à surchauffer vos pièces, ce qui risque d'engendrer en réaction un effet rebond (par l'ouverture prolongée d'une fenêtre ou la baisse des protections solaires par exemple).

Il s'agit donc de maximiser vos gains solaires tout en évitant les surchauffes.

### Vos recommandations personnelles :



Laissez toujours les protections solaires ouvertes la journée, en particulier pour les fenêtres orientées Sud-Est à Sud-Ouest. Dans l'idéal, si vos protections solaires sont pleines (sans trou), pensez à les fermer la nuit pour réduire les pertes par les fenêtres.



Lorsque vous partez en vacances, laissez les protections solaires ouvertes (et coupez/réduisez le chauffage), à minima pour les façades Sud-Est à Sud-Ouest.



Réduisez les ombres portées sur vos fenêtres (végétation persistante, mobilier de jardin stocké devant la fenêtre, stickers, voilage, etc.) et ouvrez vos rideaux la journée, ce d'autant plus qu'ils sont opaques.



Si vous avez trop chaud, réduisez le chauffage, voire fermez vos vannes de radiateurs lors de belles journées d'automne/printemps : cela vous évitera les surchauffes.



Pour éviter les risques de surchauffe, veillez à bien ajuster vos vannes de chauffage pour éviter que vos radiateurs ne chauffent les jours très ensoleillés.

Remarques : Ces recommandations valent aussi pour les pièces inoccupées, non chauffées et pour les logements de vacances !



## Ajustez vos vannes (thermostatiques) !

Pour une économie de 40 fr. et 40 m<sup>3</sup> de gaz

Une vanne thermostatique a la faculté de moduler le radiateur pour que la température de la pièce soit celle souhaitée. A plus de 1 degré sous la consigne, la vanne est totalement ouverte, et inversement dans l'autre sens : il est donc totalement inutile d'ouvrir vos vannes à fond si vous avez un peu froid !

Voici les positions recommandées pour vos vannes thermostatiques :

- Position 4 ou plus [23-27°C] : position à proscrire à cause du risque de surchauffe
- Position 3-4 [20-23°C] : pour salle de bain
- Position 2-3 [17-20°C] : pour votre séjour, salle-à-manger, bureau, salle de jeux
- Position 2 [17-18°C] : pour vos chambres, WC, buanderie. Pensez à fermer les portes !
- Position 1 [13-14°C] : pour votre entrée, vos couloirs et vos pièces occupées quelques fois par semaine. Pensez à fermer les portes de ces pièces et aérer régulièrement !
- Position hors-gel (flocon) [6-7 °C] : pour toutes les pièces totalement inutilisées et lorsque vous partez pour une période prolongée. Pensez à fermer les portes de ces pièces et aérer régulièrement !

### Vos recommandations personnelles :



Coupez votre vanne si vous allez ouvrir la fenêtre de manière prolongée, surtout s'il s'agit d'une vanne thermostatique ! Et si vous pouvez anticiper la coupure d'une heure - afin que le radiateur soit froid lors de l'ouverture de fenêtre - c'est encore mieux !



Mettez en position hors gel les vannes des radiateurs placés dans les pièces inoccupées (même pour un ou deux jour(s)) et les pièces de passage (couloir, entrée, chambre inutilisée, etc.) ; soyez vigilants à aérer régulièrement et maintenir les portes fermées.



Si vous avez trop froid, augmentez d'un petit point (pas un chiffre) votre vanne et attendez au moins quelques heures avant de la retoucher. Procédez ainsi de suite jusqu'à l'atteinte de votre température de confort.



Si vous avez trop chaud, réduisez d'un petit point (pas un chiffre) votre vanne et attendez au moins quelques heures avant de la retoucher. Procédez ainsi de suite jusqu'à l'atteinte de votre température de confort.



Réduisez voire mettez en mode hors-gel (6°C) vos vannes si vous partez pour un week-end ou plus longtemps. Pour les périodes prolongées (plus de 3-5 jours), pensez à demander à votre voisin ou quelqu'un de votre famille de relancer le chauffage un ou deux jours avant votre retour afin qu'il ne fasse pas trop frais à votre retour.

Remarque : Si votre logement est équipé d'un thermostat d'ambiance, laissez les vannes de la pièce témoin sur la position maximale pour que la régulation du système de chauffage puisse fonctionner ; et s'il y fait trop chaud cela indique que l'installation est mal équilibrée.

**! Attention ! soyez vigilant à maintenir une bonne qualité de l'air dans votre logement, en particulier les pièces peu chauffées. Ouvrez complètement les fenêtres au moins 3 fois par jour pendant 5 à 10 minutes.**