

# CANICULE GARDER SON LOGEMENT FRAIS

Des solutions existent pour garder la fraîcheur dans son logement. La climatisation n'est pas toujours incontournable. Et n'achetez surtout pas votre appareil dans l'urgence, vous risqueriez de faire un mauvais choix.

## Dès que le soleil tape sur les fenêtres, fermez les volets

Si vous êtes en copropriété et que vos fenêtres ne sont pas équipées de volets, installez des stores intérieurs. Moins efficaces que les protections extérieures, ils permettent tout de même de limiter un peu la surchauffe dans la pièce.

**Choisissez des couleurs claires pour les stores et les volets.** Le blanc, le jaune, l'orange clair réfléchissent la lumière et absorbent moins la chaleur du rayonnement solaire.

## Dès que la température extérieure dépasse celle de votre logement, fermez aussi les fenêtres

N'attendez pas trop pour fermer les fenêtres. Dès le milieu de matinée, la chaleur peut augmenter très vite !

## Évitez de faire fonctionner des appareils qui produisent de la chaleur

Limitez l'usage du four et ne laissez pas allumés inutilement l'ordinateur, les consoles de jeux vidéo, etc.

Cela risquerait de rajouter des degrés dans les pièces.

## Dès qu'il fait plus frais dehors que dedans, faites circuler l'air dans le logement

**Faire entrer de l'air frais permet de refroidir les murs, les plafonds, les planchers** qui emmagasinent de la chaleur toute la journée. Et, l'air en mouvement, en favorisant l'évaporation de la transpiration, procure une agréable sensation de fraîcheur.

Les logements les plus faciles à aérer sont ceux qui s'ouvrent sur deux façades (logements traversants).

Si votre maison a plusieurs niveaux, ouvrez les fenêtres en bas et en haut. Cela favorise l'évacuation de l'air chaud («effet cheminée»).

## Utilisez un ventilateur pour gagner un peu en confort

C'est bien utile quand on vit les fenêtres fermées **mais inutile de laisser fonctionner un ventilateur s'il n'y a personne dans la pièce**, car il ne rafraîchit pas l'air, il le brasse.

Ventilateur portable et ventilateur de plafond (encore plus agréable) font circuler de l'air qui, en passant sur votre peau, favorise l'évaporation de la transpiration. Vous ressentirez une

agréable sensation de fraîcheur même si la température de la pièce ne diminue pas. En humidifiant votre peau avec un peu d'eau, l'effet fraîcheur immédiate est garanti !

**Astuce** : avant d'acheter un ventilateur de plafond, mesurez la hauteur sous plafond de votre pièce et estimez si le ventilateur ne descendra pas trop bas par rapport à la taille des occupants.

### **Avant les grosses chaleurs, créez un îlot de fraîcheur autour de la maison**

Si vous avez une terrasse en béton ou en pierre, elle va stocker la chaleur toute la journée et va apporter encore quelques degrés supplémentaires dans votre logement. Une solution : **créez de l'ombre sur la terrasse**. Installez des pots avec des végétaux et une pergola. Les végétaux, par évapotranspiration, vous apporteront de la fraîcheur. Pour rafraîchir encore l'atmosphère, arrosez la terrasse et les plantes le soir sauf en période de sécheresse prononcée.

**Plantez des végétaux à feuilles caduques** (qui tombent en hiver) **devant vos fenêtres surtout celles exposées au sud ou à l'ouest**. Ils font de l'ombre en été, mais ne masquent pas le soleil en hiver.

**Installez une haie pour faire écran aux rayons du soleil à l'ouest tout en laissant l'air circuler**. En choisissant des arbustes à fleurs, à fruits, à feuillage décoratif, vous joignez l'utile à l'agréable.

### **Attention à ne pas choisir une climatisation dans l'urgence**

Pour une climatisation fiable et peu gourmande en énergie, il vaut mieux y réfléchir bien avant l'arrivée des grosses chaleurs... Une climatisation consomme entre 300 et 500 kWh pour 500 heures de fonctionnement dans une pièce fermée, **c'est plus qu'un réfrigérateur pourtant branché toute l'année !**

N'oubliez pas qu'une climatisation oblige à vivre toutes fenêtres et portes fermées quand elle fonctionne.

Certains climatiseurs, surtout individuels, peuvent être bruyants pour l'utilisateur et/ou pour les voisins.

**Sélectionnez votre climatisation en fonction de son classement sur l'étiquette énergie.**

Les climatisations les plus efficaces sont classées en A+++.

Pour en savoir plus, consultez notre article sur les différents systèmes de climatisation.

### **Ne créez pas trop gros écarts de température entre dehors et dedans**

Passer du froid au chaud peut provoquer des chocs thermiques nocifs pour votre santé si l'écart de températures est important. L'ADEME conseille de ne pas mettre en marche la climatisation temps que la température du logement n'atteint pas 26°C. Ne créez pas plus de 5 à 7°C de différence entre l'intérieur et l'extérieur.