

Chaud dehors, frais dedans

Ou comment garder son logement frais en été ?

Votre conseiller info énergie vous informe.

Avec le changement climatique et les périodes de chaleur, le **confort d'été** devient une préoccupation majeure. Optons pour des mesures de « bon sens », limitons l'usage de la climatisation en dernier recours, car celle-ci contribue à renforcer l'effet de serre, et donc le réchauffement de la planète.



Les gestes simples, qui ne coûtent rien

La façon la plus simple de garder votre maison fraîche en été, c'est d'**empêcher la chaleur d'y entrer**.

- ⇒ En journée, lorsqu'il fait plus chaud dehors que dedans, **fermez les fenêtres**.

Baissez les stores et fermez les volets. Pensez-y avant de partir travailler le matin, ou avant que la température extérieure dépasse celle de votre logement.

- ⇒ **Aérez** le soir et le matin, pour apporter de la fraîcheur. Et si possible **la nuit**, lorsque la température baisse.

Créez des **circulations d'air** pour évacuer la chaleur stockée dans la maison ou l'appartement. Si votre logement est sur plusieurs niveaux, ouvrez les fenêtres en haut pour évacuer l'air chaud : « effet cheminée ».

- ⇒ Vous pouvez aussi accélérer le rafraîchissement des pièces **en faisant évaporer de l'eau naturellement** : passez une serpillière humide sur le sol, suspendez un drap mouillé de préférence devant une ouverture et maintenez-le humide régulièrement. L'évaporation va absorber de la chaleur et rafraîchir la pièce.

Créer de l'ombre pour les ouvertures

- ⇒ **Protégez notamment les baies vitrées** au sud et à l'ouest. Pour plus d'efficacité, privilégiez les protections solaires extérieures

Les **volets** roulants sont particulièrement efficaces pour occulter les ouvertures. Les **stores et brises-soleil orientables** évitent l'exposition directe des ouvertures au soleil. Les **pare-soleil, écrans, auvents** sont aussi de bonnes alternatives. Choisissez plutôt des **couleurs claires** qui réfléchissent lumière et chaleur.

- ⇒ **Utilisez les végétaux** pour créer un ombrage : les végétaux à feuilles caduques, qui tombent en automne, ne masquent pas le soleil l'hiver.

Isoler de la chaleur

Une bonne isolation d'hiver ne garantit pas une maison confortable l'été.

- ⇒ Tirez un meilleur parti de l'inertie thermique de votre logement en faisant **réaliser une isolation des murs par l'extérieur**. Vous y gagnerez également en hiver.
- ⇒ Limitez la chaleur venant du toit, **en isolant votre toiture**, est toujours une bonne solution pour un plus grand confort, été comme hiver. Le choix du type d'isolant est important, certains isolants seront favorables à un meilleur confort d'été.



Téléchargez le guide de l'ADEME pour rester au frais dans son logement en été :

<https://www.ademe.fr/chaud-dehors-frais-dedans>



Votre conseiller info énergie vous accompagne dans vos démarches d'amélioration énergétique de votre logement. Conseils gratuits, informations techniques, information sur les aides financières avec ou sans conditions de revenus ...

Sur RDV en appelant le 03 59 61 15 07