

## Jouer la sobriété

### L'énergie la moins chère est celle que l'on ne consomme pas !

---

Les ménages consomment près de la moitié de l'énergie produite en France pour leurs besoins domestiques.

Dans l'habitat, certains **principes simples et de bon sens** peuvent être adoptés en favorisant les **éléments naturels et passifs du bâti** et en adoptant un **comportement responsable**.

La démarche de **conception bioclimatique** permet de réduire au maximum les besoins en énergie :

#### En hiver :

- en se protégeant des vents froids, des températures basses et de l'humidité,
- en profitant du rayonnement solaire et en conservant la chaleur.

#### En été :

- en se protégeant du rayonnement solaire et de la chaleur,
- en rafraîchissant l'air intérieur et en conservant cette fraîcheur.

Cela passe par la mise en œuvre d'une **isolation performante du bâtiment** :

- des épaisseurs suffisantes,
- des matériaux adaptés.

Mais attention, une isolation doit toujours être associée à une **ventilation efficace**.

Enfin la sobriété ne peut se passer d'un **comportement économe** qui souvent, ne remet en cause que quelques habitudes :

- adapter le chauffage à l'usage des pièces,
- favoriser les douches aux bains,
- éteindre les veilles des appareils électroménagers...

Se protéger des aléas du climat tout en profitant de ses atouts et adopter quelques gestes simples : **le trio gagnant de la sobriété énergétique !**