

Votre logement en été: rester au frais sans climatiseur !

Le changement climatique entraîne des vagues de chaleur plus chaudes et plus longues. Non seulement cela affecte l'environnement, mais aussi notre bien-être (fatigues, étourdissements, des maux de tête et des problèmes cardiovasculaires). En raison de cela, on démarre les climatiseurs dès qu'il commence à faire trop chaud. Alors qu'en présence d'un bilan écologique pour le moins mauvais, il est tout à fait déconseillé de se servir de ces appareils.

Cependant, vous pouvez préserver le frais dans l'appartement et la maison avec quelques simples astuces. Avec l'aide d'une protection solaire, d'une bonne ventilation, d'un ventilateur au bon endroit et l'élimination des sources de chaleur, vous pouvez « climatiser » de manière naturelle vos intérieurs.

Surtout en été, les grandes surfaces de bricolage et d'électroménager discount redoublent d'imagination pour doper la vente des climatiseurs. Ainsi, un climatiseur est vendu comme un objet *ecofriendly* puisque muni de l'étiquette de la classe d'énergie A++ et ce malgré son incompatibilité écologique. Le consommateur est dupé, ne prend point en considération que l'appareil consomme pourtant beaucoup d'énergie et néglige le vrai impact financier et écologique.

Le caractère *ecofriendly* de l'appareil n'a rien d'écologique, car même les climatiseurs économiques peuvent rapidement s'avérer les plus énergivores du ménage et peuvent dépasser facilement une consommation annuelle de 600 kwh. Il ne faut pas négliger non plus les dépenses d'entretien incontournables pour éviter que la "clim" se transforme en incubateur pour germes.



Alors, gardez votre logement frais aussi longtemps que possible



La plupart du temps, la chaleur ne devient insupportable que lorsque le logement et ses murs intérieurs sont également devenus chauds. Selon les caractéristiques de la construction et de l'aménagement intérieur, des températures aussi élevées peuvent s'accumuler pendant longtemps dans les matériaux (de construction) et ne se dissiper que lentement..

Voici quelques conseils:

- **L'ombre:** en journée, quand les températures montent, évitez de laisser entrer le soleil de manière directe. Il est recommandé d'obscurcir les fenêtres de l'extérieur à l'aide de marquises, de rideaux, de volets ou de stores opaques. Les rideaux ou les stores installés à l'intérieur ont l'inconvénient de produire une accumulation de chaleur entre le rideau/store et la fenêtre.

Veillez obscurcir les fenêtres en suivant le rayonnement solaire: le matin, fermer ainsi les stores orientés vers le soleil levant, à midi ceux orientés vers le sud et le soir vers le soleil couchant. Il suffit d'observer par quelles fenêtres le soleil entre à quel moment de la journée.

- **La bonne aération:** n'aérez que si les températures extérieures le permettent! Le mieux est d'ouvrir les fenêtres tard en soirée, respectivement la nuit, et tôt le matin, lorsque les températures extérieures sont inférieures à celles des pièces d'habitation. Cependant, en cas d'insuffisance d'oxygène (surtout dans les petites pièces), aérer de manière ponctuelle.

- **Éliminer les sources de chaleur:** les appareils équipés de plaques chauffantes comme p.ex. les cafetières électriques doivent être immédiatement éteints après utilisation. Évitez si possible de recourir aux lampes à ampoules halogène ou au sèche-linge qui produisent beaucoup de chaleur.

N'oubliez pas les sources de chaleur non apparente, comme les appareils en mode de veille. Toute une série de conseils précieux sur les appareils en stand-by se trouvent dans le guide actualisé "[Des vacances – également pour le compteur électrique](#)"¹. La cuisine peut elle-aussi être une source de chaleur additionnelle pendant les jours de canicule. Utilisez ainsi pour toutes vos préparations la chaleur restante en fin de cuisson. Si vous disposez d'une hotte qui rejettent l'air vers l'extérieur, celle-ci peut évacuer la chaleur rapidement pendant la phase de cuisson. Encore d'autres informations au sujet de la "cuisine écologique" [ICI](#)²

- **Utilisez des ventilateurs!** Un ventilateur sur pied, de table ou de sol est le meilleur type d'appareil. Contrairement au courant d'air, le débit volumique et la direction de l'air peuvent être réglés avec un tel appareil. De plus, il y a l'avantage que les ventilateurs en combinaison avec les autres conseils sont bien sûr moins chers que les climatiseurs et ne nécessitent qu'une fraction de l'énergie.



LE GOUVERNEMENT
DU GRAND-DUCHÉ DE LUXEMBOURG
Ministère du Développement durable
et des Infrastructures
Département de l'environnement



© Vectors Point by thenounproject.com

A noter que les ventilateurs de grand diamètre sont généralement plus confortables (et souvent moins bruyants) que les petits modèles. Un ventilateur de plafond a généralement le débit le plus important, mais il tourbillonne également l'air plus chaud au plafond dans la pièce et, en raison de sa conception, il ne peut pas être positionné d'une autre manière. Si vous prévoyez d'utiliser le ventilateur pendant une longue durée, ne le diriger pas directement sur votre corps afin de générer un courant d'air agréable. Pour un mélange d'air optimal, le ventilateur de table peut être placé sur le sol pour faire circuler l'air du sol qui est généralement plus frais. Vous pouvez consulter la liste des ventilateurs les plus économes en énergie [ICI](#)³ (actualisation prévue pour le mois de juin) et bien d'autres informations au sujets des ventilateurs [ICI](#)⁴

- Faites attention aux objets évitables qui peuvent accumuler particulièrement de chaleur dans la pièce en cas d'ensoleillement, comme les tapis par exemple.
- **Divers:** Sécher le linge humide sur une corde à linge, peut exercer un effet bénéfique sur la température ambiante qui régit dans le logement. Le froid d'évaporation et le courant d'air peuvent rafraîchir l'intérieur. Veuillez juste bien aérer la pièce pendant la nuit et la matinée pour éviter le risque de moisissure. Certaines plantes d'intérieur peuvent également augmenter le bien-être à l'intérieur de votre habitat. Renseignez-vous auprès de votre fleuriste ou jardinier local sur les propriétés du lys vert, de l'aloë vera, du bambou, de la fougère épée, du dragonnier et bien d'autres. Ajuster si possible le rythme de travail, l'effort physique et porter des vêtements appropriés aux températures. Finalement, une alimentation légère et une hydratation suffisante rendent la chaleur également plus supportable.
- **Pour les propriétaires** Enfin, une bonne isolation du bâtiment et l'installation de fenêtres modernes aident le mieux à préserver le frais dans la maison. La couleur de la façade joue également un rôle important. Tandis que les murs aux couleurs très foncées se réchauffent jusqu'à 70 degrés en présence d'une forte exposition solaire, ce réchauffement n'est que de 5 degrés pour des murs blancs.



Un mur végétal (lierre, feuilles de vigne, ...) produit des effets très positifs: les végétaux protègent la façade du soleil et évaporent de l'eau en permanence, une eau qui à son tour exerce un effet rafraîchissant sur les murs. Le [service *Bauberodung*](#) du *Oekozer Pafendall* se tient à la disposition de toute personne intéressée à découvrir les meilleures isolations pour toutes les façades et à apprendre davantage sur les plantes qui se prêtent idéalement à la création d'un mur végétal.

Pour le bien-être physique, vous trouvez des informations supplémentaires [ici \(site du Ministère de la Santé\)](#)⁵

- 1) <https://www.oekotopten.lu/private/article/art20180622d>
- 2) <https://www.oekotopten.lu/private/adviser/ekd>
- 3) <https://www.oekotopten.lu/private/products/ventilators>
- 4) <https://www.oekotopten.lu/private/adviser/ratgeber-ventilatoren>
- 5) <https://sante.public.lu/fr/actualites/2022/05/canicule-2022.html>