



Drôme Aménagement Habitat
Office public de l'habitat

Romans-sur-Isère

RÉSIDENCE JULES MASSENET



#1

GUIDE OCCUPANT

CONSEILS POUR FAIRE DES ÉCONOMIES
DANS MON LOGEMENT PERFORMANT



ENIDE OCSUVAIT



SOMMAIRE

PARTICULARITÉS DE VOTRE LOGEMENT p. 4

ÉCONOMIES ET CONFORT DANS LA VIE QUOTIDIENNE

1. Les économies d'eau p. 6

2. Les économies d'électricité p. 8

3. Le confort d'hiver p. 10

4. Le confort d'été p. 12

5. La qualité de l'air intérieur p. 13

6. Le recyclage des déchets et équipements p. 14

CONTACTS UTILES p. 16

PARTICULARITÉS DE VOTRE LOGEMENT

1 / UNE CONCEPTION BIOCLIMATIQUE

- > Appartements traversants pièces de vie au sud/ouest avec grandes surfaces vitrées ; loggias et balcons
- > Bâtiment compact



Limiter les déperditions énergétiques
Favoriser l'apport de chaleur solaire en hiver
Permettre une bonne ventilation nocturne en été



2 / UNE BONNE ISOLATION

- > Isolation thermique des façades par l'extérieur ; volets et persiennes



Maintenir la chaleur à l'intérieur l'hiver
Se protéger du soleil et de la chaleur en été

3 / DES MATÉRIAUX NATURELS

- > Menuiseries extérieures en bois ; peintures, colles et vernis faiblement polluants (éco-label)



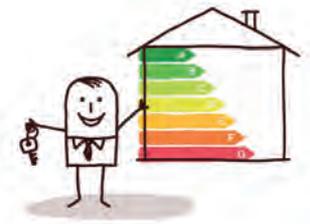
Utiliser des matériaux à faible impact environnemental et respectant votre santé

4 / UN SYSTÈME DE CHAUFFAGE À HAUT RENDEMENT

- > Chauffage collectif à condensation au gaz naturel gérée par un exploitant



Optimiser la production de chaleur
Réduire les coûts pour les locataires



5/ UN SYSTÈME DE PRODUCTION D'EAU CHAUDE ÉCOLOGIQUE

- > Utilisation de l'énergie solaire (en complément de la chaufferie collective)

OBJECTIF

Faire baisser la consommation d'énergie payante (gaz) pour l'eau chaude sanitaire

6/ UN SYSTÈME DE VENTILATION INDISPENSABLE

- > Installation hygroréglable qui s'adapte à la présence du locataire

OBJECTIF

Alléger la facture d'électricité
Garantir une bonne qualité de l'air intérieur et un bon confort

7/ DES SYSTÈMES D'ÉCONOMIE D'EAU

- > Robinets mousseurs économes
- > Chasse d'eau à double volume

OBJECTIF

Diminuer la facture d'eau

8/ DES ÉQUIPEMENTS D'ÉCONOMIE D'ÉLECTRICITÉ

- > Une ampoule fournie dans la malette éco

OBJECTIF

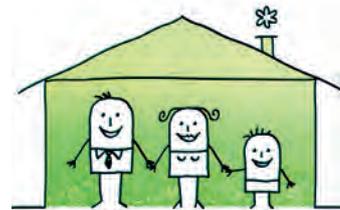
Réduire la facture d'électricité
Bénéficier d'ampoules à durée de vie supérieure

9/ DES ESPACES EXTÉRIEURS FORTEMENT VÉGÉTALISÉS

- > Espace agréable et sain

OBJECTIF

Favoriser la vie sociale au sein du quartier

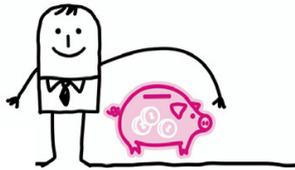


LES ÉCONOMIES D'EAU



QUEL EST L'ENJEU ?

Des gestes simples pour économiser l'eau et diminuer les factures.



CE QU'A FAIT DAH

Vos robinets et flexibles de douches sont équipés d'embouts mousseurs à réduction de débit.
 Votre WC est équipé d'une chasse d'eau à double volume 3 ou 6 litres.
 Votre logement est équipé d'un limiteur de pression calibré à 3 bars.



L'EAU EN CHIFFRE

Votre facture est directement liée à votre utilisation

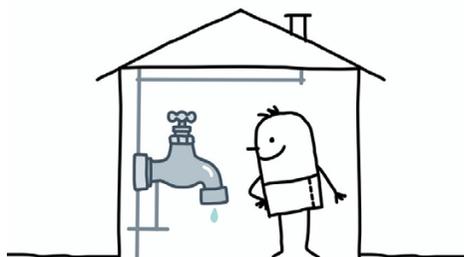
3 ou
 Votre
 à 3 l

Ce
 Les
 que



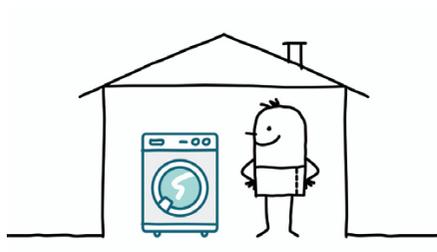
- > C
 ÉCO → jusqu'à - 130 euros par an.
- > L
 ÉCO → - 275 euros par an.
- > P
 Utiliser le « petit volume » (3 litres) aux toilettes dès que possible
 ÉCO → - 60 euros par an pour une famille.

CE QUE VOUS POUVEZ FAIRE AU QUOTIDIEN



Pour ne pas gaspiller l'eau, referme bien le robinet.
ECO : - 75 € par an.
Une fuite d'eau peut vous coûter cher.
ECO : - 90 € par an pour les robinets et - 400 € pour le chasse d'eau

Utiliser le petit volume (3 Litres) dès que possible.
ECO : - 60 € par an.



Faire tourner votre machine à laver le linge et vaisselle à pleine charge.
ECO : - 20 € par an.

ASTUCES

POUR REPERER UNE FUITE D'EAU

1. Vérifier votre compteur d'eau.
2. Pour la chasse d'eau, utiliser les pastilles colorantes dans la « malette éco » qui vous a été remise lors de votre entrée dans le logement. si vous n'en avez plus, une feuille de papier toilette collée sur la paroi du fond de la cuvette vous permettra de voir si le réservoir fuit !



POUR ENTREtenir vos EMBOUTS MOUSSEURS

1. démonter l'embout du robinet, le retourner et faire couler l'eau afin d'enlever les éventuelles saletés et tremper le dans le vinaigre blanc chaud quelques minutes pour enlever le calcaire.
2. attention à bien remettre le joint lorsque vous visserez l'embout du robinet.

POUR REPÉRER UNE FUITE D'EAU

1. Si votre compteur d'eau varie pendant la nuit et qu'aucune machine ne fonctionne, c'est qu'il y a une fuite quelque part.
2. Pour la chasse d'eau, utiliser les pastilles colorantes proposées dans la « Malette éco » qui vous a été remise lors de votre entrée dans le logement. Si vous n'en avez plus, une feuille de papier toilette collée sur la paroi du fond de la cuvette vous permettra de voir si le réservoir fuit !

En dehors des horaires d'ouverture de votre agence, numéro d'urgence
0825 120 348

POUR ENTREtenir VOS EMBOUTS MOUSSEURS

1. Démontez l'embout du robinet, le retourner et faire couler l'eau en le maintenant afin d'enlever les éventuelles saletés.
2. Profitez que l'embout soit démonté pour le tremper avec le mousseur dans du vinaigre blanc chaud quelques minutes pour enlever le calcaire.
3. Attention à bien remettre le joint lorsque vous visserez l'embout du robinet.

**POUR VOS PLANTES**

Vous pouvez les arroser avec de l'eau récupérée : eau de table non bue, eau de rinçage de la salade...

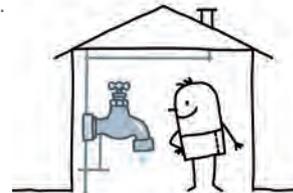


- > Surveiller les chasses d'eau qui fuient

ÉCO ➔ coût 400 euros par an.

- > Être attentif aux robinets qui gouttent

ÉCO ➔ coût 90 euros par an.

**DANS LA CUISINE**

- > Utiliser un lave-vaisselle plutôt que faire la vaisselle à la main

ÉCO ➔ - 20 euros par an sur l'eau.

- > Faire tourner le lave-vaisselle à pleine charge, sans pré-rinçage. Inutile de rincer la vaisselle avant de la mettre dans le lave-vaisselle !

- > Préférer des appareils de catégorie A+ et au-delà, dimensionnés selon vos besoins et dotés d'une fonction « ÉCO ».

- > Fermer le robinet pendant le lavage de la vaisselle à la main.

**DANS LA BUANDERIE**

- > Faire fonctionner votre lave-linge à pleine charge

LES ÉCONOMIES D'ÉLECTRICITÉ

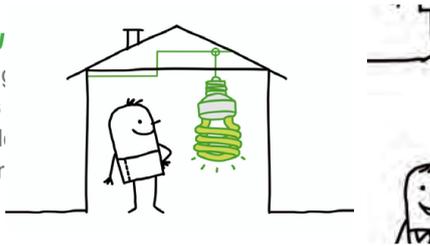


QUEL EST L'ENJEU ?

Des gestes simple pour faire des économies sur l'ensemble des postes de consommation électrique de votre logement.

POURQUOI

Par des (faire des l'ensembl tion électr



CE QU'À FAIT DAH

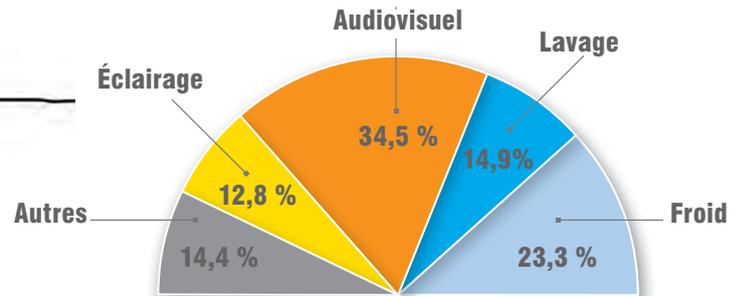
L'interrupteur coupe-veille est à placer dans le salon pour couper facilement toutes les prises de la pièce.

Le four ne doit pas être juxtaposé avec le réfrigérateur : le réfrigérateur a ainsi moins de difficulté à produire du froid.

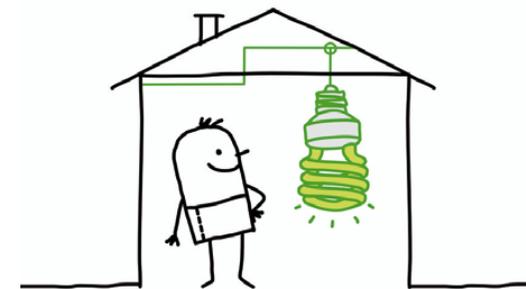


CONSOMMATION EN CHIFFRE

AUDIOVISUEL = TV, HI-FI, INFORMATIQUE



*Préférer des appareils de
catégorie A+ et au-delà*



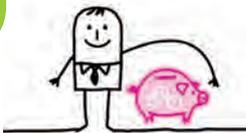
*Sécher son linge à
l'extérieur préserve le linge
et fait économiser de
l'énergie, tout en évacuant
l'humidité vers l'extérieur.*

ASTUCE**FAIRE LE CHOIX DES APPAREILS ÉLECTROMÉNAGERS LES PLUS ÉCONOMES**

en sélectionnant des classes énergétiques A+ et au-delà.

**ASTUCE**

Sécher son linge à l'extérieur préserve le linge et fait économiser de l'énergie, tout en évacuant l'humidité vers l'extérieur.

**ÉLECTROMÉNAGER**

- > Utiliser la fonction « ÉCO » des appareils électroménagers.
- > Régler la température de son réfrigérateur entre 4 et 8°C
ÉCO - 1°C = + 5% d'augmentation sur sa facture d'électricité. Un thermomètre placé à l'intérieur dans un verre d'eau aide à connaître la température.
- > Dégivrer le congélateur régulièrement
ÉCO 4 mm de givre = consommation électrique x 2.
- > Ouvrir le moins souvent possible la porte du réfrigérateur
ÉCO pertes de froid limitées.
- > Laisser refroidir les plats avant de les placer au réfrigérateur
ÉCO moins de froid à produire.
- > Faire tourner lave-linge et lave-vaisselle lorsqu'ils sont pleins
ÉCO économies d'eau et d'électricité.
- > Choisir un cycle à 30 ou 40°C sur un lave-linge
ÉCO jusqu'à trois fois moins d'énergie tout en lavant correctement.

Incandescence Fluo-compacte LED Halogène

	Incandescence	Fluo-compacte	LED	Halogène
Durée de vie	1 000 h	6 000 à 12 000 h	25 000 à 50 000 h	2 000 à 5 000 h
Nombre de cycles ON/OFF		3 000 à 6 000 *		
Temps d'allumage	Instantané	Variable selon les modèles	Instantané	Instantané
Efficacité lumineuse**	10 à 17 lm/W	40 à 80 lm/W	50 à 105 lm/W	10 à 25 lm/W
Coût (achat + fonctionnement sur 10 ans)	1 600 €	170 €	150 €	de 1 500 à 2 400 €

* Certaines vont jusqu'à un million.

** Plus la valeur est élevée, meilleure est l'efficacité.

ÉCLAIRAGE

- > Laisser les rideaux et les stores ouverts en journée en hiver permet de diminuer le recours à l'éclairage artificiel.
- > Privilégier les ampoules basse-consommation ou les LED permet de diviser la consommation par quatre voire plus, et avec une durée de vie supérieure.
- > Dépoussiérer une ampoule permet de gagner jusqu'à 40% d'éclairement.
- > Éteindre les lumières dans les pièces non utilisées.

LE CONFORT D'HIVER



QUEL EST L'ENJEU ?

Le chauffage des bâtiments, même si ceux-ci sont performants, reste un poste de dépenses important à ne pas négliger. Et selon l'énergie utilisée, l'impact environnemental sera plus ou moins important.

POURQUOI AGIR ?

En veillant à chauffer son logement de façon adaptée, on diminue ses charges et on gagne en confort, tout en participant à l'effort collectif de réduction de l'impact environnemental du chauffage.

COMMENT FAIRE ?



Ce qu'a fait DAH

La conception de votre logement vise à minimiser vos consommations de chauffage.

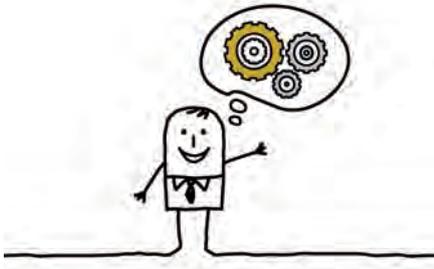
- > Isolation des murs par l'extérieur.
- > Grandes surfaces vitrées vers le sud (y compris sud-est et sud-ouest).
- > Mise en place de double vitrages performants, étanches à l'air.
- > Présence d'une ventilation mécanique contrôlée pour limiter l'humidité dans le logement, source d'inconfort.
- > Installation d'un thermostat d'ambiance dans la pièce principale et de robinets thermostatiques sur les radiateurs.

Ce que vous pouvez faire au quotidien

Par votre comportement, vous pouvez aussi diminuer votre consommation.

- > S'habiller chaudement, même à l'intérieur (pull, chaussons, etc.), reste le meilleur moyen de ne pas ressentir le froid dans son logement
- > Régler le thermostat à 19°C en journée plutôt qu'à 21°C

ÉCO 1°C d'écart = jusqu'à 15% d'économie.



RÉGLAGES DES ROBINETS THERMOSTATIQUES

Numérotation vanne	Température pièce	Situation
*	7° C	Hors gel
1	12° C	Absence longue
2	16° C	Chambres
3	20° C	Séjour

- > Les robinets thermostatiques sont utiles dans les pièces où il n'y a pas de thermostat : régler la température dans les chambres à 16 - 17° C la nuit garantit un meilleur sommeil.
- > Laisser les volets complètement ouverts durant une journée ensoleillée apporte beaucoup de chaleur gratuite dans le logement.
- > Fermer les volets la nuit

 jusqu'à -70 euros / an.

ASTUCE

POUR CONNAÎTRE LA TEMPÉRATURE

Dans les pièces de nuit, vous pouvez utiliser un thermomètre pour contrôler ponctuellement la température et trouver le bon réglage sur votre robinet thermostatique.

ASTUCE

BON À SAVOIR

Dans un logement performant, les radiateurs sont souvent froids : c'est normal !

C'est la température affichée sur le thermostat d'ambiance ou sur un thermomètre dans les autres pièces qui est le meilleur indicateur !

QUEL EST L'ENJEU ?

Vivre dans un logement où il fait trop chaud en été est inconfortable et peut même être dangereux pour certaines personnes.

POURQUOI AGIR ?

Un logement est considéré comme confortable en été si sa température ne dépasse pas les 28°C la majeure partie du temps.

Les plantes vertes positionnées sur le rebord d'une fenêtre et régulièrement vaporisées avec de l'eau contribuent à rafraîchir l'air ambiant en journée.

Tendre un drap humide devant les fenêtres exposées au soleil (sud, ouest) en cas de forte chaleur permet d'absorber une partie de la chaleur dans le logement.

COMMENT FAIRE ?

LE CONFORT D'ÉTÉ

**Ce qu'a fait DAH**

Votre logement est conçu pour se protéger le plus possible du rayonnement solaire d'été et pour limiter l'accumulation de chaleur à l'intérieur des parois.

- > Bâtiment à forte inertie par l'isolation des murs en béton par l'extérieur
- > Mise en place de protections solaires extérieures : volets roulants, persiennes, casquettes béton...

Ce que vous pouvez faire au quotidien

L'utilisation adaptée des équipements du logement est également déterminante pour le maintien d'une température confortable.

- > Ventiler son logement la nuit en faisant un courant d'air permet de diminuer de plusieurs degrés la température ressentie et de le rafraîchir pour le lendemain.
- > Fermer en journée les volets et persiennes des façades sud et ouest permet d'éviter l'excès de chaleur dans le logement.
- > Garder les fenêtres fermées en journée garantit le maintien d'une température supportable dans le logement.
- > Éteindre complètement les appareils électriques non utilisés ou reporter l'utilisation d'un équipement (lave-linge, lave-vaisselle, etc.) limite les apports de chaleur internes au logement.
- > Préférer un ventilateur à un climatiseur en cas de fortes chaleurs

ÉCO ➔ jusqu'à -83 euros / an.

LA QUALITÉ DE L'AIR INTÉRIEUR



QUEL EST L'ENJEU ?

La présence d'une humidité excessive, les émanations des produits de bricolage, des produits d'entretien du logement ou de certains meubles récents sont des causes d'une dégradation de la qualité de l'air intérieur de votre logement.

COMMENT FAIRE ?



POURQUOI AGIR ?

Une mauvaise qualité de l'air intérieur du logement peut conduire au développement de maladies, surtout chez les personnes les plus fragiles.



Ce qu'a fait DAH

Effort significatif sur les émissions de COV* des peintures, colles, lasures, etc. Votre logement est équipé d'une ventilation mécanique hygroréglable qui permet d'évacuer l'air vicié à un coût raisonnable.

La ventilation adapte son débit de fonctionnement au taux d'humidité du logement contrairement aux ventilations traditionnelles qui fonctionnent à débit constant.

Ce que vous pouvez faire au quotidien

Une bonne qualité de l'air intérieur du logement est d'abord liée aux choix d'achat (produits d'entretien, de bricolage, meubles, etc.) de l'occupant.

- > Aérer et secouer les tapis, paillasses, tissus, etc. susceptibles de contenir des acariens, dont les déjections peuvent être allergisantes.
- > Fumer à l'extérieur du logement ou ouvrir la fenêtre pour fumer, évite les fumées nocives à l'intérieur du logement.
- > Aérer 5 à 10 minutes par jour en ouvrant les fenêtres pour créer un courant d'air complète efficacement le renouvellement de l'air.
- > En laissant les bouches de ventilation et les grilles d'entrées d'air libres, on garantit le bon fonctionnement de la ventilation mécanique.
- > Nettoyer avec un chiffon humide les filtres des bouches et des entrées d'air tous les deux mois au minimum permet d'avoir une meilleure circulation de l'air dans le logement.

Faire sécher le linge à l'extérieur (balcon, terrasse) permet de diminuer le taux d'humidité dans le logement.

* Composés Organiques Volatils, potentiellement cancérigènes

RECYCLAGE DÉCHETS ET ÉQUIPEMENTS



QUEL EST L'ENJEU ?

Les déchets issus de nos actes de consommation quotidiens sont une charge importante pour la société : le coût financier (collecte, traitement) et le coût environnemental (pollutions, disparition des ressources) sont très élevés.

POURQUOI AGIR ?

En triant les déchets et en favorisant la réutilisation des équipements, vous pourrez faire des économies tout en modifiant peu vos habitudes de consommation.

COMMENT FAIRE ?



Ce qu'a fait DAH

Fourniture de sacs de couleurs identiques à celles des bacs de tri.

Construction d'un local poubelles avec bacs de tri facilement accessible depuis votre logement.

Ce que vous pouvez faire au quotidien

S'organiser est la meilleure solution pour se libérer de la contrainte de la gestion des déchets dans son domicile.

- > Penser à compacter les déchets recyclables (cartons, briques et bouteilles, etc.).
- > Acheter des produits réutilisables coûte moins cher sur le long terme.
- > Un équipement dont vous ne voulez plus, peut servir à d'autres : des associations ou des sites internet spécialisés dans le don, la vente, le prêt ou la location entre particuliers sont à votre disposition.

J'ÉVITE

J'UTILISE

lingettes	éponge
essuie-tout	torchon, serpillière, chiffon à poussière
gobelet plastique	tasse
piles classiques	piles rechargeables
brosse à dents classique	brosse à dents à tête interchangeable

Associations caritatives et d'entraide	Emmaüs, La Croix Rouge, Le Secours Populaire, Le Secours Catholique, etc.
Sites de vente entre particuliers et brocantes	LeBoncoin.fr, vide-greniers.org, ebay.fr,
Sites de dons entre particuliers	FreeCycle.org, recupe.net, etc.
Sites de prêts entre voisins	ShareVoisins.fr, FreeCycle.org, etc.
Sites lieux de recyclage à Romans-sur-Isère	http://recyclerie-nouvelle-r.fr

EMBALLAGES RECYCLABLES



ORDURES MENAGERES



DECHETS SPECIFIQUES

ATTENTION : tous les déchets spécifiques

- piles, batteries, déchets électroniques, ampoules, vaisselle et produits chimiques -
doivent être déposés en déchetterie.



Le SYTRAD, la collectivité en charge du traitement
de nos déchets ménagers en Drôme Ardèche
animation@sytrad.fr • 04 75 57 80 00 • www.sytrad.fr



- > Investir dans un lombricomposteur d'appartement réduit fortement le poids de la poubelle à ordures ménagères.
- > Pour détails et renseignements, rendez-vous sur le site : www.valenceromansagglo.fr/tri-selectif ou en flashant le QR code



- > Pour tous les déchets encombrants se rendre à la déchetterie rattachée à votre commune (cf. contacts utiles).



VOUS VOULEZ EN SAVOIR PLUS SUR LES ÉCO-GESTES ?

Contactez l'Espace Info Énergie le plus
proche de chez vous !

ADIL Information Énergie

44 rue Faventines
BP 1022

26010 Valence Cedex

Tél. : 04 75 79 04 13

du mardi au jeudi
de 8h30 à 12h

Permanences physiques :

<http://pie.dromenet.org/cache/contact/>

Mail : conseillers-aie@dromenet.org

Web : pie.dromenet.org

Déchetterie de Romans :

13 rue René Réaumur
26100 Romans-sur-Isère

À 2 km de votre logement,
6 min en voiture



Réalisation et impression
Direction communication
de Drôme Aménagement Habitat
Rédaction ADIL
et Drôme Aménagement Habitat
Conception graphique
C. Rochas - design profiling
Photos Christian Blachot,
Drôme Aménagement Habitat,
© NLshop, Ya-graphic, mariesacha,
InPixKommunikation / Fotolia.com

CONTACTS UTILES



AGENCE MONTS DU MATIN

Bât. Le Berry

Rue Vincent Auriol

26300 Bourg-de-Péage

Mail : accueilbdp@dromeamenagementhabitat.fr

Tél. : 04 75 72 82 40 - Fax : 04 75 72 82 41

Horaires d'ouverture :

du lundi au vendredi

Accueil du public

8h30 - 12h et 13h30 - 17h (l'après-midi sur rendez-vous)

Accueil téléphonique

8h30 - 12h et 13h30 - 17h

*En cas d'urgence technique, en dehors des horaires
d'ouverture de votre agence, numéro d'astreinte :*

0825 120 348



Drôme Aménagement Habitat
Office public de l'habitat