

Les supports de sensibilisation disponibles auprès des Espaces INFO-ENERGIE bretons

## Des gestes qui comptent :

- J'utilise la touche « éco » de mes appareils, pour consommer moins d'eau et d'énergie
- Je préfère les basses températures pour laver le linge
- Je privilégie une vitesse d'essorage importante
- Je fais sécher le linge à l'air libre
- Je préfère une machine bien remplie à deux demi-charges

L'ÉTIQUETTE ÉNERGIE, LE BON RÉFLEXE AU MOMENT DE L'ACHAT DE MON LAVE-LINGE.



## Des gestes qui comptent :

- En couvrant, les casseroles perdent la cuisson, je réduis les pertes de chaleur et c'est 30 % d'énergie économisée
- J'utilise des casseroles dont la taille est adaptée au diamètre du foyer
- J'éteins mes plaques et je four un peu avant la fin de la cuisson
- Je mets les aliments à décongeler de préférence dans le bas du réfrigérateur plutôt qu'au micro-onde
- Je ne cuis pas mes aliments au micro-onde

### À SAVOIR

Les plaques de cuisson à induction consomment en moyenne 30 % d'électricité en moins que les plaques vitrocéramiques.

EN COUVRANT UNE CASSEROLE AVEC UN COUVERCLE, J'ÉCONOMISE 30 % D'ÉNERGIE.



## 13°C le jour, 16°C la nuit, c'est suffisant !

### Des gestes qui comptent :

- J'ajuste le thermostat de mon logement
- J'isole bien mes murs
- J'isole bien mes fenêtres
- J'isole bien mon toit

### Balloon bien isolé, économies réalisées

### Des gestes qui comptent :

- J'isole bien mon logement
- J'isole bien mes murs
- J'isole bien mes fenêtres
- J'isole bien mon toit

### À SAVOIR

Une double vitre (isolante) permet de réduire les pertes de chaleur et d'économiser 10 % d'énergie.

### À SAVOIR

Une double vitre (isolante) permet de réduire les pertes de chaleur et d'économiser 10 % d'énergie.

### À SAVOIR

Une double vitre (isolante) permet de réduire les pertes de chaleur et d'économiser 10 % d'énergie.



# Économies d'énergie, des gestes qui comptent

## Le guide

Ce guide apporte des conseils et astuces pour réaliser des économies d'énergie en proposant des gestes simples pour modifier nos comportements, habitudes de consommation, et réduire nos factures d'énergies.

Format A5, 20 pages

### MOTS CLEFS :

Chauffage, eau chaude, cuisson, lavage, froid, éclairage, audiovisuel, eau

## L'exposition

Composition : 10 panneaux auto-portants (85 cm x 200 cm).

Le contexte énergétique  
La répartition des consommations  
Le chauffage et l'eau chaude  
La cuisson  
Le lavage  
Les appareils de froid  
L'éclairage  
L'audiovisuel  
L'eau  
Les Espaces Info-Energie



### Pourquoi des économies d'énergie ?

#### Un environnement en pleine mutation avec:

- Le changement climatique
- La raréfaction des énergies fossiles
- L'augmentation du prix de l'énergie

#### • Prix de la consommation de l'énergie



#### En Bretagne, une fragilité électrique croissante

- La production d'électricité en Bretagne couvre moins de 10 % de ses besoins
- Une difficulté à maintenir la tension sur tout le réseau pendant les pics de consommation hivernaux en heures de pointe

#### • Une dépendance énergétique forte



# Notre planète, notre climat, notre avenir énergétique

## Le guide

Sur la Terre, le soleil est la source fondamentale d'énergie : toutes les autres sources d'énergie en découlent, directement ou indirectement. Cette énergie est indispensable à la plupart de nos activités (déplacements, usages domestiques, agriculture, etc.). Ce guide présente des éléments sur la production et la consommation de cette énergie à différentes échelles ainsi que les impacts de son utilisation sur l'environnement.

Format A5, 24 pages

### MOTS CLEFS :

Énergies fossiles, énergies renouvelables, consommation, production, climat, négawatt

## L'exposition

Composition : 10 panneaux auto-portants (85 cm x 200 cm).

L'énergie, la vie

La production d'énergie dans le monde  
Consommation d'énergie dans le monde  
La situation française  
La Bretagne  
Énergie et climat

Qui rejette les gaz à effet de serre (GES) en France ?  
Conséquences environnementales  
Solutions énergies  
Les Espaces Info-Energie



Sur la Terre, le soleil est la source fondamentale d'énergie : toutes les autres sources d'énergie en découlent, directement ou indirectement.  
L'énergie est indispensable à la plupart de nos activités : transports, industrie, agriculture, usage domestique, etc.  
Depuis le début du 20<sup>ème</sup> siècle, nos besoins énergétiques ont été multipliés par 15.

**L'énergie se présente sous des formes très diverses**

Les énergies non renouvelables : une ressource **limitée**



Les énergies renouvelables : une ressource **illimitée**





# Construire une maison économe

## Le guide

Ce guide donne un aperçu des solutions innovantes, adaptées aux constructions d'aujourd'hui et de demain. Des évolutions réglementaires, en passant par la conception bioclimatique, jusqu'au choix des matériaux performants, il dévoile les chemins à suivre pour tendre vers des bâtiments à énergie positive.

Format A5, 24 pages

### MOTS CLEFS :

Règlementation thermique, conception bioclimatique, modes constructifs, isolants, isolation des parois vitrées, étanchéité, et demain...

## L'exposition

Composition : 10 panneaux auto-portants (85 cm x 200 cm).

Construire une maison économe  
La RT 2012, comment y arriver ?

Conception bioclimatique  
Conception bioclimatique

Les modes constructifs

Les isolants

Les isolants

L'isolation des parois vitrées

L'étanchéité à l'air

Les Espaces Info-Energie



Réglementations thermiques:  
le bâti évolue vers une plus  
grande performance

Les consommations d'énergie par m² ont été divisées  
par 6 depuis 1974...



1<sup>re</sup> réglementation thermique  
de 1974  
Consommation:  
300 kWh/m²/an.



RT 2005  
Consommation entre 110  
et 150 kWh/m²/an.



RT 2012  
Consommation:  
65 kWh/m²/an.



RT 2020  
Impact à énergie positive  
Consommation:  
-15 kWh/m²/an.

# Les équipements performants dans l'habitat

## Le guide

Lors du choix d'un équipement (chauffage, eau chaude sanitaire, ventilation...), beaucoup de possibilités s'offrent à nous. Quelles sont les technologies existantes ? Que faut-il savoir pour opter pour du matériel performant ?

Format A5, 24 pages

### MOTS CLEFS :

Ventilation, chauffage, eau chaude sanitaire, électricité renouvelable



## L'exposition

Composition : 10 panneaux auto-portants (85 cm x 200 cm).

Les équipements performants dans l'habitat

Ventilation performante

Chauffage central à eau chaude

Chaudières performantes

Pompes à chaleur

Chauffage indépendant au bois

Eau Chaude Sanitaire (ECS)

Eau Chaude Sanitaire

Electricité renouvelable

Les Espaces Info-Energie

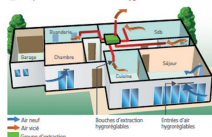


### La ventilation mécanique contrôlée (VMC)

Pour une maison performante et saine, il est indispensable d'opter pour une VMC.

Le principe consiste à évacuer l'air vicié des pièces humides (salles de bains, cuisine...) et à introduire de l'air neuf dans les pièces de vie.

Exemple d'installation d'une VMC hygro B



L'atmosphère à l'intérieur d'un bâtiment garantit l'efficacité de la VMC (sauf pour les VMC double-flux)

### ZOOM

Les moteurs des VMC consomment de l'électricité (24h/24). Choisissez une VMC à moteur basse consommation.

Exemples de consommations à l'année, en kWh :

Technologie des moteurs	Simple Flux Hygro	Double Flux
Basse consommation	70	333
Standard	193	1007



# La rénovation thermique

## Le guide

Ce guide permet de comprendre les différents aspects du confort thermique dans un bâtiment existant et propose des solutions techniques adaptées à chaque projet en ce qui concerne son enveloppe. Des murs à la toiture, en passant par le vitrage, il apporte des informations pour réussir un projet de rénovation performant.

Format A5, 24 pages

### MOTS CLEFS :

Isolants, inertie thermique, techniques d'isolation des murs et de la toiture, fenêtres

## L'exposition

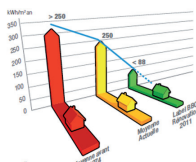
Composition : 10 panneaux auto-portants (85 cm x 200 cm).

La rénovation thermique  
Règlementation & confort thermique  
Qu'est-ce qu'un isolant ?  
Maîtriser la perméabilité à l'air et l'humidité  
Les techniques d'isolation  
Les techniques d'isolation des murs par l'extérieur  
Les techniques d'isolation des murs par l'intérieur  
Les techniques d'isolation de la toiture  
Vitrages et châssis  
Les Espaces Info-Energie



Rénover sa maison pour une isolation performante !

Diminution des besoins énergétiques au fil des ans  
Les réglementations thermiques successives ont permis l'amélioration des performances énergétiques des logements.



3 bonnes raisons de faire des économies d'énergie :

- l'épuisement des énergies fossiles
- l'augmentation du coût de l'énergie
- le changement climatique



Alors, réduisons nos besoins en énergie tout en augmentant notre confort de vie !

# Employés, employeurs, les éco-gestes au bureau

## Le guide

Un français passe environ 40 % de son temps journalier au travail, en tenant compte des durées de trajets depuis son domicile. Afin de réduire son impact sur l'environnement, comme à la maison, chacun doit être aussi écoresponsable au bureau. Ce guide recense conseils et astuces pour réguler les consommations d'énergie et de biens des différentes activités de bureaux.

Format A5, 24 pages

### MOTS CLEFS :

Papier, électricité, chauffage et climatisation, transports, déchets, eau, choix des produits, évènements, écowatt

## L'exposition

Composition : 10 panneaux auto-portants (85 cm x 200 cm).

Eco gestes au bureau

Le papier

L'électricité

Le chauffage

La climatisation

Le transport

Les déchets

L'eau

Les labels

Les Espaces Info-Energie



Un français passe environ  
40 % de son temps  
quotidien au travail, trajets  
domicile-travail compris

Au travail réduire son impact sur l'environnement,  
c'est faire des gestes simples :

- Employés et responsables sont concernés.
- Papier, électricité, chauffage, transport, déchets, eau  
sont des postes où nous pouvons agir facilement.

JE MAÎTISE MES  
CONSOMMATIONS,  
JE CHOISIS DES  
EQUIPEMENTS  
PERFORMANTS.





# Comment les obtenir ?

## Modalités d'emprunt des expositions

Ces guides et expositions peuvent être prêtés gratuitement aux collectivités, associations et écoles.

Contactez l'Espace INFO-ENERGIE de votre territoire (voir carte et coordonnées ci-dessus) pour en connaître les modalités.

Des fiches pratiques sont également à votre disposition.

Vous pouvez également les consulter sur notre site internet [www.bretagne-energie.fr](http://www.bretagne-energie.fr).

### ■ ALECOB

T 02 98 99 27 80  
alecob@wanadoo.fr

### ■ ALOEN

T 09 77 65 61 36  
info-energie.lorient@wanadoo.fr

### ■ ALE DU PAYS DE SAINT-BRIEUC

T 02 96 52 15 70  
info-energie@ale-saint-brieuc.org

### ■ ALEC DU PAYS DE RENNES

T 02 99 35 23 50  
infoenergie@ale-rennes.org

### ■ ENER'GENCE

T 02 98 33 15 14  
info.energie@energence.net

### ■ HEOL

T 02 98 15 18 08  
contact@heol-energies.org

### ■ QUIMPER CORNOUAILLE DÉVELOPPEMENT

T 02 98 10 42 52  
infoenergie@cornouaille.com

### ■ PAYS DE FOUGÈRES, PAYS DE VITRÉ, PORTE DE BRETAGNE

T 02 99 17 05 31  
infoenergie@pays-fougères.org

### ■ PAYS DE REDON - BRETAGNE SUD, PAYS DE PLOERMEL, CŒUR DE BRETAGNE

T 02 97 74 30 95  
eie@pays-redon.fr

### ■ PAYS DE BROCELIANDE

T 02 99 61 74 12  
infoenergie@pays-broceliande.fr

### ■ PAYS DE VANNES

T 02 97 26 25 25  
infoenergie@pays-vannes.fr

### ■ PAYS DU CENTRE BRETAGNE, PAYS DE PONTIVY

T 02 97 27 95 39  
infoenergie@pays-pontivy.fr

### ■ PAYS DE SAINT MALO

T 09 65 04 87 37  
paysdesaintmalo-infoenergie@orange.fr

### ■ PAYS DE DINAN

Ouverture en juin 2012

