

# BBC

guide d'utilisation  
**m**anière de vivre

## **Votre logement BBC**

Qu'est-ce que c'est ? p.1

## **Rération, étanchéité et température**

toutes les infos p. 3

## **Confort thermique**

Été, hiver, comment faire ? p.4

## **L'éclairage**

Comment récupérer 30% de lumière p.5

## **Appareils électriques**

Quelques astuces p.8

[www.lmmhabitat.com](http://www.lmmhabitat.com)

Le Mans  
Métropole  
**Habitat**



**m**anière de vivre

## BATIMENT BASSE CONSOMMATION

Guide d'utilisation



Construire et réhabiliter durablement...

**V**ous habitez désormais un logement BBC de LE MANS HABITAT qui a été conçu et mis en œuvre pour consommer peu d'énergie. Ce sont de nouveaux types de logements et vous pouvez en tirer bénéfice par :

- Une moindre consommation d'énergie, d'où des économies et une meilleure protection de l'environnement ;
- Une amélioration du confort thermique, avec des températures homogènes et une maîtrise de l'humidité de l'air.

**Le Label BBC (Bâtiment Basse Consommation) est un label officiel français qui a été créé par l'arrêté du 8 mai 2007 relatif au contenu et aux conditions d'attribution du label «Haute Performance Énergétique».**

**Il fixe une exigence énergétique maximale de 50 kwh/m<sup>2</sup>/an ep (équivalent pétrole).**

**Les consommations prises en compte dans le calcul concernent le chauffage, l'eau chaude sanitaire, la climatisation, l'éclairage et les systèmes de chauffage et de ventilation.**

**Grâce à ce label, et surtout une bonne utilisation de votre logement, vous pourrez réaliser d'importantes économies d'énergie.**

**Par conséquent, gardez à l'esprit que les résultats affichés, calculés selon les réglementations, sont généralement différents de ceux mesurés sur les compteurs qui intègrent votre comportement et d'autres critères (température réelle du chauffage...).**

**Voici quelques conseils simples et faciles à appliquer...**

## 1 - L'aération / la ventilation

Renouveler l'air de votre habitation est une nécessité vitale. L'aération de vos pièces est déjà réalisée grâce à la VMC (ventilation mécanique contrôlée). Sachez que 10 minutes maximum suffisent pour renouveler l'air d'une pièce : plus la température baissera, plus vous devrez consommer de l'énergie pour revenir à la température initiale.

La VMC fonctionne en continu, il ne faut jamais l'arrêter même en cas d'absence prolongée. Sa consommation en énergie est très faible comparée aux économies annuelles qu'elle permet.

**INFO :** nettoyer régulièrement les grilles des VMC et les systèmes de ventilation, et ne jamais les boucher.

## 2 - L'étanchéité de l'air

Votre logement BBC a été testé sur son étanchéité vis-à-vis de l'air extérieur.

**INFO :** Attention ! Faire des trous dans les murs extérieurs ou les plafonds risque de diminuer leur étanchéité ainsi que leur performance énergétique (Apparition de traces d'humidité ou de courants d'air froid, perturbation de la ventilation).

## 3 - Température de confort

**Températures idéales de confort :**

- salon : 19°
- chambre : 16°
- cuisine : 19°
- salle de bains : 21°



Le chauffage est géré grâce à un thermostat d'ambiance et vous pouvez aussi régler la température de vos pièces à partir de vos radiateurs. Pensez à couper le chauffage lorsque vous vous absentez (et mettre hors gel l'hiver) et à le baisser si vous vous absentez quelques heures.

**INFOS :** Au-dessus de 19°, l'augmentation d'un degré de la température de chaque pièce entraîne une augmentation moyenne de 7% de votre facture de chauffage.

La maintenance des systèmes de chauffage est essentielle : Rendez-vous disponibles lors du passage des techniciens mandatés par Le Mans habitat!

Évitez d'installer un chauffage d'appoint qui n'est normalement pas nécessaire et qui risque de modifier l'équilibre thermique de votre logement.

## 4 - Confort thermique

### EN ÉTÉ :

En journée, fermez vos fenêtres et volets pour conserver la fraîcheur dans votre logement. Au contraire la nuit, ouvrez pour laisser rentrer la fraîcheur naturelle.

### EN HIVER :

Ouvrez vos volets au maximum afin de faire pénétrer les rayons du soleil : c'est un apport d'énergie gratuit !

**INFO :** Évitez d'ouvrir vos fenêtres : Cela refroidit la pièce et génère des consommations supplémentaires d'énergie. La ventilation assure constamment une bonne qualité de l'air, extrait l'humidité et améliore le confort. Ouvrir quelques minutes sa fenêtre est néanmoins conseillé pour éliminer rapidement certaines odeurs, poussières ou polluants.

En RDC : Planter un arbre ou de la végétation à proximité du logement peut avoir des conséquences sur la performance thermique (température, consommations...) de votre logement et engendrer d'autres risques (effets des racines sur les fondations, tempêtes...). Par ailleurs, l'ombre portée peut avoir des effets positifs ou négatifs (Limitation des apports solaires en hiver, baisse des rendements des systèmes solaires).



## 5 - L'eau

### DANS LA SALLE DE BAINS :

Préférez la douche au bain, cela consomme moins d'eau (1 bain = 3 douches) et pensez à couper l'eau lorsque vous vous savonnez. Faites en de même lorsque vous vous rasez, brossez les dents, lavez les mains...

Faites tourner votre machine à laver à 30/40° (aussi efficace qu'à 60°) et préférez le mode économique ou ½ charge.

**INFO :** L'installation de dispositifs économiseurs d'eau est complémentaire à la production d'eau chaude fournie par les capteurs solaires. C'est un des moyens essentiels pour réduire

les consommations d'énergie. En effet les chauffe-eau solaires n'agissent pas sur les économies d'eau, mais sur les économies d'énergie et nécessitent un appoint de chaleur s'il y a trop de consommation ou pas assez de soleil.

Ne pas confondre énergie renouvelable et énergie infinie!



#### DANS LA CUISINE :

Si vous faites la vaisselle à la main, ne laissez pas couler l'eau et utilisez un bac ou une cuvette. Si vous utilisez le lave-vaisselle, remplissez-le à son maximum avant de le faire fonctionner, préférez la fonction économique aux programmes intensifs qui consomment environ 40% plus d'énergie et d'eau.

Avant de l'aménager, assurez-vous auprès de l'Office Public sur la possibilité de perçage des murs et sur les conditions d'installation d'une hotte. Optez pour une hotte à recyclage interne, en nettoyant et en changeant régulièrement les filtres. Pour aérer, vous avez aussi à votre disposition la double vitesse de la VMC (Ventilation Mécanique Contrôlée) ou l'ouverture (quelques minutes) de la fenêtre.

**INFO :** un lavage au lave-vaisselle est 5 fois plus économique qu'une vaisselle à la main !

## 6 - L'éclairage

L'éclairage est un élément indispensable au bon confort visuel. Plusieurs sources de moyennes puissances sont préférables à une seule de très forte puissance type halogène, très gourmande en énergie.

Quelques conseils pour dépenser moins :

Limitez les halogènes et préférez les ampoules basse consommation, LED ou fluo compactes qui seront certes plus chères à l'achat mais qui durent 5 fois plus longtemps et peuvent permettre d'économiser les 3/4 de leur consommation. Les ampoules fluo compactes sont équivalentes à un placement financier à 20% par an !

Éteignez la lumière lorsque vous quittez une pièce,

Dépoussiérez régulièrement les abat-jours et les ampoules, vous récupérez ainsi 30% de luminosité !

## 7 - Les appareils électroménagers

Choisissez dans la mesure du possible des appareils électroménagers peu énergivores, correspondant à l'étiquette énergie A ou A+ et dimensionnés correctement vis-à-vis des besoins, ce qui peut permettre d'économiser près de la moitié de ces consommations.

Un appareil de classe A sera plus cher à l'achat mais plus économique à l'usage.

**INFOS** : Sèche linge : Il est préférable de faire sécher le linge naturellement en extérieur lorsque c'est possible ou dans une pièce non chauffée et fortement ventilée : La consommation d'un sèche linge est de 1500 kWh par an !

Evitez les juxtapositions Four/froid en cuisine, sinon les deux appareils consomment plus !

## 8 - Les appareils en veille



Ne laissez pas vos appareils électriques en veille, éteignez-les (téléviseur, décodeur, antenne satellite, chaîne hi-fi, magnétoscope...).

**ASTUCE** : branchez tous vos appareils (de petite puissance : TV, hi-fi...) sur une multiprise munie d'un interrupteur, vous n'aurez ainsi qu'un seul bouton à activer pour allumer ou éteindre l'ensemble de vos appareils. Vous pourrez économiser jusqu'à 650 kWh/an, soit environ 75 euros.

**Si vous avez peur de ne pas penser à désactiver la multiprise tous les soirs pensez au boîtier de supervision** : Celui-ci coupe l'alimentation du téléviseur par exemple, lorsque l'on enfonce la touche Off de la télécommande. La sélection d'une chaîne à partir de la télécommande a pour effet de réenclencher l'alimentation électrique du téléviseur.



Le Mans  
Métropole  
**Habitat**

2017

[www.lmmhabitat.com](http://www.lmmhabitat.com)

Des équipes de professionnels à votre service\* :

**AGENCE des QUARTIERS SUD/VAUGUYON :**

1, boulevard des Glonnières.  
Accueil ouvert de 10h à 12h et de 14h à 16h30  
du lundi au vendredi, fermé le mardi matin.  
**Tél. 02 43 50 17 40**

**AGENCE des BORDS DE L'HUISNE :**

2 place des Sablons.  
Accueil ouvert de 10h à 12h et de 14h à 16h30  
du lundi au vendredi, fermé le mardi matin.  
**Tél. 02 43 50 28 10**

**AGENCE du CENTRE-VILLE :**

36-38 rue Gambetta.  
Accueil ouvert de 10h à 12h et de 14h à 16h30  
du lundi au vendredi, fermé le mardi matin.  
**Tél. 02 43 14 12 80**

**AGENCE COMMERCIALE :**

35 place des Comtes du Maine  
Accueil : lundi, mercredi et vendredi de 10h à 17h,  
le mardi et jeudi de 14h à 17h30  
**Tél : 02.43.52.07.07**

**SIEGE :**

37, rue de l'Estérel  
CS 85524  
72 055 Le Mans Cedex 2  
**Tél : 02 43 41 53 00**  
**Fax : 02 43 41 53 33**

[www.lmmhabitat.com](http://www.lmmhabitat.com)



Le Mans  
Métropole  
**Habitat**