

► Visite guidée de  
**VOTRE  
LOGEMENT**

Pour réaliser des économies  
d'énergie chez vous



**Mérignac**

Mérignac s'engage contre la précarité énergétique\* en repérant les publics concernés, en formant des donneurs d'alerte, en sensibilisant les habitants et en participant à des dispositifs d'aide pour améliorer les logements (Opération Programmée d'Amélioration de l'Habitat, Programme d'Intérêt Général).

En partenariat avec Bordeaux Métropole et son dispositif « Mon énergie Bordeaux Métropole », Mérignac est accompagnée par le Centre Régional d'Eco-énergétique d'Aquitaine dans la mise en œuvre de ces actions, dont le présent guide fait partie.

Ce guide pratique vous donnera les informations et contacts utiles près de chez vous pour améliorer vos usages au quotidien.

Les Mérignacais bénéficient, par ailleurs, de la plateforme locale de l'énergie « Ma Rénov Bordeaux Métropole » qui permet un accompagnement technique et financier des particuliers et une assistance tout au long de leurs projets (de la définition des projets et la mobilisation des aides financières à la mise en relation avec les professionnels du secteur).

\*En France, on considère que la précarité énergétique commence quand le taux d'effort des dépenses consacrées à l'énergie (électricité, gaz, eau chaude) est supérieur à 10 %.

## ► Sommaire

► Vous et votre logement	<b>p. 04</b>
• Je cherche un logement	p. 04
• Je signe un bail	p. 06
• Je rénove mon logement	p. 08
• J'emménage, je réaménage, je déco.	p. 10
► Quizz - Energie	<b>p. 12</b>
► Eau	<b>p. 14</b>
• Ma consommation d'eau	p. 14
• Fuite d'eau, de l'argent qui coule	p. 16
• Je pose des appareils économes en eau	p. 18
► Chauffage	<b>p. 20</b>
• Bien se chauffer	p. 20
• Chauffage d'appoint : bonne ou mauvaise idée ?	p. 22
• Que faire en cas d'humidité et de moisissures	p. 24
• J'ai chaud	p. 26
► Mes factures	<b>p. 28</b>
• Je vérifie ma facture	p. 28
• Le chèque énergie	p. 30
• Les compteurs communicants	p. 31
• Je choisis mon fournisseur d'énergie	p. 32
► Contacts et liens utiles	<b>p. 34</b>

## ► Je cherche un logement



## Bien choisir un logement... Des questions à se poser :

Le logement et son environnement	OUI	NON
Les magasins et services (écoles, médecin, poste ...) sont à proximité	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Des bus ou le tram sont à proximité	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Le voisinage semble peu bruyant	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Le logement est lumineux	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Le logement et la facture d'énergie	OUI	NON
J'ai accès au diagnostic de performance énergétique (obligatoire) ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Les fenêtres sont-elles en double-vitrage ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Les volets ferment-ils bien ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
J'ai vérifié qu'il n'y avait pas de courant d'air trop important au niveau des portes et fenêtres. (Pour le savoir, il me suffit de passer ma main autour des fenêtres et portes)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
J'ai vérifié qu'il n'y avait pas d'humidité ou de traces de moisissures dans le logement	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
La toiture a-t-elle été isolée il y a moins de 15 ans ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Les équipements de chauffage sont-ils récents ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

- Vous avez une majorité de « oui » ? Le logement vous plaît ? Signez !
- Vous avez une majorité de « non » ? Ce n'est peut-être pas le bon logement



## Je recherche un logement social

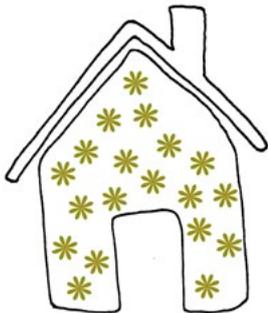
- Je fais une demande de logement social en ligne sur [demande-logement-social.gouv.fr](https://demande-logement-social.gouv.fr) pour tous les bailleurs sociaux de la Gironde.
- Si je suis déjà locataire d'un bailleur social, je peux aussi me rendre sur le site [www.bourselogementgironde.fr](https://www.bourselogementgironde.fr) et enregistrer ma demande. Il s'agit d'échanger son logement avec un autre foyer locataire de parc public.

## Je recherche un logement dans le parc privé

**Je cherche auprès des agences immobilières, annonces sur internet, applications, réseaux sociaux... ,  
Si je rencontre des difficultés à trouver un logement pour des raisons économiques et sociales,  
je peux contacter une Agence Immobilière à Vocation Sociale (AIVS) :**

- **AL PRADO**- 77 avenue du chateau d'eau- 33700 MÉRIGNAC- 05 57 22 75 80- [contact.aivs@alprado.fr](mailto:contact.aivs@alprado.fr)
- **SOLIHA**- 211 cours de la somme- 33800 BORDEAUX- 05 56 33 88 88

6 ▶ Locataire :  
je signe un bail



**A la signature du bail ou du contrat de location, certains documents me sont obligatoirement remis :**

- le contrat signé indiquant les montants du loyer et des charges,
- l'état des lieux précisant notamment les relevés des compteurs d'eau et d'énergie,
- le Diagnostic de Performance Energétique (DPE),
- en collectif, le règlement de co-propriété,
- si possible, les notices techniques des équipements du logement.

A ce moment, je repère où se trouvent mes différents compteurs (électricité, gaz naturel, eau). Je vérifie les relevés indiqués dans l'état des lieux.



## Les devoirs du propriétaire vis-à-vis du locataire

La première des obligations pour le propriétaire est de louer un logement décent.

S'il ne l'est pas ou s'il est trop petit, vous risquez de perdre les aides au logement (CAF, FSL, ...)

Si vous avez un doute, contactez :

- votre CAF : [caf.fr/allocataires/caf-de-la-gironde/accueil](http://caf.fr/allocataires/caf-de-la-gironde/accueil)

- ADIL 33 : 05 57 10 09 10

Pour en savoir plus, :

[service-public.fr/particuliers/vosdroits/N31059](http://service-public.fr/particuliers/vosdroits/N31059)

## Les devoirs du locataire vis-à-vis du propriétaire

Le locataire est tenu d'assurer l'entretien du logement et de faire les petites réparations telles que : remplacement des joints d'étanchéité, changer les carreaux cassés, changer les piles du détecteur de fumée, graissage des volets, purge annuelle des radiateurs, etc...

Pour connaître tous les droits et devoirs d'un locataire :

[service-public.fr/locataires/vosdroits/N19424](http://service-public.fr/locataires/vosdroits/N19424)

En tant que locataire, je dois fournir l'attestation d'assurance et ouvrir les compteurs d'énergie et d'eau à mon nom.

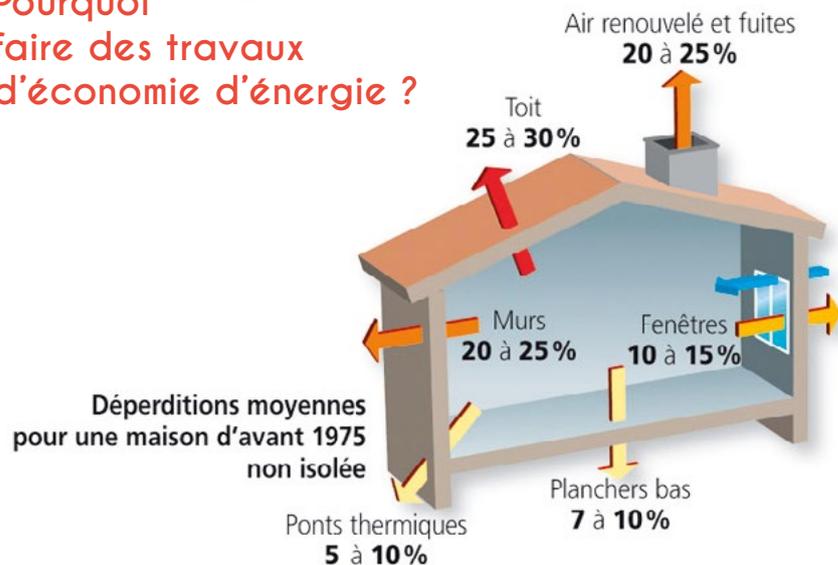
## Le saviez-vous ?

Lors de son départ, le locataire peut récupérer les éléments qu'il a installés (ampoules basses consommation, appareils économes en eau...)

► Propriétaire,  
je rénove  
mon logement



## Pourquoi faire des travaux d'économie d'énergie ?



- Pour diminuer mes consommations d'énergie tout en bénéficiant d'un confort plus important, en hiver comme en été.
- Pour éviter à mon logement de se dégrader et de perdre de la valeur.
- Parce que l'énergie coûte de plus en plus cher.

### Les avantages pratiques à faire des travaux au moment de l'achat:

- Le logement est encore vide
- Je peux négocier un prêt global : « achat + travaux »
- Réaliser ces travaux plus tard risque de coûter plus cher et sera plus contraignant.

## Les travaux, ça coûte cher. Il existe des aides financières.

Vos aides en tant que propriétaire occupant	Les aides directes	Les prêts	Les inclassables
<b>Sans condition de ressources</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• TVA à 5,5 %,</li><li>• Crédit d'Impôt Transition Energétique (CITE) de 30 %,</li><li>• Certificats d'Economies d'Énergie (CEE).</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Eco-Prêt à Taux Zéro (ECOPTZ),</li><li>• Les autres prêts (prêt sur Livret Développement Durable, prêts spécifiques des banques...).</li></ul>	<p>Je peux me faire accompagner par un Conseiller Info Énergie à Mérignac.</p> <p>Ce service est gratuit, neutre et objectif.</p>
<b>Avec condition de ressources</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Aides ANAH : Programme «Habiter Mieux»,</li><li>• Aides des différentes collectivités notamment Programme d'Intérêt Général PIG, Bordeaux Métropole/ Ville de Mérignac.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Prêt Habitat Durable du Conseil Départemental de Gironde,</li><li>• Les autres prêts (prêt d'accession sociale, le prêt à l'amélioration de l'habitat de la CAF...).</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Chèque Énergie,</li><li>• Chèque Eau (par le CCAS).</li></ul>

**Pour en savoir plus sur toutes les aides**, je contacte le dispositif Mon Énergie Bordeaux Métropole :  
05 40 13 02 19- [monenergie@bordeaux-metropole.fr](mailto:monenergie@bordeaux-metropole.fr) ou l' Espace Info Énergie de Mérignac : 05 57 95 97 04



### Le saviez-vous ?

Si je suis locataire, je peux avec l' accord du propriétaire réaliser des travaux de rénovation énergétique et bénéficier d'aides financières telles que l'isolation à 1€, le crédit d'impôts, ...

► J'emménage,  
je réaménage,  
je décore



## Pour un logement confortable

- J'installe mes meubles de façon à profiter de la lumière naturelle : je ne tourne pas le dos à la lumière. C'est bénéfique pour ma santé et c'est une énergie gratuite !
- Si possible, je n'installe pas le réfrigérateur/congélateur à côté du four, du radiateur ou d'une baie vitrée.

## Pour passer un bon hiver

- Je pose des rideaux lourds et épais devant les fenêtres/portes,
- Je ne couvre pas les radiateurs avec une étagère ou un rideau et je n'installe pas de meuble devant quand je chauffe,
- S'il y a trop de courants d'air, je pose des bas de porte et des joints de calfeutrement. C'est facile à installer !

# Astuce



## Recette de nettoyeur écologique :

simple, efficace, économique, plus sain.

### MATÉRIEL

- Un vaporisateur
- Un chiffon microfibre

### INGRÉDIENTS

- Vinaigre blanc non parfumé
- Eau

### PRÉPARATION

1. Remplir un vaporisateur à moitié de vinaigre et à moitié d'eau,
2. Pulvériser les surfaces et laisser agir si besoin,
3. Essuyer avec un chiffon microfibre.

### USAGES

Nettoie, dégraisse et désinfecte la cuisine et les sanitaires, les vitres, les miroirs et les sols

Source : « les écomatistes- l'entretien écologique de la maison » réalisé par le Département de la Gironde

## La qualité de l'air dans mon logement : j'y pense !

**Attention aux produits que j'utilise car l'air intérieur peut être plus pollué que l'air extérieur. Exemples de pollutions intérieures :**

- Les peintures et meubles nouveaux peuvent être très toxiques (composants...),
- Les produits d'entretien ménager,
- La cigarette,
- Les animaux.

**Il existe des logos environnementaux comme :**



Pour fabriquer soi-même ses produits d'entretien, demandez conseil à l'association « **Les z'héros du déchet** » de Mérignac, créée par 50 familles du quartier Mérignac-Arlac : [zerodechet.merignac@gmail.com](mailto:zerodechet.merignac@gmail.com)



# ▶ QUIZZ Energie



## LAVE-LINGE/LAVE-VAISSELLE

▶ Q1- Pour le lave-linge, si vous choisissez un cycle à 40° plutôt qu'à 90°, vous consommez :

1.  La même chose
2.  2 fois moins d'électricité
3.  3 fois moins d'électricité

▶ Q2- Qu'est-ce qui consomme le plus d'électricité dans un cycle de lave-linge ?

1.  Le chauffage de l'eau
2.  Le rinçage
3.  L'essorage

▶ Q3- La meilleure utilisation de votre lave-vaisselle est :

1.  Rincer la vaisselle au robinet avant de la mettre dans le lave-vaisselle
2.  Utiliser la touche ECO
3.  Attendre que votre lave-vaisselle soit rempli avant de le lancer

## CUISINE

▶ Q4- Si votre casserole est plus petite que la plaque de cuisson :

1.  Vous gaspillez de l'énergie
2.  Cela ne change rien
3.  Vous consommez moins d'énergie

▶ Q5- En couvrant vos casseroles pendant la cuisson :

1.  Vous consommez moins d'énergie
2.  Vous gagnez du temps
3.  Cela ne change rien

▶ Q6- Pour éviter que votre réfrigérateur ne consomme trop d'électricité :

1.  Vous dépoussiérez 1 à 2 fois par an les grilles à l'arrière
2.  Vous le videz quand vous partez en vacances
3.  Vous l'installez près d'une source de chaleur

## ECLAIRAGE

- ▶ Q7- Quel est l'éclairage le plus économe en électricité ?
1.  L'ampoule basse consommation ou fluocompacte
  2.  La LED
  3.  La lumière naturelle

## VEILLES DES APPAREILS

- ▶ Q8 - Sur une année, la consommation française des appareils laissés en veille (télévision, ordinateur, lecteur DVD, four à micro-ondes...) correspond à :
1.  L'éclairage de 1 000 foyers
  2.  L'éclairage de 50 000 foyers
  3.  La production annuelle d'une tranche de centrale nucléaire
- ▶ Q9- Sur une année, la veille des appareils électriques représente (hors chauffage, eau chaude et cuisson) :
1.  C'est négligeable
  2.  5% de la consommation
  3.  10% de la consommation

## EAU CHAUDE SANITAIRE

- ▶ Q10- A quelle température doit être réglée votre eau chaude :
1.  Entre 40°C et 45°C
  2.  Entre 50°C et 55°C
  3.  Entre 60°C et 65°C

- ▶ Q11- Quelle est la température idéale pour une douche ?
1.  26°C/27°C
  2.  37°C/38°C
  3.  47°C/48°C

## LE CHAUFFAGE

- ▶ Q12- Augmenter la température de son logement de 1°C va augmenter la consommation de chauffage de :
1.  1%
  2.  7%
  3.  15%

## ENERGIE

- ▶ Q13- Qu'est-ce qui consomme le plus d'électricité en un an dans un logement ?
1.  L'éclairage
  2.  Les équipements de loisirs (informatique, télévision, ...)
  3.  Le lave-linge
- ▶ Q14- Quelle est la meilleure de toutes les énergies ?
1.  L'électricité
  2.  Le gaz naturel
  3.  Celle que l'on ne consomme pas

▶ VOIR LES RÉPONSES P.35

## ► Ma consommation d'eau



Nombre de personnes dans le foyer



1 pers.	< 35 m <sup>3</sup>	35 m <sup>3</sup> à 50 m <sup>3</sup>	> 50 m <sup>3</sup>
2 pers.	< 50 m <sup>3</sup>	50 m <sup>3</sup> à 65 m <sup>3</sup>	> 120 m <sup>3</sup>
3 pers.	< 90 m <sup>3</sup>	90 m <sup>3</sup> à 120 m <sup>3</sup>	> 120 m <sup>3</sup>
4 pers.	< 110 m <sup>3</sup>	110 m <sup>3</sup> à 160 m <sup>3</sup>	> 160 m <sup>3</sup>

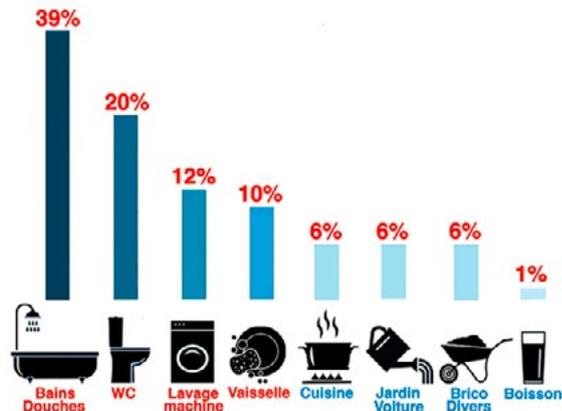
## Et vous, combien consommez-vous d'eau par an ?

Votre consommation annuelle est normalement indiquée sur vos factures.

## La qualité de l'eau

L'eau potable est le produit alimentaire le plus contrôlé (63 critères de qualité). L'analyse de votre eau est consultable sur les panneaux dans le hall de la Mairie.

Le chlore est utilisé pour garder l'eau potable pendant son transport dans les canalisations. Pour éliminer le goût du chlore, laissez reposer l'eau quelques heures avant de la boire.



## Quels gestes pour économiser l'eau ?

	Je le fais déjà	Je vais essayer pendant 1 semaine	J'ai essayé 1 semaine et je vais continuer
Pour la vaisselle à la main, je rince en utilisant une bassine plutôt que de laisser l'eau couler en continu			
Je garde l'eau de lavage des légumes pour arroser les plantes			
J'arrête l'eau en me lavant les dents			
Je coupe l'eau quand je me savonne			
Je limite mes douches à 5 minutes			
Je lance les appareils de lavage quand ils sont pleins			
J'arrose les plantes le soir			
Je mets du paillage au pied des plantes pour garder l'humidité			

## Le saviez-vous ?

### Le prix de l'eau est très différent d'une ville à l'autre

En moyenne, l'eau du robinet coûte **100 fois moins cher** que l'eau en bouteille.

1 personne doit boire 1,5 l d'eau par jour, cela coûte par an :

- ~ 2 € avec l'eau du robinet
- ~ 190 € en bouteille

Sans compter le plastique des bouteilles, qui pollue, et l'effort pour amener les bouteilles chez soi. Pensez à recycler les bouteilles grâce aux collectes des bacs verts (tri sélectif).



► Fuite d'eau :  
de l'argent  
qui coule !



**En cas de fuite d'eau, je suis responsable,  
je répare ou fais réparer immédiatement**

Coût des fuites sur 1 an :

A Mérignac, cela  
représente environ :

1 robinet qui goutte = 35m<sup>3</sup>/an  
(autant que la  
consommation d'1 pers.)

**4 000 X**



125€ /an

1 filet d'eau au robinet = 140m<sup>3</sup>/an  
(autant que la  
consommation de 5 pers.)

**93 000 X**



500€ /an

1 chasse d'eau qui fuit =  
50 m<sup>3</sup>/an à 220 m<sup>3</sup>/an

**33 000 à  
147 000 X**



780€ /an

## Pour détecter une fuite :

Je relève mon compteur avant de m'absenter du logement.

En revenant (au moins 4 h après), je relève à nouveau l'index de mon compteur. Si les chiffres noirs ont changé, il y a une fuite !

Je fais réparer dès que possible.



## Le saviez-vous ?

### La loi « Warsmann »

Depuis 2013, cette loi permet le plafonnement des factures d'eau en cas de consommation anormale, due à une fuite exceptionnelle.

Pour en savoir plus, contacter le fournisseur d'eau.

## Le remplacement des joints

Tous les 2 ou 3 ans, il faut remplacer les joints usagés, ils peuvent créer des fuites. Leur remplacement est à la charge de l'occupant.

► Je pose des  
appareils  
économés  
en eau



## Sur mes robinets, je pose des mousseurs économes

Ils coûtent entre 5€ et 15€, sont rentabilisés en moins de 6 mois et sont faciles à installer.

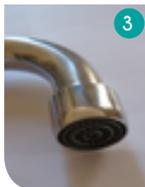


- Je dévisse la bague au bout du robinet,
- J'enlève l'ancien joint et le mousseur.

S'il y a du calcaire, j'utilise du vinaigre blanc. Je peux aussi utiliser une pince à condition de protéger mon robinet avec un chiffon.



- J'installe le nouveau mousseur dans la bague,
- Je pose le joint sur le mousseur.



Je revisse la bague au bout du robinet.

## Le saviez-vous ?

Tous les robinets sont équipés de mousseurs. Mais ces derniers ne sont pas forcément économes.

Le principe pour qu'ils soient économes, c'est qu'ils ajoutent de l'air à l'eau.

**Un mousseur standard : 12 l. d'eau en 1 min. ; Un mousseur économe : 7 à 9 l. d'eau en 1 min.**

## Sur ma douche, je pose un réducteur de débit



Je dévisse le flexible de mon robinet



- Je visse le réducteur de débit douche à la sortie du robinet,  
- Je n'oublie pas le joint.



Je revisse le flexible.

## Le saviez-vous ?

**Pour l'entretien,** Je nettoie mes mousseurs et le réducteur de débit en les faisant tremper dans du vinaigre blanc. Sinon, des bactéries s'installent et cela peut être dangereux pour la santé.



## Pour en savoir plus

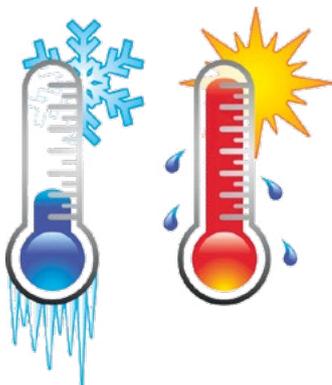
Les appareils économes s'achètent dans les grandes surfaces et les magasins de bricolage. Le débit doit être indiqué en litres/min sur l'emballage.

### Quel débit choisir ?

- Robinets : 6 à 8 litres / min,
- Douche : 9 à 10 litres / min.

Je peux économiser jusqu'à 30 % de ma consommation, sans perdre de confort !

► Bien  
se chauffer



**La température d'un logement doit être  
entre 18°C et 21°C.**

**Au-dessus de 21°C, attention à la santé et à la facture**

- Les moisissures prolifèrent dans une ambiance chaude, humide et mal aérée,
- 1°C de plus, c'est 7% de plus sur la consommation.

**En-dessous de 18°C, attention également à la santé et à l'humidité**

- Un air froid favorise le développement de maladies comme la rhinite, l'asthme, ...
- un logement mal chauffé sera humide, ce qui peut aussi amener des moisissures.

## Comment régler la température de mon chauffage ?

Avant tout, s'équiper d'un thermomètre !

Il existe différentes façons de réguler la température de votre logement en hiver.

- Si vous n'avez pas de thermostat, réglez individuellement chaque radiateur.
- Si vous avez un thermostat d'ambiance, prenez le temps de lire la notice. Le thermostat va régler la température de votre logement. S'il est en plus programmable, adaptez-le pour chauffer quand vous êtes présent.

N'hésitez pas à vous faire aider par :

- votre chauffagiste,
- votre bailleur ou l'agence,
- votre voisin, ...

## Le saviez-vous ?

Attention, la température ne fait pas tout. Vous pouvez être chauffé correctement et avoir froid. A cela, plusieurs raisons, notamment :

- courants d'air,
- humidité,
- mauvaise isolation du logement,
- sédentarité.

## Astuces

*je réduis les courants d'air avec :*

- un bas de porte pour les portes donnant sur l'extérieur, un couloir, cage d'escalier ou un garage ... ,



- des joints de calfeutrement au niveau des fenêtres et des portes d'entrée,
- des rideaux épais devant les portes et les fenêtres.

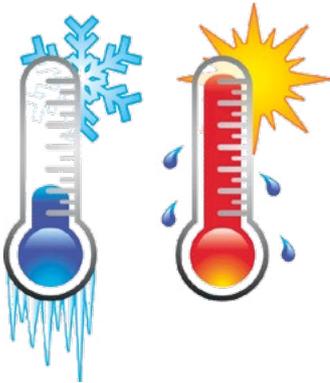


**Je ne calfeutre pas mon logement, il doit être aéré, c'est important pour évacuer l'humidité et l'air pollué !**

Un air humide provoque une sensation de froid. Ce qui oblige à chauffer plus.

► Chauffage d'appoint : bonne ou mauvaise solution ?

22



**BONNE, à condition que ce chauffage d'appoint soit une solution temporaire**

- Pour chauffer un petit espace,
- En attendant de pouvoir chauffer tout son logement à une température décente avec un chauffage adapté.

**MAUVAISE, car :**

Le prix des énergies est très variable. Attention donc quand vous achetez votre chauffage d'appoint.

**Exemple pour chauffer une pièce :**

- chauffage d'appoint au gaz naturel €
- radiateur électrique €€
- poêle à pétrole €€€



## Les appareils à combustion, comme les poêles, peuvent être dangereux :

- Emanation de polluants que l'on ne détecte pas toujours,
- Risque d'incendie : ne jamais laisser un appareil de combustion en marche la nuit ou pendant que l'on s'absente,
- Production de vapeur d'eau, qui accentue les problèmes d'humidité et peut produire des moisissures.



## Le saviez-vous ?

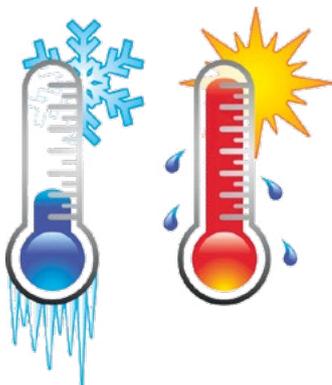
3354 intoxications et accidents dus au monoxyde de carbone ont été enregistrés lors de la campagne de chauffe 2016–2017 en France. Pour la Nouvelle Aquitaine, 303 personnes ont été exposées au monoxyde de carbone en 2017 et 179 ont été intoxiquées. C'est en Gironde que le nombre d'épisodes signalés a été le plus important. Au total, 3 personnes sont décédées.

**En cas d'utilisation de combustible pour poêle, pensez à déposer vos bidons vides à la déchetterie locale :**

155 Avenue des Marronniers- 33700 Mérignac.

▶ Que faire en cas d'humidité et de moisissure ?

24



### 3 causes possibles à l'humidité :

- condensation due à une ventilation insuffisante (notamment dans les salles d'eau, les cuisines, les WC, voire les tuyaux d'eau froide) ou une température basse dans le logement,
- remontées capillaires des façades non étanches,
- fuites et autres infiltrations d'eau venant des fondations, du toit, de la plomberie ou suite à une inondation.

Il existe plus de 270 espèces de moisissures dans nos logements. Attention, elles ne sont pas toujours visibles. Elles peuvent se développer à l'intérieur des murs ou sur la face cachée des carrelages ou des plafonds.

## Comment éviter la présence de moisissures ?

- Surveillez les fuites d'eau,
- Aérez chaque pièce 10 mn par jour,
- Nettoyez les bouches de ventilation régulièrement. Ne les bouchez pas et entretenez la VMC,
- Évitez de faire sécher le linge à l'intérieur,
- N'arrosez pas trop vos plantes d'intérieur et vérifiez qu'il n'y ait pas de moisissures sur la terre.

## Que faire en cas de moisissures ?

Si la surface totale est inférieure à 1 m<sup>2</sup>, vous pouvez les nettoyer vous-même avec du vinaigre blanc pur, de l'eau javellisée ou de l'eau oxygénée. En ayant pris la précaution de vous protéger avec :

- des lunettes de sécurité,
- un masque anti-poussières jetable adapté, capable de filtrer les particules fines,
- des gants de protection étanches (gants à vaisselle).

Des tutoriels peuvent vous aider sur le site [azae.com/la-vie-facile/comment-nettoyer-les-moisissures/](http://azae.com/la-vie-facile/comment-nettoyer-les-moisissures/)

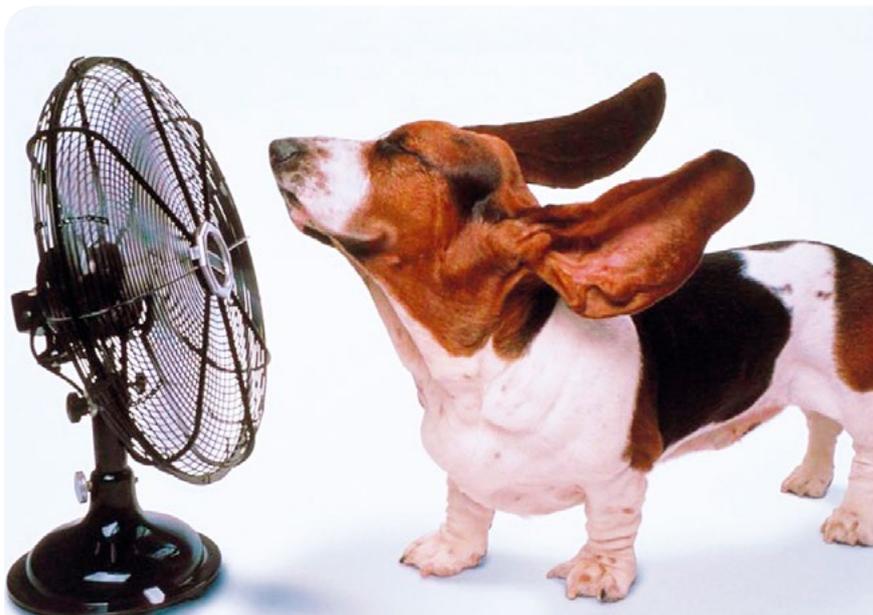
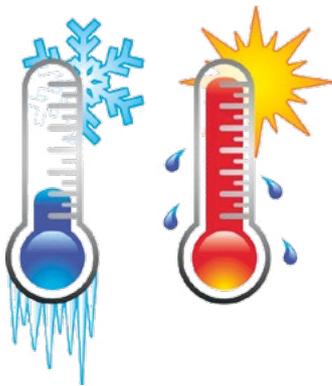
## Le saviez-vous ?

L'humidité favorise les moisissures. Celles-ci dispersent dans l'air ambiant des particules respirables qui peuvent, dans certains cas, entraîner des problèmes de santé : affaiblissement du système immunitaire, apparition d'allergies, d'asthme ou de difficultés respiratoires (rhinites, bronchites...).

En France, on estime à 19 millions d'€ le coût annuel sur la santé des effets d'une mauvaise qualité de l'air intérieur.



► J'ai chaud !



## Trucs et astuces pour éviter la climatisation en été

Pour conserver une agréable fraîcheur chez vous, plusieurs solutions sont possibles :

- Vous pouvez fermer les volets en journée,
- Dès qu'il fait plus chaud dehors que dedans, fermez aussi les fenêtres,
- La nuit, s'il fait plus frais dehors, ouvrez les fenêtres et créez des courants d'air,
- Posez des stores ou brise-soleil orientables. Les protections placées à

l'extérieur sont de loin les plus efficaces. Elles vous protègent de la chaleur tout en laissant passer la lumière,

- Pour rafraîchir l'air, arrosez les plantes et la terrasse ou le balcon le soir. Attention, respectez les consignes de restriction en période de sécheresse,
- Humidifiez votre logement en pulvérisant de l'eau sur les rideaux et en disposant des bouteilles d'eau gelées devant le ventilateur.

## Le saviez-vous ?

Les appareils électroménagers (surtout les réfrigérateurs et les congélateurs) et l'éclairage produisent aussi de la chaleur.

Équipez-vous d'appareils économes en énergie et de lampes basse consommation, vous diminuerez les apports de chaleur tout en allégeant votre facture d'électricité.



**Si je suis propriétaire, je choisis mon isolant en pensant au confort d'été et j'aménage mon jardin :**

- marquise, brise-soleil,
- végétation/arbre, arbuste protection/ombre.

## Des erreurs sur les factures d'énergie et d'eau : ça arrive !

### Vérifiez votre facture d'énergie et d'eau

Quand vous recevez une facture, comparez l'index de votre compteur avec celui indiqué sur la facture.

S'il n'y a pas d'erreur de relevé mais que votre consommation a augmenté ou que votre facture vous paraît élevée, contactez un conseiller Mon énergie Bordeaux Métropole :  
05 40 13 02 19

Attention aux factures estimées !



► Je vérifie ma facture



## Le saviez-vous ?

Vous devez laisser l'accès à votre compteur au moins une fois par an.

## Si je constate une anomalie

- je contacte le service client de mon fournisseur d'énergie ou d'eau,
- je contacte un conseiller Mon énergie Bordeaux Métropole si j'ai besoin d'aide pour lire ma facture,
- je rencontre un travailleur social si j'ai besoin d'aide pour contacter mon fournisseur d'énergie.
  
- En cas de litige avec mon fournisseur d'énergie, je contacte le médiateur national de l'énergie : <http://www.energie-info.fr/Fiches-pratiques/Reclamations-et-litiges/Que-peut-faire-le-mediateur-national-de-l-energie-pour-moi>
- En cas de litige avec mon fournisseur d'eau, je contacte le médiateur de l'eau : <http://www.mediation-eau.fr/>



## Après vérification, s'il n'y a pas d'erreur :

- J'adapte mes paiements avec mon fournisseur d'énergie ou d'eau,
- Je peux aussi rencontrer un travailleur social et si je n'en connais pas, je contacte la mairie qui m'orientera en fonction de ma situation.

### Que peut faire le travailleur social pour m'aider ?

- il vérifie si je suis éligible au Chèque Energie ou au Chèque Eau,
- il peut faire une demande d'aide financière, si nécessaire, auprès du FSL (Fonds Solidarité Logement), CCAS, Caisses de retraite, mutuelles, etc...

## Le chèque énergie est une aide au paiement des dépenses d'énergie.

Il peut être utilisé pour le règlement d'une facture d'énergie : électricité, gaz naturel, fioul, bois, GPL, chauffage urbain... ou pour payer des travaux de rénovation énergétique du logement. Il remplace depuis 2018, les anciens tarifs sociaux de l'énergie TPN et TSS et est adressé automatiquement aux ménages éligibles.

N'oubliez pas d'envoyer les attestations fournies avec le chèque énergie à tous vos fournisseurs afin de profiter des autres avantages : gratuité de mise en service, interdiction de réduction de puissance en hiver, abattement sur les facturations de déplacement, ...

Source : Guide pratique des marchés de l'électricité et du gaz naturel, Le médiateur national de l'énergie

## ► Le chèque énergie



AVEC LE CHÈQUE ÉNERGIE, L'ÉTAT ACCOMPAGNE LES MÉNAGES À REVENUS MODÊTES POUR PAYER LEURS DÉPENSES D'ÉNERGIE

**MODE D'EMPLOI POUR LES BÉNÉFICIAIRES**

- Solidaire**  
Le chèque énergie est attribué SOUS CONDITIONS DE RESSOURCES.
- Simple**  
Le chèque énergie est envoyé une fois par an au domicile du bénéficiaire. IL N'Y A AUCUNE DÉMARCHÉ À ACCOMPLIR pour le recevoir (il suffit seulement d'avoir fait sa déclaration de revenus aux services fiscaux l'année précédente).
- Juste**  
Le chèque énergie permet de payer des factures pour TOUT TYPE D'ÉNERGIE du logement : électricité, le gaz mais aussi le fioul, le bois... et certains travaux de rénovation énergétique.

Pour en savoir plus :  
[chequeenergie.gouv.fr](http://chequeenergie.gouv.fr)  
ou le 0 805 204 805  
(Service et appel gratuits)

## Le saviez-vous ?

Attention, le chèque énergie n'est pas un chèque bancaire. Il n'est pas encaissable auprès d'une banque.

Tous les fournisseurs sont tenus d'accepter le chèque énergie comme mode de règlement.

## ► Les compteurs communicants



## Les compteurs communicants

L'ensemble des compteurs est en cours de remplacement par des compteurs de nouvelle génération, Linky pour l'électricité et Gazpar pour le gaz naturel. Ils sont appelés « communicants », « évolués » ou encore « intelligents ».

Source : Guide pratique des marchés de l'électricité et du gaz naturel, Le médiateur national de l'énergie

Pour en savoir plus :

### Linky

sur [compteur-linky.com](http://compteur-linky.com) ou au 0 800 054 659 (service et appel gratuit)

### Gazpar

sur [grdf.fr/dossiers/gazpar-le-compteur-communicant](http://grdf.fr/dossiers/gazpar-le-compteur-communicant) ou au 09 69 36 35 34- rubrique Gazpar (N° non surtaxé).



Linky



Gazpar

## Le saviez-vous ?

Vous pouvez créer des comptes en ligne sur les sites d'Enedis et de Régaz pour suivre vos consommations quotidiennes, horaires ou plus fines. Vos données ne sont pas transmises à des tiers sans votre autorisation.

- Electricité : <https://espace-client-connexion.enedis.fr>

- Gaz : <https://www.myregaz.com/login>

A Mérignac, la pose des compteurs Gazpar n'a pas encore été réalisée.

- Je choisis mon fournisseur d'énergie électrique et gaz naturel

32



## Depuis 2007, il existe deux types de tarifs

### 1. Les tarifs réglementés, dits historiques :

- Tarif fixé par l'Etat,
- 1 seul opérateur pour l'électricité : EDF,
- A Mérignac, l'opérateur pour le gaz naturel est Gaz de Bordeaux.

### 2. Les tarifs libres proposés par tous les fournisseurs.

### Si je décide de changer de fournisseur :

- Je peux le faire quand je le souhaite, sans délai,
- C'est gratuit. La seule démarche est de souscrire le nouveau contrat. L'ancien est alors résilié automatiquement. Attention toutefois, certains fournisseurs facturent des frais d'ouverture.
- Je n'ai pas besoin de changer de compteur.

Changer de fournisseur n'annule pas les impayés chez l'ancien fournisseur

### Pour choisir, je compare les offres :

- prix de l'énergie et son évolution dans le temps
- service clientèle : disponibilité et facilité de les joindre, coût éventuel ...
- modalités de paiement
- coûts annexes éventuels : résiliation, frais d'impayés ...

Attention aux options qui vous sont proposées, demandez-vous si elles sont bien utiles.

## Astuces

Avant de changer de fournisseur, renseignez-vous :

- Auprès d'un Espace Info Energie,
- Sur le site du médiateur de l'énergie qui compare les différentes offres :  
<http://www.energie-info.fr/Fiches-pratiques/Je-change-de-fournisseur/Je-souhaite-changer-de-fournisseur>

## Le saviez-vous ?

Vous pouvez être démarché à domicile. Nous vous conseillons de ne jamais signer sur le moment et de bien réfléchir. N'hésitez pas à contacter un Conseiller Info Energie (page 34).

Vous avez 14 jours pour changer d'avis après signature.

Vous êtes toutefois engagé dès votre accord oral si vous demandez une mise en service dans un délai réduit.

Soyez prudent, un accord oral peut vous engager.

En cas de litige, contactez au plus tôt le médiateur de l'énergie : [http://www.energie-mediateur.fr/saisir\\_le\\_mediateur/saisir\\_mode\\_demploi.html](http://www.energie-mediateur.fr/saisir_le_mediateur/saisir_mode_demploi.html)



# Contacts et liens utiles

---

## ACTEURS DE L'ÉNERGIE ET DU LOGEMENT :

Dispositif « Mon énergie Bordeaux Métropole »  
monenergie@bordeaux-metropole.fr  
05 40 13 02 19

Espace Info Énergie de Mérignac  
Sur rendez-vous, Maisons des Associations,  
55, av. du Maréchal-de-Lattre-de-Tassigny,  
33700 MÉRIGNAC  
05 57 95 97 04 (CREAQ)

ADIL 33  
Agence Départementale d'Information  
sur le Logement :  
105, av. Emile Counord, 33300 BORDEAUX  
05 57 10 09 10

## ACTEURS SOCIAUX :

CCAS de Mérignac  
Mairie - 60, av. du Maréchal-de-Lattre-de-Tassigny  
33700 MÉRIGNAC - 05 56 55 66 55

Pôle territorial de solidarité  
de la porte du médoc  
(Maison des Départements des Solidarités):  
419, av. de Verdun, 33700 MÉRIGNAC  
05 56 12 13 90

CAF de Mérignac  
Immeuble le France,  
73, avenue du Château d'Eau  
33700 MÉRIGNAC

## LES MAISONS DES HABITANTS ET LES MAISONS DE QUARTIER

ARLAC  
**Arts et Loisirs d'Arlac**  
Place de la Chapelle Sainte-Bernadette  
05 56 99 55 33  
contact@artsetloisirsarlac.fr  
www.artsetloisirsarlac.fr

BEUTRE  
**Centre Social de Beutre**  
210, avenue de l'Argonne  
05 56 34 02 68  
csbeutre@wanadoo.fr

LE BURCK  
**Centre Social du Burck**  
Château du Burck  
Rue du maréchal Foch  
05 56 45 18 07  
csburck@wanadoo.fr

CAPEYRON  
**Le Puzzle**  
Rue Jean Giono  
05 56 12 17 80  
Puzzle.administratif@orange.fr

LA GLACIÈRE  
**Amicale Laïque de la Glacière**  
56, rue Armand Gayral  
05 56 96 62 65  
www.algmerignac.fr

CENTRE-VILLE  
**MJC Centre-Ville**  
15, avenue Roland Dorgelès  
05 56 47 35 65  
contact@mjcmerignaccentre.fr  
www.mjcmerignaccentre.fr

LES EYQUEMS  
**Domaine de fantaisie**  
8, rue de la Tour de Veyrines  
05 56 97 98 52  
domainedefantaisie@orange.fr  
www.domainedefantaisie.com

CHEMIN-LONG  
**MJC CLAL**  
132, avenue de la Somme  
05 56 34 43 72 - clal33@wanadoo.fr  
www.clal33.fr

BOURRANVILLE  
**MJC CL2V**  
Rue Érik Satie (Bordeaux)  
05 56 97 40 00 - mjc.cl2v@wanadoo.fr  
www.mjccl2v.com

BEAUDÉSERT  
**Centre Social de Beaudésert**  
102, allée de l'envol  
05 56 34 10 63  
csbeaudesert@wanadoo.fr

Ce guide a été réalisé par le CREAQ - 33-35 rue des Mûriers- 33130 BÈGLES  
Tél : 05 57 95 97 04 - Courriel : asso@creaq.org - Site Web : www.creaq.org

Graphisme et mise en page [www.le-bal-des-petits-pois.com](http://www.le-bal-des-petits-pois.com)

Reproduction totale ou partielle interdite.

## RÉPONSES QUIZZ

### ▶ Q1- Réponse 3

Le cycle à 40° consomme 3 fois moins d'énergie qu'un cycle à 90°.

### ▶ Q2 – Réponse 1

80% de la consommation d'électricité d'un lave-linge sont utilisés pour chauffer l'eau

### ▶ Q3 – Réponses 2 et 3

Les programmes «éco» permettent de réduire la consommation jusqu'à 45% par rapport au programme intensif.

### ▶ Q4- Réponse 1

Bien choisir le feu adapté à mon ustensile

### ▶ Q5- Réponses 1 et 2

Je consomme en moyenne 20% d'énergie en moins et je gagne jusqu'à 30% de temps

### ▶ Q6 – Réponse 1

La grille arrière doit être dépoussiérée régulièrement, deux fois par an environ. La poussière et la saleté accumulées peuvent être à l'origine de 30% de l'électricité consommée par l'appareil.

Un réfrigérateur consomme plus lorsqu'il est vide, donc si l'on s'absente et qu'on ne peut pas le couper, il vaut mieux le remplir de saladiers remplis d'eau pour occuper de l'espace.

Un réfrigérateur ne doit surtout pas être à côté de la plaque de cuisson/four ou d'un radiateur. Il faut éviter aussi de la placer en plein soleil. Tout cela le fait surconsommer.

### ▶ Q7 – Réponse 3

### ▶ Q8 – Réponse 3

### ▶ Q9 – Réponse 3

### ▶ Q10- Réponse 2

En dessous de 47°C, il y a des risques de légionellose, au-dessus de 60°C, des risques de brûlures

### ▶ Q11 – Réponse 2

### ▶ Q12 – Réponse 2

### ▶ Q13 – Réponse 2.

Les appareils de loisir (informatique et audiovisuel) représentent 34,5% de la consommation électrique d'un logement (hors cuisson, chauffage, eau chaude)

### ▶ Q14 – Réponse 3

L'énergie la moins coûteuse et la moins polluante est celle que l'on ne consomme pas

La Ville de Mérignac remercie les différentes structures qui ont participé aux réflexions menées autour de la lutte contre la précarité énergétique : Bordeaux Métropole, FSL, CAF, MDSI, Pôle Territorial de Solidarité Porte du Médoc, InCité, Gironde Habitat, Domofrance, Mésolia, Gaz de Bordeaux, Ag2R la Mondiale, Amicale Laïque de la Glacière, Services de la Ville (CCAS, hygiène et sécurité, cohésion sociale, médiation sociale, développement durable) et le CREAQ.



**Mérignac**