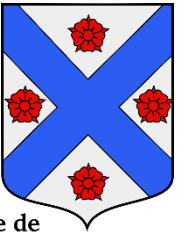




**AGEDEN**

Votre partenaire énergie-climat  
*en Isère*



Commune de  
**Laval-en-Belledonne**

26/01/24

Laval-en-Belledonne

**Rénover en sobriété,  
c'est pas sorcier !**

**Info**  
**Énergie**  
en Isère

# L'AGEDEN

Association pour une GEstion Durable de l'Énergie

- OBJECTIF

- Conseiller et accompagner différents publics en Isère dans la maîtrise de l'énergie (sobriété, efficacité, EnR)

- ACTIONS

- Sensibilisation, formation, accompagnement de projets pour
  - les particuliers,
  - les collectivités,
  - les professionnels de la rénovation énergétique,
  - les entreprises du secteur privé,
  - les bailleurs sociaux, etc.
- Animation en milieu scolaire



Date de création : 1977



Siège : Saint-Martin d'Hères  
Antenne Nord Isère : Bourgoin-Jallieu



# Le service Info Énergie 38



Le service INFO ÉNERGIE 38 apporte un conseil de proximité gratuit, neutre et indépendant ainsi qu'un accompagnement personnalisé sur les économies d'énergie et les énergies renouvelables.

Service mis en œuvre en Isère par deux structures :



Accompagnement sur les aspects techniques et financiers, pour tous types de projets... d'un poste simple jusqu'aux rénovations globales

Service Info Énergie 38 • 04 76 14 00 10 •  
[www.infoenergie38.org](http://www.infoenergie38.org)

## Dispositif Rénov'énergie

### • Conseil téléphonique

- Conseil technique ou aides financières
- Au 0801 902 138
- [renovenergie@le-gresivaudan.fr](mailto:renovenergie@le-gresivaudan.fr)

### • Permanences Info Energie

- Permanences à Crolles chaque mercredis matin
- Permanence mensuelle à Pontcharra le 4ème vendredi matin du mois
- Permanence mensuelle à Saint-Ismier le 2ème vendredi matin du mois
- Sur rendez-vous au 0801 902 138

## Le chemin DE LA RÉNOVATION ÉNERGÉTIQUE



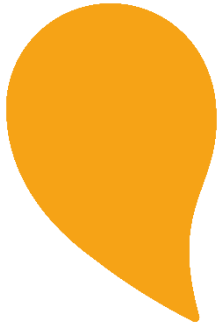
# La sobriété énergétique, qu'est-ce que c'est ?

La sobriété énergétique est une démarche qui vise à réduire les consommations d'énergie par des changements de comportements, de mode de vie et d'organisation collective (moins usage de la voiture, alimentation plus locale...).



On réfléchit à nos besoins

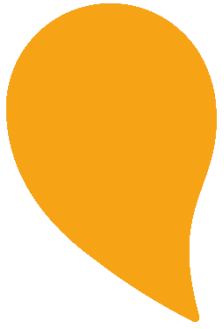
A ne pas confondre avec l'efficacité



# Quiz : sobriété et efficacité



Nuances et complémentarité !



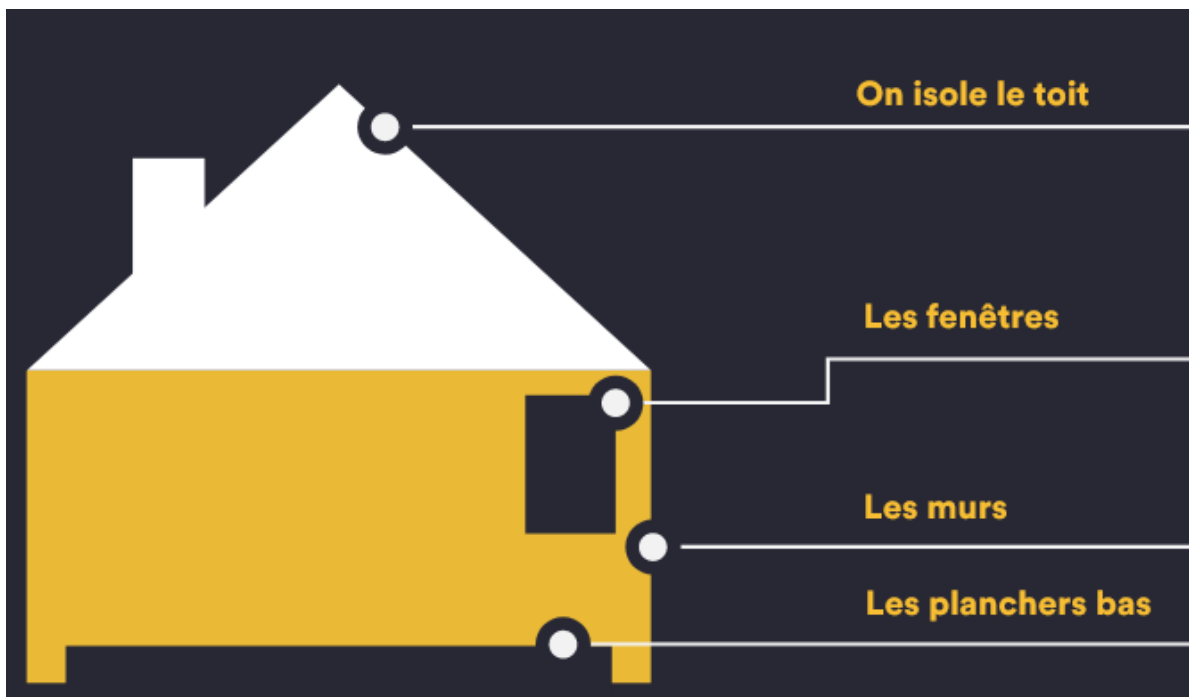
# Rénovation et sobriété énergétique :



solutions différentes mais complémentaires

# La rénovation énergétique c'est...

## Isolation du logement et mise en place de systèmes adaptés



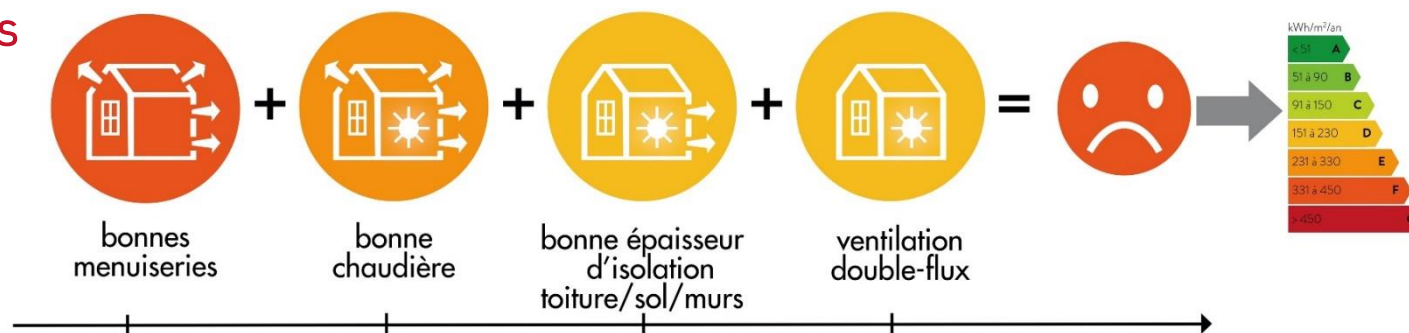
Source : ADEME, Infographie « Comment mieux se chauffer ? »



# L'intérêt de la rénovation globale

Isolation de l'ensemble du bâtiment et mis en place de systèmes adaptés, vision globale et coordination entre les postes

## Rénovation par étapes



## Rénovation globale



Source : Dorémi



# Les limites de l'efficacité énergétique

- L'effet rebond

Exemple de température de confort :

- Avant travaux : 19°C
- Après travaux : 21°C

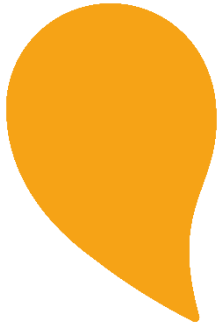


- Le prix

- Investir dans une rénovation globale performante, ce n'est pas donné à tout le monde !

- La disponibilité des artisans, des matériaux

- Délais de chantier trop lointains, l'hiver qui approche...



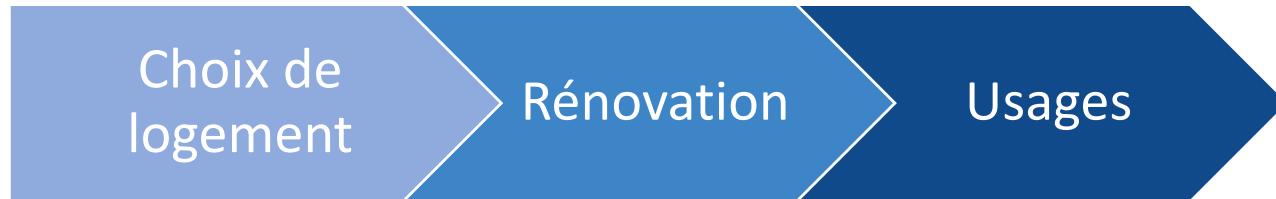
# La sobriété énergétique ...



... dans un projet de rénovation énergétique



# La sobriété dans un projet de rénovation



Grille d'analyse :

- Identifier nos besoins/services essentiels
- Prioriser en fonction de ces besoins





# La sobriété dans un projet de rénovation



- Emplacement : distance travail/école/centres intérêt et servitude de transports en commun
- Surfaces chauffées/non chauffées par habitant nécessaires, mise en place d'espaces multifonctions
- Aménagements : type de logement, espaces / services individuels ou partagés? (jardin, piscine, poubelles, machine à laver, etc.)





# La sobriété dans un projet de rénovation



- Définition des espaces qui seront rénovés
- Sobriété des matériaux, techniques et outils nécessaires
- Equipements



# La sobriété dans un projet de rénovation

Choix de  
logement

Rénovation

Usages

- **Définition des espaces qui seront rénovés**

- Réduire les besoins de chauffage : identifier et lister les pièces non chauffées

Exemple : buanderie, couloir d'accès au RDC, grenier, garage, atelier

- Isolation des volumes chauffés par rapport au reste

Exemple : ne pas isoler les murs extérieurs du garage ni changer la porte de garage, mais plutôt isoler le mur entre le garage et le logement

- Si surface ajoutée : évaluer des solutions d'habitat léger ou d'aménagement des surfaces déjà existantes

Exemple : aménagement des combles, garage, extension bois sur pilotis

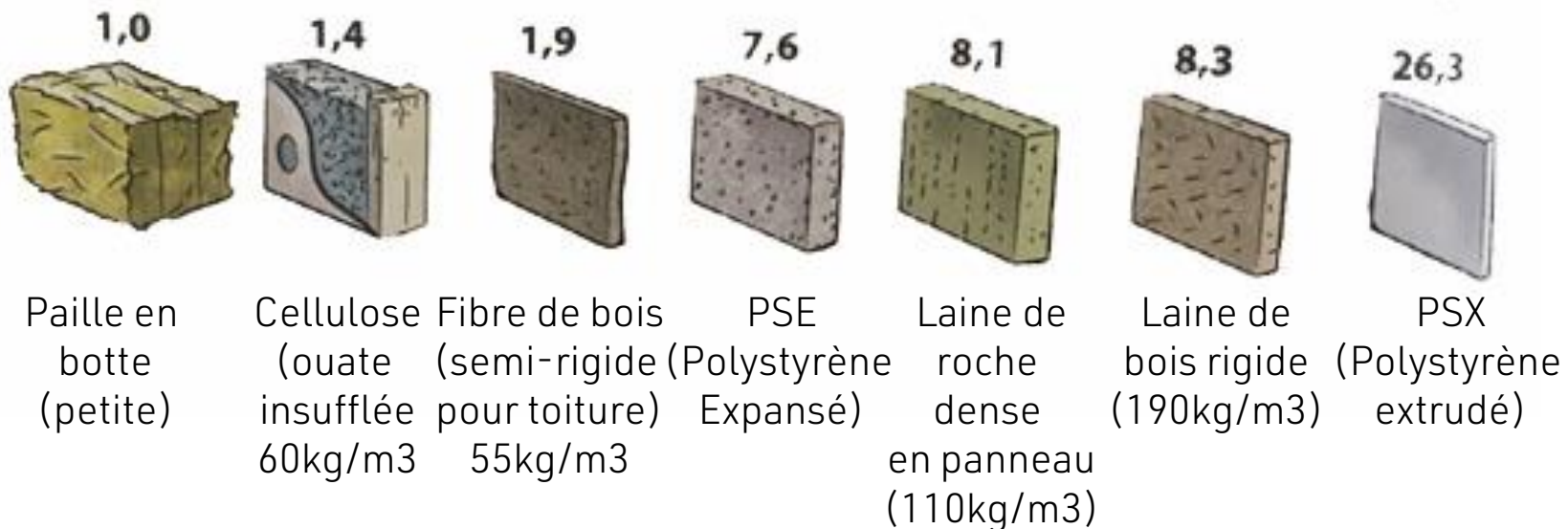


# La sobriété dans un projet de rénovation

- Sobriété des matériaux, techniques et outils nécessaires

- Choix des matériaux :

- peu transformés, locaux, réversibles
    - matériaux dont la « fin de vie » est simple à gérer (compostable, litière pour animaux, paillage de cultures, etc.)
    - ou issus du ré-emploi !



# La sobriété dans un projet de rénovation



1. Photo : Laine de verre dégradée, sans frein-vapeur



2. Photo : Frein-vapeur correctement posé

- **Sobriété des matériaux, techniques et outils nécessaires**

- Durabilité des solutions et recyclage des matériaux posés:
  - Un isolant mal posé (pas au bon endroit, ni au bon moment, avec une technique inadaptée) peut se dégrader très rapidement
  - Choix d'entreprises locales



# La sobriété dans un projet de rénovation

- **Sobriété des équipements**

- Dimensionnement des systèmes (ballon ECS, chauffage...)
  - Besoin ECS « classique » (= sans se questionner 😊) : 50L/ jour /personne
- Solutions low-tech (toilette sèche, mobilier de récup ou d'occasion, eau pluviale ou eaux « grises » pour les toilettes, etc.)
- Maîtriser les besoins de confort d'hiver :
  - Système de chauffage bien régulé et programmé
  - Eviter des systèmes de grande complexité
- Gestions du besoin de confort d'été :
  - Solutions sobres : occultations, casquettes solaires, sur-ventilation nocturne...
  - Solutions énergivores : climatisation



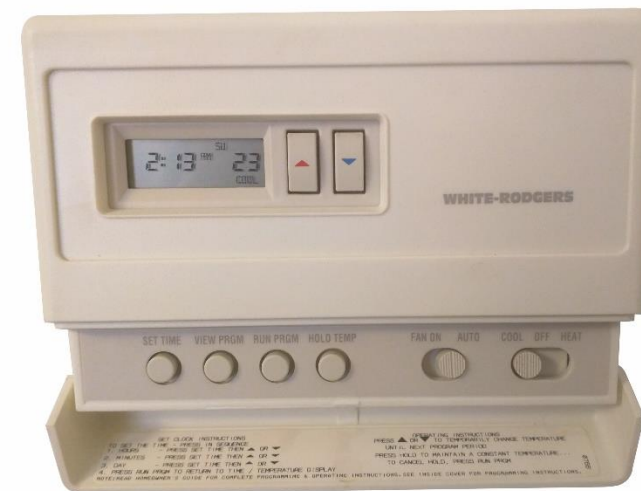
# La sobriété dans un projet de rénovation

Choix de logement

Rénovation

Usages

- Prise en main du logement rénové pour limiter l'effet rebond :
  - Les « éco-gestes »
  - Programmation et régulation :  
« la bonne température, au bon moment, au bon endroit »
  - Entretien et réparation



**Efficacité** : installation de tête thermostatique et d'un thermostat d'ambiance

**Sobriété** : utilisation pour avoir une température adaptée aux besoins



# La sobriété dans un projet de rénovation

- **Électricité spécifique**

La consommation d'électricité résidentielle a été multipliée par 6 depuis les années 1970 !

Proposition de jeu : lister les équipements électriques du logement...

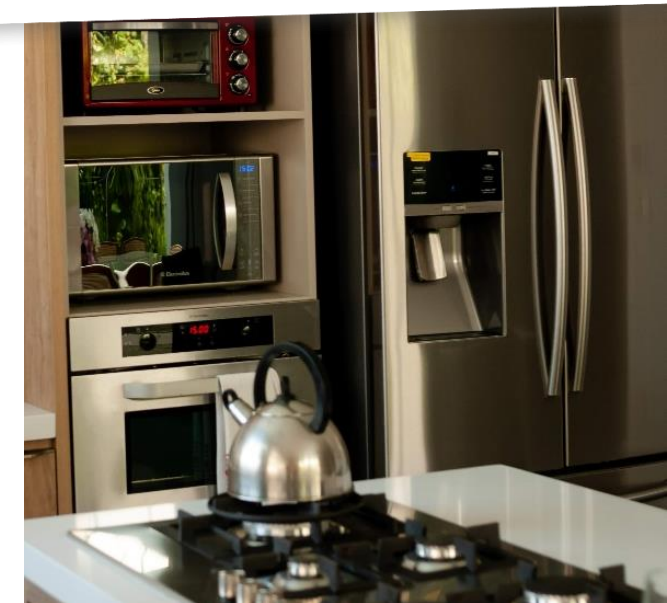
- Mettre en face leur usage (régulier, une fois par an, etc.)



- **En complément :**

- Sobriété numérique
- Désencombrement, tri, consommation durable, et plus si affinités...

Conférence "Rénover en sobriété, c'est pas sorcier !"





## Pour conclure

La rénovation énergétique permet de réduire nos consommations énergétiques, nos émissions de GES, augmenter notre confort...mais les résultats vont encore plus loin quand on intègre la sobriété à l'ensemble du projet.

**La sobriété énergétique, c'est avant tout une démarche**, une manière d'aborder un problème : apprendre à tirer le maximum de son (futur) logement en interrogeant nos besoins.

**La sobriété énergétique** vise à réduire les consommations d'énergie par **des changements de comportement, de mode de vie et d'organisation collective**. La démarche de sobriété s'étend au delà du domaine du bâtiment : alimentation, consommation des biens, etc..





# Info Énergie

en Isère

**Merci pour votre attention !**



Vous allez prochainement recevoir une enquête de satisfaction, merci de bien vouloir y répondre.

# Info Énergie

en Isère

Siège :  
14 avenue Benoît Frachon  
38400 Saint-Martin-d'Hères



Antenne Nord-Isère :  
4 avenue Ambroise Genin  
38300 Bourgoin-Jallieu



04 76 14 00 10

[www.infoenergie38.org](http://www.infoenergie38.org)



# Ressources

- **Sobriété**

- Vidéo Info Energie en Isère : [J'économise en chauffage mais pas en confort](#)
- Espace Documentation EIE38 : <https://www.infoenergie38.org/documentation/>
- Enquête du site d'information Reporterre sur la sobriété : <https://reporterre.net/Sobriete-energetique-la-solution-oubliee-l-enquete-de-Reporterre>
- Etude « Faire sa part » du cabinet Carbone 4 : <https://www.carbone4.com/publication-faire-sa-part>
- Défi Rien de Neuf : <https://riendeneuf.org/>
- ADEME, transitions 2050 : <https://transitions2050.ademe.fr/generation-frugales>

- **Rénovation énergétique**

- Vidéo Info Energie en Isère : [Je change ma chaudière fioul](#)
- Espace Documentation EIE38 : <https://www.infoenergie38.org/documentation/>
- Livre : La construction écologique - Jean Claude Mengoni. Ed: Terre Vivante

- **Autres**

- Impact transport quotidien: <https://monimpacttransport.fr/>
- Pollution numérique : du clic au déclic , infographie ADEME : <https://www.qqf.fr/infographie/69/pollution-numerique-du-clic-au-declic>
- Livre : Famille en transition écologique - Jérémie Pichon. Ed: Thierry Souccar