

depuis trente ans en raison de l'amélioration de la qualité de vie, du confort des ménages (congélateur, sèche-linge) et de l'accroissement des appareils électroménagers (lecteur DVD,

l'audiovisuel 20 %. En 2008, le chauffage représentait toutefois 70 % des dépenses d'énergie dans l'habitat et l'eau chaude sanitaire 10 %.



même quand l'appareil n'est plus connecté. En débranchant ces prises, vous optimisez également la durée de vie de l'équipement.



221984100

à s'être engagées dans un concours organisé par l'Asder visant à optimiser sa consommation en bois, gaz, électricité...

# Le défi des économies d'énergie

**P**as écologiste pour un sou, Nicolas Guret, 29 ans, vient d'arriver à Chambéry lorsqu'il entend parler du concours "Familles à énergie positive". On est en 2010. Il trouve la démarche intéressante et y voit l'occasion de faire de nouvelles connaissances dans la métropole chambérienne. « Vu qu'on venait juste d'emménager, on n'avait pas de consommation de référence, alors ma copine et moi sommes devenus capitaine d'une équipe. »

Multiprise avec interrupteur, ampoules basse consommation : même si leurs résultats ne peuvent pas être pris en compte, le couple joue le jeu.

## « On se pose des questions sur sa consommation »

Et même si avec 13 % d'économie d'énergie au total, son équipe ne finit pas sur le podium, là n'est pas le souci, dit-il. « L'intérêt du concours, c'est qu'on en vient à se poser des questions qu'on ne se posait pas avant sur notre consommation d'énergie au quotidien. En fait, comme les investissements sont interdits, on apprend essentiellement à supprimer le gaspillage. »

Cette année, il rempile. « Cette fois-ci, on joue vraiment. Au début je ne pensais pas le refaire parce qu'on avait quand même déjà bien diminué notre consommation. Mais quand on a su qu'on pouvait choisir son équipe cette année, j'ai essayé de former un petit groupe dans mon entreprise. » Six de ses collègues ont accepté, et forment aujourd'hui une équipe très motivée et bien décidée à marier l'utile à l'agréable. « On se fait une soirée au restaurant la semaine prochaine pour discuter de la stratégie qu'on va mettre en place. » Et l'année prochaine ? « Je pense qu'après cette année, ce sera difficile de diminuer plus notre consommation donc nous ne participerons sans doute pas. Mais je continuerai à suivre l'évolution de mes compteurs. »

Jessica SONTAG



L'équipe, composée entre autres de Catherine Rolland, Yves Thores, Frédéric Girard, Éric Gervasoni, Nicolas Guret et Béatrice Thores, a bien l'intention de l'emporter cette année. Photo DL/Thierry GUILLOT

## « Consommer moins, c'est archi-facile »

« Une belle expérience, conviviale, innovante et récréative ». Habitant de Saint-Cassin, Vincent Laguillaumie se remémore avec plaisir sa participation au défi "Familles à énergie positive" en 2009. Il était le capitaine d'une équipe de six familles. Ce qui l'a poussé à participer à l'aventure, dit-il, « c'est la curiosité » : « On avait le sentiment d'être déjà vertueux en place. » Et l'année prochaine ? « Je pense qu'après cette année, ce sera difficile de diminuer plus notre consommation donc nous ne participerons sans doute pas. Mais je continuerai à suivre l'évolution de mes compteurs. »

nomie d'énergie, c'est archi-facile. »

Sa femme et ses cinq enfants âgés à l'époque de 8 à 15 ans, avaient pourtant relevé le défi avec plus ou moins de conviction. « Les petits ont bien joué le jeu. Les deux plus grands regardaient ça d'un œil un peu lointain. Au début ils me disaient : "Papa, tu nous soûles avec ton concours", raconte le père de famille. « Et puis finalement c'est rentré dans les mœurs. »

« Les conseillers de l'Asder nous ont expliqué qu'un appareil même éteint consommait de l'énergie, alors on a installé des multiprises avec un interrupteur et le soir on coupait tout. » La famille ins-

talle aussi des ampoules à basse consommation, veille à éteindre les lumières lorsqu'il n'y a personne dans une pièce et utilise la bouilloire électrique pour faire chauffer l'eau des pâtes.

## « 16 °C dans les chambres, on s'habitue »

Au rez-de-chaussée, c'est une chaudière à bois qui réchauffe la maison. En la réglant différemment Vincent Laguillaumie améliore son rendement. Résultat : moins de stères consommées et plus besoin de recourir au chauffage au gaz à l'étage. « Il faisais 16 °C dans les chambres. Ça n'est pas chaud mais on s'ha-

bitue. » Et les éco-gestes, qu'ils ont mis en place pendant ces six mois, sont restés depuis. « On a remplacé des habitudes par d'autres, mais ce sont quand même des habitudes », rigole-t-il.

En mordu des économies d'énergie, Vincent Laguillaumie refait le concours cette année « en off » : « Je compare mes relevés de consommation avec ceux de 2009. Jusqu'à présent, je me rends compte que je consomme plutôt moins. » Avec ce concours, l'Asder espère ancrer des habitudes économes en énergie. Avec la famille Laguillaumie, le pari est réussi.

J.S.

## LES ÉCOGESTES FACILES



### La douche ? Oui

La douche co- deux à quatre fr d'eau qu'un bain condition qu'elle dure cinq minut douche de dix n équivalent à un b pourquoi il faut en pommeau de débit réduit qui rien au confort mais qui perme d'économiser 5

### Bien choisir son réfrigérateur

Un réfrigérateur classé "A ++" consomme 45 % d'énergie en moins qu'un matériel de classe A ! C'est une économie estimée à 25 € par an et à 375 € sur la durée de vie de l'appareil ! A savoir qu'un congélateur "coffre" consomme 15 % de moins qu'un appareil

### La veille au goût

Un téléviseur fonctionne qua reste souvent 20 heures resti Pendant ce ten consomme l'éco annuel de 146 l 16 € pour reste D'autres appar gourmands en l'ordinateur, le et même l'affic tables à induct



### Le chauffage au degré près

Au-delà de 20 °C, chaque degré suppléme en moyenne 7 % sur la facture. Dans un logé isolé, on estime le confort suffisant à 19 °C e conseillé de dormir avec une température de placé, un thermostat permet de réduire la fa 15 %.

## Ils vont coacher les familles tout l'hiver



L'équipe des capitaines désignés pour donner des conseils aux 150 familles et les motiver à poursuivre les efforts.

Les "capitaines" d'équipe se sont retrouvées, samedi, à Chambéry, à la Maison des énergies. Ils seront chargés, pendant tout l'hiver, de "coacher" les familles volontaires de leur groupe. Des informations et conseils leur ont été don-

nés afin que tous atteignent l'objectif des 8 % d'économie sur leurs factures énergétiques. De nombreux sujets ont été abordés : les enjeux énergétiques d'un tel défi, les "100 éco-gestes" pour économiser de l'énergie à la mai-

son, la gestion des relevés de compteurs sur le site internet dédié au défi, l'utilisation d'un économètre pour mesurer la consommation des appareils domestiques...

Le 1<sup>er</sup> décembre, premier relevé des compteurs !

Jusqu'au 31 décembre 2011

**C'EST LE MOMENT D'EN DEMANDER PLUS.**

IBIZA SC  
TDI 75 CH  
REFERENCE COPA

**9 990 € TTC\***  
sous condition de reprise

+ Crédit Auto  
3,9%<sup>TAEG</sup>

- Air conditionné
- Système Bluetooth®
- Jantes alliage 15"
- Autoradio CD MP3
- Régulateur de vitesse



Crédit auto au taux annuel effectif global fixe de 3,9% sur 36 mois : 147,23 € par mois pour 5 000 € empruntés sur 36 mois. Montant total dû pa 5 300,28 €. Offre valable sur toute la gamme SEAT sauf Ibiza Entry du 01/12/2011 au 31/12/2011. Un crédit vous engage et doit être remboursé par capacités de remboursement avant de vous engager. (1) Offre non cumulable avec toute autre offre en cours, réservée aux particuliers et valable dans le réseau SEAT métropolitain, pour toute commande passée et livrée du 1<sup>er</sup> au 31 décembre 2011, d'une SEAT Ibiza SC REFERENCE COPA 1.2 TDI 75 ch neuve, déduction faite d'une re de 2 000 € TTC, du bonus écologique de 400 € pour l'achat de ce véhicule émettant jusqu'à 110 g de CO<sub>2</sub>/km, et de la prime de reprise SEAT prenant la forme d'une remise de 980 € TTC, sous condition de reprise simultanée de votre ancien véhicule de plus de 10 ans (conditions détaillées chez les distributeurs SEAT participant ou sur www.seat.fr), Ibiza SC REFERENCE COPA 1.2 TDI 75 ch au prix conseillé - au tarif du 07/10/11 - de 10 840 € (avec option peinture métallisée Tribu à 650 € TTC incluse), remise, bonus et re réserve d'acceptation du dossier par SEAT Bank division de Volkswagen Bank GMBH - SARL de droit allemand - Capital social : 318 279 200 € - Succursale France : Paris Nord Nations 93420 Villepinte - RCS Bobigny 451 618 904 et après expiration du délai légal de rétractation. Montant total minimum du crédit 2 500 €. Taux débiteur fixe : 2,52% - M d' : 5 300,28 € dont 100 € de frais de dossier (2% du montant financé) et hors assurances facultatives. Assurance emprunteur facultative Décès Incapacité perte d'emploi : à p montant s'ajoute à la mensualité en cas de souscription. Ibiza SC REFERENCE COPA 1.2 TDI 75 ch : consommation mixte (l/100 km) : 3,8. Émissions de CO<sub>2</sub> (g/km) : 99.

**JeanLain**  
AUTOMOBILES

ALBERTVILLE  
04 79 32 16 46

CHAMBÉRY  
04 79 68 33 35

ST JEAN DE MNE  
04 79 64 26 63

Points Services  
AIX LES BAINS 04 79 34 80 00  
PONTCHARRA 04 76 97 30 93

www.jeanlain.com