

Comment garder son logement frais en été ?



À l'heure où les vagues de chaleur sont de plus en plus fréquentes et intenses, comment préserver la fraîcheur chez vous ? Effectuer les bons gestes au bon moment est indispensable pour rafraîchir votre logement. Stopper les rayons du soleil, aérer et capter la fraîcheur la nuit sont les clés d'un logement confortable 24 h / 24.

Les bons gestes à adopter cet été

1. Bloquez la chaleur à l'extérieur

La première règle est de limiter au maximum l'entrée de la chaleur dans le logement.

- **Fermez volets et stores en journée**

Les fenêtres sont les principales sources de chaleur. Fermez les volets, stores ou rideaux dès que le soleil tape sur une façade. Les volets roulants sont particulièrement efficaces.

- **Créez de l'ombre à l'extérieur**

Installez des auvents, des brise-soleils, ou plantez des végétaux autour de vos ouvertures. Les arbres à feuillage caduc sont idéaux : ombrage l'été, soleil l'hiver !

- **Limitez les surfaces qui emmagasinent la chaleur**

Les surfaces en béton ou en pierre autour de la maison accumulent la chaleur et la diffusent la nuit. Privilégiez les matériaux clairs ou végétalisés pour les terrasses et les allées.

2. Optimisez l'isolation de votre logement

- **Une bonne isolation = moins de chaleur qui entre**

L'isolation des murs et surtout de la toiture joue un rôle clé. Une maison bien isolée garde mieux sa fraîcheur, tout en étant plus confortable l'hiver aussi.

- **Pensez aux couleurs claires pour les façades**

Lors d'un ravalement, optez pour des teintes claires : elles réfléchissent mieux les rayons du soleil qu'une façade foncée.

3. Rafraîchissez l'intérieur naturellement

- **Aérez la nuit, tôt le matin ou tard le soir**

Lorsque l'air extérieur est plus frais que l'intérieur, ouvrez grand pour ventiler et refroidir naturellement les murs et les sols.

- **Fermez tout dès que la température extérieure grimpe**

En journée, gardez les fenêtres fermées pour conserver la fraîcheur accumulée.

- **Brassez l'air pour plus de confort**

Un ventilateur ne rafraîchit pas l'air mais améliore la sensation de fraîcheur. Pour plus d'effet, placez un linge humide devant : l'évaporation capte de la chaleur.



Avec un ventilateur de plafond, la température ressentie **EST ABAISSÉE DE 2 à 3 °C**

Source : ADEME, Résilience : adaptation des bâtiments au changement climatique, 2023

- **Végétaliser l'extérieur pour faire de l'ombre et apporter de la fraîcheur**

Les végétaux à feuilles caduques (qui tombent en automne) procurent un agréable ombrage en été et ne masquent pas le soleil en hiver. De plus, les plantes entretiennent, par évapotranspiration, une confortable ambiance de fraîcheur. L'idéal est de favoriser les espèces mellifères qui produisent pollen et nectar pour les abeilles : érable plane, châtaignier, griottier, noisetier, menthe, lavande, sauge, romarin, fenouil... Elles favorisent la biodiversité et donc les espaces naturels en ville, qui limitent les effets d'îlot de chaleur.

4. Et si la climatisation devient nécessaire...

La climatisation doit rester un dernier recours. Si vous y avez recours, privilégiez un appareil économe en énergie, bien dimensionné, et limitez son usage. Un bon entretien régulier est essentiel pour assurer son efficacité et éviter les surconsommations.

🌿 **En résumé** : quelques gestes simples suffisent souvent à garder un logement frais, tout en faisant des économies et en préservant l'environnement. Chaque geste compte, surtout quand il s'agit de mieux vivre ensemble dans un climat qui évolue !

👉 consultez le guide de l'ADEME « *Comment garder son logement frais tout l'été ?* »
<https://librairie.ademe.fr/batiment/7208-comment-garder-son-logement-frais-tout-l-ete--9791029723056.html>

Pour en savoir plus, rendez-vous sur la page : www.niortagglo.fr/niort-agglo-renov ou contacter un conseiller France Rénov' au 05 49 78 78 40.



Info aide financière matériaux biosourcés

Une aide de Niort Agglo pour l'utilisation de matériaux biosourcés

Une nouvelle aide financière est mise en place par Niort Agglo pour encourager l'utilisation de ces matériaux à faible impact carbone dans la rénovation des logements.

Cette aide, valable jusqu'au 31 décembre 2027, concerne les propriétaires occupants et bailleurs de résidences principales. Montant : 20 €/m², plafonnée à 1000 €. Elle s'inscrit dans le cadre du Plan climat-air-énergie territorial (PCAET) de Niort Agglo.

Les avantages de ces matériaux issus de la matière végétale ou animale ? excellente régulation de la chaleur, matériaux renouvelables et à faible impact carbone, bon confort thermique et hygrométrique. (ex : fibre de bois, laine de chanvre ou de lin...)

Plus d'informations ?

Les conseillers France Rénov' vous accompagnent gratuitement dans vos projets de rénovation énergétique et d'adaptation de votre logement. Tél : 05 49 78 78 40 ou info.renov@agglo-niort.fr

En savoir plus sur niortagglo.fr/niort-agglo-renov