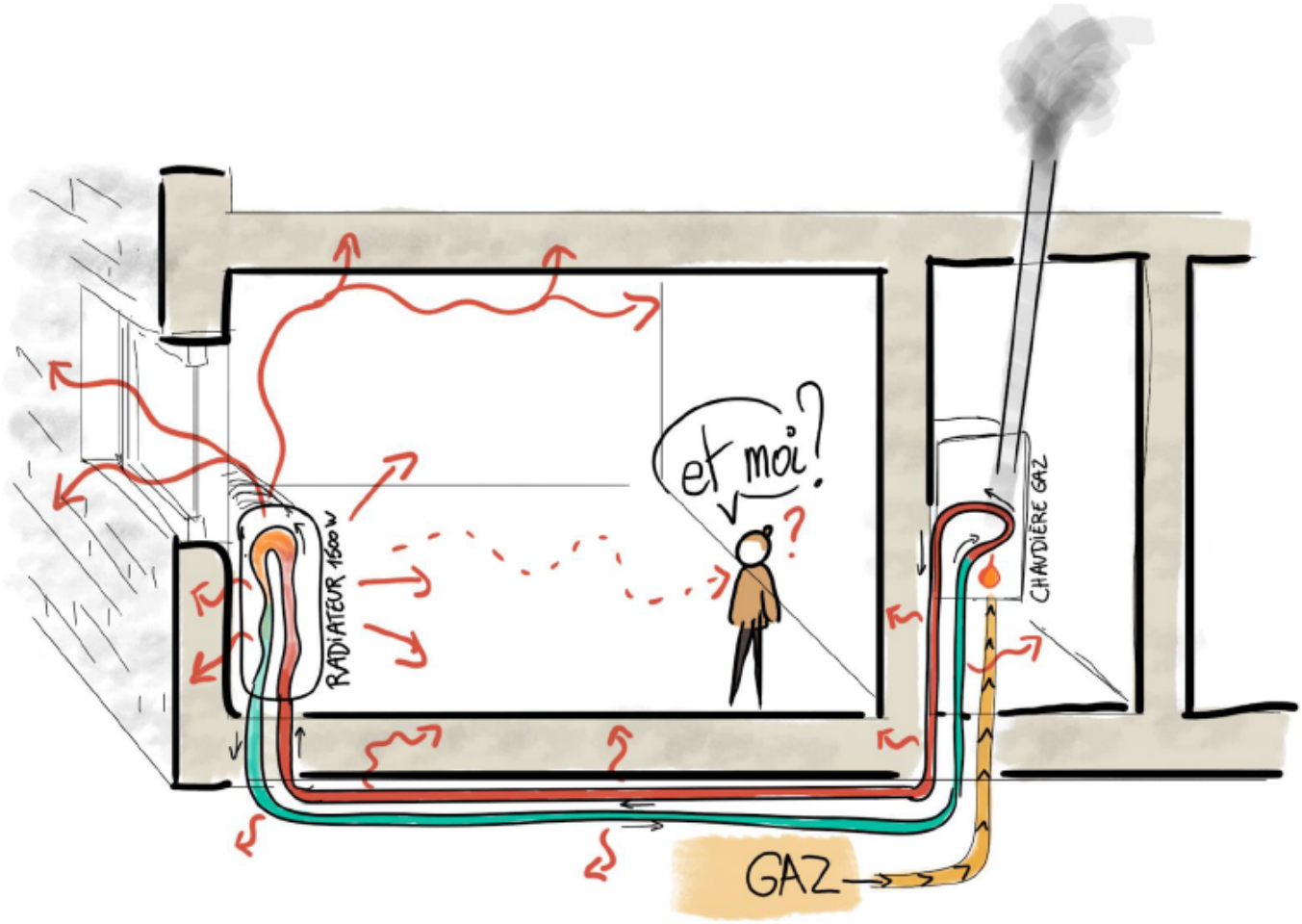
Articles

Slowheat : chauffer mieux le corps et moins la maison

Les logements consomment énormément d’énergie pour le chauffage. Les stratégies de rénovation à Bruxelles et en Wallonie visent à diviser leur consommation par trois à l’horizon 2050 (passage de 300 kWh/an/m² à 100 kWh/an/m²). Cela demande de moyens colossaux en financement, en personnel et en matériaux.

Partant de ce constat, des chercheurs ont lancé le projet Slowheat qui vise à arriver à des économies encore plus importantes (diviser la consommation de chauffage par 7 ou par 9) et beaucoup plus rapides (quelques mois à l’échelle d’un ménage).

Dans un système de chauffage central, comme en sont équipés la majorité des logements, la consommation d’énergie peut être très élevée sans que le confort des occupants ne soit garanti. Les cas extrêmes étant les passoires énergétiques avec une mauvaise isolation, une chaudière énergivore et une régulation défaillante.



Pour ce faire ils se sont interrogés sur la nécessité d'utiliser un système de chauffage central, sur les températures auxquelles on pouvait vivre, sur les définitions du confort et ont testé des solutions alternatives.

En combinant une série de techniques (plaid, tapis de souris chauffant, panneau rayonnant, bouillotte),en adaptant ses pratiques (repenser les espaces, adapter son habillement…), ils sont parvenus à vivre sans chauffage central.

Parmi les éléments marquants à retenir :

- Trouver une température de confort, la plus basse possible.
- Adapter son habillement pour l'intérieur : vêtements chauds telles que chaussettes, sous-vêtements techniques.
- Se mettre en mouvement pour produire de la chaleur et avoir une moindre sensation de froid (par exemple : passer l'aspirateur).
- Une boisson chaude donne un bon coup de boost lorsque la situation devient inconfortable.
- S'équiper d'éléments de confort tels que bouillotte, pantoufles ou chaussettes…
- Définir une pièce cocon où l'on sait que l'on va passer beaucoup de temps (bureau, salon …) et l'équiper d'un ou plusieurs radiants : ils permettent de fournir de la chaleur de manière très localisée avec peu de puissance (par exemple 300 W là où un chauffage électrique classique demande 2000 W).
- Le slowheat n'est pas adapté à tous les bâtiments, en particulier ceux qui connaissent des problèmes d'humidité : diminuer le chauffage aggrave ces problèmes car un air froid ne peut contenir autant de vapeur d'eau qu'un air chaud, de ce fait l'humidité

condense.

Des fiches sont disponibles pour suivre la démarche pas à pas en maîtrisant les paramètres essentiels et ont également publié un livre avec leurs enseignements sur Slowheat.org.

Des réponses personnalisées à vos questions : 081 730 730 | info@ecoconso.be | www.ecoconso.be

Source URL:
https://ecoconso.be/content/slowheat-chauffer-mieux-le-corps-et-moins-la-maison