



L'éco-guide du  
**LOCATAIRE**



Aujourd'hui, près de 70% des logements de Val du Loing Habitat sont neufs et certifiés "Habitat & Environnement", ou ont été réhabilités avec un label BBC Effinergie. Ces logements ont été conçus pour concilier confort, maîtrise des charges et respect de l'environnement. La certification est une démarche volontaire qu'entreprind Val du Loing Habitat pour un meilleur confort des locataires dans leur logement.

Nos constructions sont donc évaluées par un organisme indépendant afin de faire valider la qualité de notre programme immobilier neuf ou réhabilité. Avoir un logement certifié vous assure un confort acoustique et thermique, une qualité des équipements et une meilleure maîtrise des charges.

Ce guide vous permettra de poursuivre la démarche éco-responsable menée par Val du Loing Habitat. Des gestes simples et efficaces à adopter dans l'utilisation quotidienne de votre logement, afin de contribuer notamment au développement durable de notre planète. Ces conseils vous permettront également de faire de véritables économies sur vos factures énergétiques ! À la livraison de votre logement, Val du Loing Habitat vous remet ce livret d'information en vous indiquant comment utiliser au mieux les équipements installés.



## Nos ENGAGEMENTS

Depuis 2022, Val du Loing Habitat privilégié, a minima, pour ses constructions neuves la réglementation environnementale RT-2020, et dès que cela est possible, la norme RT-2025, visant à réduire l'usage des énergies fossiles ainsi que l'impact des bâtiments sur l'environnement. Ces réglementations permettent d'améliorer la qualité de vie dans les logements tout en réduisant les factures énergétiques des locataires.

Dès la phase de conception des logements, VLH s'engage auprès du

certificateur sur les performances énergétiques des logements. Celles-ci sont confirmées lors de la livraison de chaque résidence.

Par ailleurs, VLH a notamment réalisé des travaux d'isolation des réseaux de chauffage et d'eau chaude ainsi que des planchers bas de 1 443 logements, essentiellement sur le quartier du Mont Saint-Martin à Nemours. Cette opération a permis de réduire significativement la consommation d'énergie fossile et ainsi les charges des locataires liées au chauffage.



## LES ÉCOGESTES

### Adoptons les bons réflexes !

Un éco-geste est un geste simple et banal de la vie de tous les jours comme aller au travail, faire la cuisine, se laver, jardiner, faire ses courses... Un geste que chacun de nous peut faire afin de diminuer la pollution, améliorer son environnement et réduire ses factures énergétiques.

Plus largement, réaliser un éco-geste, c'est prendre en considération les valeurs qui fondent le développement

durable : la protection de l'environnement, l'équité sociale, la solidarité, le principe de responsabilité et de précaution.

Si les effets d'un geste éco-responsable peuvent sembler dérisoires lorsqu'ils sont observés de façon isolée, ils deviennent notables lorsque ce même geste est démultiplié à grande échelle. La notion d'éco-geste est corrélée à l'idée que chacun peut, à son échelle, agir.

## LES APPAREILS ÉLECTRIQUES

- **Programmez les appareils pour qu'ils fonctionnent en heures creuses** (pour ceux qui en ont la possibilité).
- **Entretenez vos appareils électroménagers** : l'entretien des appareils électroménagers est primordial pour assurer leur bon fonctionnement mais également éviter les surconsommations inutiles. Entretien des appareils électroménagers et les faire réparer quand cela est possible permet également de prolonger leur durée de vie et d'éviter certains achats inutiles.
- **Étiquette énergétique** : faites le choix de la catégorie A. Lors de l'achat d'un appareil ménager, consultez l'étiquette énergétique. Elle indique la consommation électrique et les performances de l'appareil, du plus économe (catégorie A, flèche verte) au plus consommateur (catégorie G, flèche rouge).
- **Pour économiser, éteignez vos appareils audiovisuels**. Le mode veille peut représenter jusqu'à 50% de l'énergie consommée pour un téléviseur. Préférez des multiprises avec interrupteur, que vous n'allumerez qu'en cas de besoin. 10 heures de veille d'une télévision et d'un lecteur DVD = 1 heure de fonctionnement.
- **Ne laissez pas la porte du réfrigérateur ou du congélateur longtemps ouvert et n'y placez pas de plats chauds.**



### ASTUCE

- La température idéale pour un réfrigérateur est de +5°C, pour un congélateur de -18°C.
- Si le linge n'est pas très sale, un lavage à 30°C ou 40°C suffit.
- Placez un couvercle sur votre casserole, cela divise par 4 l'énergie nécessaire à maintenir en ébullition 1,5 litre d'eau.
- Téléchargez l'application **EcoWatt** ou rendez-vous sur [www.monecowatt.fr](http://www.monecowatt.fr) pour connaître en temps réel le niveau d'électricité disponible pour alimenter les consommateurs Français.

## L'EAU

- **Réduisez votre consommation d'eau.** Pour contrôler votre consommation d'eau, observez attentivement l'évolution de votre facture et celle de votre compteur d'eau.
- **Repérez et faites réparer les fuites d'eau.** Si votre consommation est croissante, une fuite est possible.
  - 1 fuite d'eau = 20% des consommations d'eau en moyenne.
  - 1 robinet qui goutte = 100 litres d'eau par jour environ.

*Pour en savoir plus, consultez les modes d'emploi « Les contrats d'entretien » et « Votre contrat de robinetterie ».*

- **Privilégiez l'utilisation de douches à celle de bains.**
  - 1 bain = 3 douches.
  - 1 douche = 60 litres (1 bain = 200 litres).



- **Évitez de laisser couler l'eau inutilement.** Coupez l'eau de la douche pendant le savonnage et utilisez un gobelet pour le brossage des dents. 1 minute de brossage de dents, ce sont 12 litres d'eau consommés.
- **Faites tourner votre lave-vaisselle et votre lave-linge uniquement quand ils sont pleins,** ou alors utilisez les **programmes économiques.** Un lave-vaisselle consomme beaucoup moins d'eau que plusieurs vaisselles effectuées à la main (1 programme de lave-vaisselle = 4 vaisselles à la main).
- **Préférez l'achat d'appareils électroménagers à faible consommation d'eau.**
- **Récupérez l'eau de pluie pour arroser vos plantes.**
- **Utilisez, quand cela est disponible, une chasse d'eau à double débit.**
- **Réglez la température du chauffe-eau entre 55 et 60 °C.**
- **Coupez votre chauffe-eau en cas d'absence prolongée.**



## LE CHAUFFAGE

- **Adaptez les températures de chaque pièce en fonction de votre présence et de vos activités.** Lorsque vous êtes équipé d'un chauffage Individuel.
    - 19°C dans les pièces à vivre.
    - 20°C dans la salle de bain.
    - 16°C dans les chambres la nuit.
- 1°C en moins, c'est 7% d'économie sur votre facture !**
- **Quand vous vous absentez, réduisez ces températures** mais ne coupez pas le chauffage.
  - **Évitez les chauffages d'appoint individuels électriques.** Ils consomment beaucoup d'énergie. Les autres chauffages d'appoint (fuel, gaz...) sont interdits par le règlement intérieur car ils présentent un risque de brûlure, d'asphyxie et d'explosion.
  - **Dégagez l'espace autour de vos radiateurs** pour favoriser une parfaite diffusion de la chaleur.

### ASTUCE

- **Fermez les volets, les stores ou les rideaux** pour éviter toute déperdition de chaleur l'hiver (ou garder la fraîcheur l'été).
- **Dépoussiérez les radiateurs.**
- **Fermez les portes des pièces les moins chauffées.**



---

## L'ÉCLAIRAGE

- **Éteignez la lumière en quittant la pièce** : la part de l'éclairage dans la facture d'électricité n'est pas anodine, elle représente 14% de la consommation annuelle d'électricité des ménages.
- **Investissez et équipez-vous de lampes basse consommation** : ces lampes consomment 4 à 5 fois moins d'énergie que les ampoules incandescentes classiques. Elles durent 10 fois plus longtemps. Plus chères à l'achat, elles seront rentabilisées en 8 mois à peine. Pensez à recycler vos ampoules usagées dans des points de collecte.
- **Supprimez les halogènes** : ils consomment 30 fois plus qu'une ampoule basse consommation.
- **Faites entrer et profitez au maximum de la lumière du jour** : elle est gratuite ! Selon votre exposition, cela peut permettre de réchauffer votre logement.
- **Nettoyez régulièrement les ampoules et les luminaires**.



## L'AIR

- **N'obstruez pas les aérations !**  
Laissez respirer votre logement, et ce, même en hiver ! Le système de ventilation qui équipe votre logement permet de renouveler l'air dans toutes les pièces. Son bon fonctionnement est indispensable à la santé des occupants et du bâti.
- **Assurez l'entretien des bouches d'aération :** nettoyez-les une fois par an au minimum. Veillez surtout à ce que les bouches de ventilation et les grilles d'entrée d'air ne soient jamais obstruées.
- **Aérez régulièrement votre logement.** 5 minutes d'aération par jour sont suffisantes pour renouveler l'air de votre logement. En aérant bien, vous évitez de saturer l'air d'humidité (**le taux d'humidité idéal est entre 40% et 60%**). Cela permet de chauffer mieux et de réaliser des économies d'énergie.
- Lorsque vous aérez votre logement, **pensez à fermer les radiateurs avant d'ouvrir les fenêtres.**
- **Ne raccordez pas une hotte à la bouche d'extraction de l'air.** C'est interdit et dangereux.



# LA CITOYENNETÉ LOCATIVE

## Locataire et citoyen avant tout !

Respecter les règles de la citoyenneté locative permet à chacun de cohabiter de façon harmonieuse avec ses voisins et de transformer l'habitat social en un lieu convivial et humain. Nous avons tous la possibilité d'agir pour contribuer à préserver cette

tranquillité. Ensemble, adoptons les bons réflexes pour des relations de voisinage apaisées. Pour en savoir plus, référez-vous à votre contrat de location, au règlement intérieur de VLH et au règlement de votre copropriété (pour ceux concernés).



## LE BRUIT

- **Contrôlez le volume sonore de vos appareils** : radio, hi-fi, télévision.
- Pour effectuer des travaux ménagers, utilisez les outils électriques de bricolage **dans les tranches horaires ni trop matinales, ni trop tardives**, prévenez vos voisins si ceux-ci doivent durer un moment.
- **Minimisez les bruits domestiques** tels que : claquement de portes, talons, déplacement de chaises, meubles, grincement de volets, cris d'enfants...

### **Votre plancher est le plafond d'un voisin :**

- **Limitez les bruits** issus de votre logement (télévision, hi-fi, parole, bricolage).
- Chez vous, **préférez les chaussons et chaussettes** aux chaussures avec talons. Privilégiez des appareils ménagers silencieux.
- **Mettez des feutres** sous les pieds de vos meubles et de vos chaises. **Ne claquez pas les portes.**
- **Un bruit prévu est mieux accepté.** Prévenez vos voisins lorsque vous craignez de faire du bruit de façon exceptionnelle et acceptez les leurs.
- **Certaines activités ont besoin d'être réalisées dans des lieux adaptés** (pratique d'un instrument de musique ou des activités très sonores avec vos enfants ou encore les jeux avec vos animaux de compagnies).
- Les travaux peuvent avoir un effet de « caisse de résonance » dans votre bâtiment. **Respectez les horaires en général similaires d'un territoire à un autre :**
  - de 9h à 12h et de 14h à 20h du lundi au vendredi.
  - de 9h à 12h et de 14h à 19h le samedi.
  - de 10h à 12h les dimanches et jours fériés.



LOI n° 92-1444 du 31 décembre 1992 relative à la lutte contre le bruit (risque de contravention si les nuisances sonores sont constatées).  
Référez-vous au règlement intérieur de VLH et/ou aux arrêtés municipaux et préfectoraux.

# LES DÉCHETS

Lors de l'entrée dans leur logement, la majorité des locataires de VLH se voit remettre une carte de déchetterie lors de la signature du bail.



## BON À SAVOIR

- Le verre est recyclable à 100% et à l'infini.
- Le plastique peut renaître sous forme de pull polaire.
- Avec 670 canettes, on peut créer un VTT.
- Avec 19 000 boîtes de conserve, on peut créer une voiture.
- Vous avez la possibilité d'acheter un composteur d'intérieur. Composter vous permet de réduire votre production d'ordures ménagères en donnant une utilité à vos déchets alimentaires et végétaux.

- **Triez vos déchets.** Respectez les consignes de tri et jetez les déchets dans les bons conteneurs.
- Pensez à déposer les **piles** à l'accueil de VLH, les **médicaments** et les **produits toxiques** dans les lieux adaptés.
- **Privilégiez l'achat de produits certifiés** (NF environnement, Écolabel...). Vous réduirez les déchets et leur nocivité.
- Quand vous achetez un nouvel équipement, **faites reprendre votre ancien matériel** par le vendeur, c'est gratuit ou quasiment.
- **Emmenez vos objets encombrants à la déchetterie** la plus proche de chez vous.
- Renseignez-vous, certaines déchetteries et/ou associations proposent un **service d'enlèvement à domicile**.
- **Vous disposez d'un composteur collectif dans votre résidence ? Profitez-en pour déposer vos déchets organiques.** Dès le 1<sup>er</sup> janvier 2024, la loi sur les bio-déchets imposera aux citoyens de trier tous leurs déchets biodégradables dans des composteurs prévus à cet effet. Les collectivités devront en assurer la collecte.
- **Ne nourrissez pas les pigeons,** des opérations de « boules à oiseaux » sont réalisées chaque année au sein des résidences. Un pigeonier est également installé sur le quartier du Mont Saint-Martin à Nemours afin d'aider au contrôle de la population de pigeons.



## VIVRE ENSEMBLE

- **Respectez et faites respecter** par vos enfants, vos invités, vos visiteurs, les règles de la courtoisie, de la politesse et du savoir vivre. Respectez la propreté des parties communes, le travail du gardien et du personnel d'entretien.
- **Tenez les chiens en laisse.** Ne nourrissez pas les animaux sauvages comme les pigeons : ils posent de nombreux problèmes de santé publique et d'hygiène.
- **Quand vous rencontrez une difficulté avec un voisin, essayez d'en parler avec lui, sans attendre, pour arriver à trouver un terrain d'entente au plus vite et à l'amiable.** Prévenez Val du Loing Habitat si le dialogue n'est pas possible ou en cas d'échec.
- **En cas de tapage diurne et/ou nocturne** les forces de l'ordre peuvent intervenir. Il est donc conseillé de les contacter, puis en parallèle, de prévenir VLH si le problème persiste.







**Siège social**

31, Avenue John Fitzgerald Kennedy  
BP 82 - 77 793 NEMOURS CEDEX  
Tél. 01 64 45 52 20

**Agence de Proximité**

48, rue de Cherelles  
77140 Nemours

[www.valduloinghabitat.fr](http://www.valduloinghabitat.fr)

Rédaction : Val du Loing Habitat  
Conception/Réalisation : Agence Latitude  
Impression : Imprimerie de Compiègne  
Crédits Photos : Shutterstock - Unsplash - Adobe Stock

