

Adapter son logement aux chaleurs estivales

Avec le dérèglement climatique, les vagues de chaleur sont de plus en plus fréquentes et intenses. Il est donc recommandé d'adapter son logement pour faire face aux problématiques de surchauffe et d'inconfort liés aux températures élevées.

Pour y faire face, il serait malvenu de se suréquiper en climatiseurs ! Ces derniers aggravent le problème, avec des consommations d'électricité accrues à une période où une grande partie des centrales nucléaires sont en maintenance, et une libération importante de gaz à effet de serre dans l'atmosphère. La climatisation est loin d'être nécessaire dans nos régions tempérées et devrait être réservée aux populations les plus vulnérables (les personnes âgées par exemple) ou aux logements situés dans les zones les plus bruyantes.

Au-delà des gestes de « bon sens » : fermer les volets en journée, ouvrir en grand les fenêtres la nuit pour brasser l'air..., des alternatives existent pour protéger son logement des grosses chaleurs.

Il est tout d'abord possible d'engager des travaux d'isolation, notamment de la toiture, qui est la zone apportant le plus de chaleur en été. On peut aussi procéder à une isolation des murs, si possible par l'extérieur, mais également efficace (et moins coûteuse) par l'intérieur. Certains isolants possèdent de bonnes propriétés thermiques, été comme hiver. La ouate de cellulose ou la laine de bois, pour ne citer qu'elles, ont un bon déphasage thermique : elles ralentissent davantage le transfert de chaleur que la laine de verre ou de roche ; la chaleur se diffuse alors lentement à travers les parois pour pénétrer dans le logement uniquement le soir.

En cas de réfection de toiture ou de ravalement de façade, il est conseillé de privilégier des couleurs claires, qui réfléchissent mieux les rayons du soleil. Il en va de même pour les protections solaires, qui aident à limiter l'entrée de la chaleur, notamment sur les baies et fenêtres situées au sud et à l'ouest. Il existe quantité de choix (volets occultants, stores, brise-soleil orientables...) et seront d'autant plus efficaces si elles sont placées à l'extérieur du logement plutôt qu'à l'intérieur.

Les végétaux offrent également de multiples possibilités pour rafraichir une terrasse, un balcon, une fenêtre ou un mur ensoleillé. Au-delà d'offrir de l'ombre sur les façades et autour du logement, ils entretiennent une fraîcheur confortable en cas de forte chaleur, grâce au phénomène d'évapotranspiration. Les végétaux à feuilles caduques, qui tombent en automne, sont une bonne alternative, puisqu'ils procurent un agréable ombrage en été, et ne masquent pas le soleil en hiver. Il existe également des essences adaptées au climat et globalement plus résistantes en cas d'épisode de sécheresse.

Pour finir, il faut à tout prix éviter de bétonner les allées et plates-bandes des maisons et opter plutôt pour des graviers ou pavés filtrants, qui n'accumulent pas la chaleur, et facilitent l'infiltration de l'eau dans le sol afin d'en préserver la qualité et de limiter les risques d'inondation.

L'agence locale de l'énergie et du climat HEOL œuvre pour la transition énergétique et climatique en Pays de Morlaix. Elle offre notamment des conseils neutres et gratuits sur la rénovation thermique et les économies d'énergie. Plus d'infos sur 02 98 15 18 08 et www.heol-energies.org .