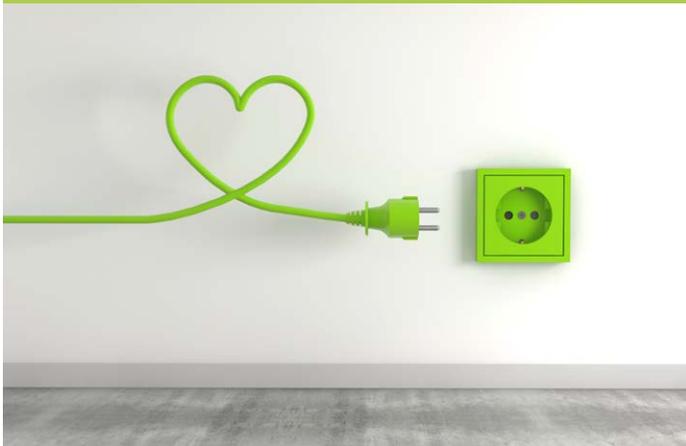




### Astuces pour réduire la consommation d'énergie dans ton kot !



06/04/2023

T'es en kot ou en coloc' ? L'idée de recevoir une facture d'énergie plus salée que la mer Morte te donne des sueurs ? On ne peut que te comprendre... Alors, laisse nous te suggérer quelques petits « tips » pour t'aider à éviter les mauvaises surprises !



### Parlons chauffage !

Eh oui... On commence par les conseils « classiques », mais c'est toujours bon de le rappeler ! S'il fait froid dans ton kot, essaie d'avoir comme premier réflexe de **mettre tes vêtements les plus chauds**, ou même d'étudier emmitouflés sous un bon plaid douillet, avec les chaussettes tricotées par mamy ! Personne n'est là pour juger.

Mais attention, tu ne dois évidemment pas laisser ton logement descendre jusqu'à des températures trop faibles, car cela peut comporter un risque sanitaire ! L'OMS (Organisation Mondiale de la Santé) préconise **un minimum de 18°C à l'intérieur** des foyers pour la population sédentaire et en bonne santé dans les pays au climat modéré comme la Belgique. Avec la crise actuelle, la nouvelle norme avoisine les 19°C, alors qu'avant on était plus habitués à 20 ou 21°C. Au fait, si jamais tu as du mal à atteindre les 18°C dans ton logement, ton système de chauffage est peut-être défaillant et tu dois prévenir ton propriétaire, qui est obligé de fournir un logement avec un chauffage efficient.

Quand tu pars de chez toi pour plusieurs heures ou plusieurs jours, essaie d'avoir le réflexe de baisser ton chauffage. Mais fais attention à **ne pas le couper complètement** ! Il vaut mieux le diminuer que de couper totalement, car cela demandera plus d'énergie pour réchauffer ta pièce. Enfin, évite de déposer des objets sur tes radiateurs ou de placer des meubles devant, car cela affaiblit le dégagement de chaleur.

### Et n'oublie pas d'optimiser l'aménagement du kot !

Si tu dois acheter des tentures, pense aux **rideaux occultants** qui te permettent de garder la chaleur en hiver et de t'en protéger en été. En hiver, ouvre tes rideaux dès les premiers rayons de soleil. À l'inverse, en été, ferme tout pour garder la fraîcheur à l'intérieur.

Pense aussi à investir dans un **boudin de porte** pour limiter les courants d'air et garder l'air chaud ou froid à l'intérieur. En hiver, le sol peut aussi augmenter ta sensation de froid, surtout s'il est en carrelage. Donc n'hésite pas à placer **un ou plusieurs tapis** à des endroits stratégiques, comme au pied du canapé ! Avant d'opter pour la « sortie Ikea », tu peux en trouver pour pas grand-chose sur les sites de seconde main ou dans les ressourceries.

### Les multiprises : un incontournable !

Télévision, console de jeux, radio, micro-onde, routeur wifi, lampes... Pour éviter de payer de l'électricité pour rien, pense à utiliser des **multiprises avec interrupteurs** ! Ils te permettent de couper facilement tes appareils pendant la nuit, ou quand tu pars. Autre astuce : toujours privilégier des ampoules LED pour tes éclairages !

### Comment faire des économies dans la cuisine ?

Quand t'as froid à la tête, tu mets un bonnet, non ? Alors, pourquoi ne pas couvrir ta casserole avec un couvercle quand tu es en train de cuire ? Ça va permettre à ta nourriture de cuire plus rapidement, et donc tu utiliseras moins longtemps ta cuisinière. Et quand tu cuis des pâtes, tu peux par exemple couper ta plaque quelques minutes avant la fin de cuisson et laisser tes pâtes cuire avec la chaleur résiduelle. Si tu as un micro-ondes, tu peux t'en servir pour cuire tes pâtes ou tes pommes de terre, c'est généralement moins énergivore.

### Fais attention à l'or bleu !

C'est plutôt rare, mais si ton kot est équipé d'une baignoire, contente-toi de t'y doucher avec le pommeau. Et si tu as une douche, pense à couper l'eau dès que tu te savonnes ou quand tu te shampoines les cheveux. Tu peux aussi investir dans un pommeau économiseur d'eau. Ça permet de diminuer de 40 à 50% ta conso ! Enfin, après le passage aux toilettes, privilégie l'eau froide et pense à couper l'eau quand tu appliques le savon sur tes mains. Et bien sûr, fais tourner tes machines de linge ou ton lave-vaisselle uniquement lorsqu'ils sont méga-pleins !

### Quelques sources pour aller plus loin :

[101 idées futées pour faire des économies d'énergie chez soi](#) - SPW

[5 astuces pour diminuer sa facture d'énergie](#) - Kot Planet

[Eco-co-koteur : l'éco-attitude chez les étudiants !](#) - Écoconso

[Mon propriétaire est-il tenu d'assurer une température minimum ?](#) - L'Echo