



Filles de Marie-Auxiliatrice
Soeurs Salésiennes de Don Bosco
FRANCE - BELGIQUE SUD - TUNISIE
LaudatO!Si n°18

Décembre 2025



ÇA CHAUFFE!

On ne va pas parler directement du climat mais plutôt de **chauffage** en cette période d'hiver.
"Un degré de moins, c'est 7% d'économie." voilà un mantra assez utile à retenir.

Des chiffres :

✓ Dans nos pays européens, le chauffage est le **2ème poste le plus émetteur de gaz à effet de serre**, après l'utilisation de la voiture et devant la consommation de viande. Il représente **15 % de l'empreinte carbone individuelle moyenne**.

✓ La consommation de gaz ou fioul pour le chauffage représente environ **30 % du bilan carbone des communautés jésuites**. On suppose que les communauté FMA doivent avoir plus ou moins les mêmes chiffres.
[Fiche écojésuit n°17](#)

Que faire pour avoir chaud et consommer moins: :



1. Faire entretenir la chaudière

2. Installer un thermostat d'ambiance :

3. **Bien gérer le chauffage** 19° le jour et 16° la nuit. Porter plus de pull pour être bien..

4. **Entretenir les radiateurs.** Quand un radiateur est placé contre un mur non isolé, une partie de la chaleur va passer à travers ce mur. Pour réduire le gaspillage d'énergie placer un panneau réflecteur derrière le radiateur.

5. Éviter les courants d'air.

6. **Faire certains petits travaux d'isolation :** planchers, tuyaux d'eau chaude, grenier, fenêtres...

7. **Aérer chaque jour.** L'hiver, le réflexe est de tout fermer pour conserver la chaleur. **Mais plus un logement reste confiné, plus l'air devient humide et difficile à chauffer.** Résultat : une sensation de froid persiste, malgré le chauffage, et la facture grimpe. Aérer 5 à 10 minutes permet d'évacuer l'humidité et de faciliter la chauffe de l'air sec une fois les fenêtres refermées. (couper le thermostat à ce moment-là)

Pour d'autres idées: le site de l'[ADEME](#) Agence de la transition écologique (en France)