

Avec 70.000 nouveaux cas de carcinomes cutanés diagnostiqués chaque année et 9780 nouveaux cas de mélanome (4680 cas chez l'homme et 5100 cas chez la femme), les cancers de la peau sont en forte augmentation. Le mélanome est particulièrement dangereux puisqu'on estime en France le nombre de décès imputables à ce cancer à 1620 (source INCa). Les dermatologues s'inquiètent de cette forte hausse et organisent, pour la 14^{ème} année consécutive, une Journée de Prévention et Dépistage anonyme et gratuit, le 24 mai prochain. La MSA Midi-Pyrénées Sud est partenaire de cette opération. A Foix c'est le Docteur Fabienne Mansour, dermatologue qui assurera des consultations sans rendez-vous au centre Local ADS, 9 rue du lieutenant Paul Delpech de 9 heures à 12 heures et de 14 heures à 17 heures. Elle pratiquera un examen visuel simple et indolore qui permet de repérer les tâches ou grains de beauté suspects. Grâce à un diagnostic précoce, le risque de recours à des traitements lourds est considérablement réduit.

Gilles Lauvray, le Monsieur énergie de l'Ariège "avoir une maison basse consommation ne suffit pas, il faut aussi changer ses habitudes"

Gilles Lauvray accueillait le public au Syndicat départemental des collectivités électrifiées de l'Ariège, samedi 12 mai, lors des journées européennes du solaire. Conseiller espace Info-Energie du département, il donne les clefs d'une bonne maîtrise du budget énergie.

Votre statut de conseiller fait de vous le monsieur énergie de l'Ariège. Pouvez-vous préciser votre rôle ?

Gilles Lauvray : Je travaille à l'Agence locale de l'énergie du département de l'Ariège (Aleda) qui possède un espace Info-Energie au sein duquel j'ai un rôle de conseiller. Nous sommes entre 350 et 400 en France. Ma mission est de donner des conseils à tous les particuliers qui souhaitent diminuer leur budget en énergie. Il s'agit d'un service gratuit qui peut être rendu par mail, téléphone ou lors d'un rendez-vous. Initiés par l'Agence de l'environnement et de la maîtrise de l'énergie (ADEME), les espaces Info-Energie tiennent leur indépendance d'un financement public : le Conseil général et la Région. Leurs conseillers connaissent et suivent les évolutions technologiques concernant la construction ou la rénovation de logement. Leur objectif est d'aider les particuliers à mener à bien leur projet tout en les aidant à choisir la meilleure solution pour qu'ils dépensent le moins d'électricité possible.

Que conseillez-vous aux personnes qui viennent vous voir pour qu'elles dépensent moins d'énergie ?

Chaque personne arrive avec une problématique particulière. Je propose des solutions en fonction de ses impératifs et de ses envies. Je l'incite

également à se poser les bonnes questions. Par exemple, si un propriétaire arrive parce qu'il souhaite installer une chaudière performante, je lui demande d'abord si sa maison est bien isolée. Changer une chaudière alors que l'habitation est une passoire ne sert à rien. J'incite les personnes à entreprendre des travaux d'isolation avant toute chose.

Comment sait-on qu'une maison est une passoire énergétique ?

Il existe un moyen très visuel de vérifier l'isolation d'une habitation, la caméra thermique. Régulièrement, l'Aleda organise des sorties dans les villages ariégeois, le soir, en hiver, pour filmer les bâtiments avec une caméra thermique. Vous repérez tout de suite les structures mal isolées. Les vieilles maisons de pierres qui n'ont subi aucun travaux ont très souvent les murs poreux. Sur l'image, vous voyez très nettement les pierres qui se détachent en jaune.

Les habitations construites entre les années soixante et quatre-vingts comportent également de nombreux ponts thermiques au niveau de la toiture, des angles, des fenêtres et des prises aussi.

En Ariège, de nombreuses maisons sont anciennes. Quels sont les premiers travaux à effectuer pour assurer une bonne isolation ?

Le plus important est d'isoler le toit.

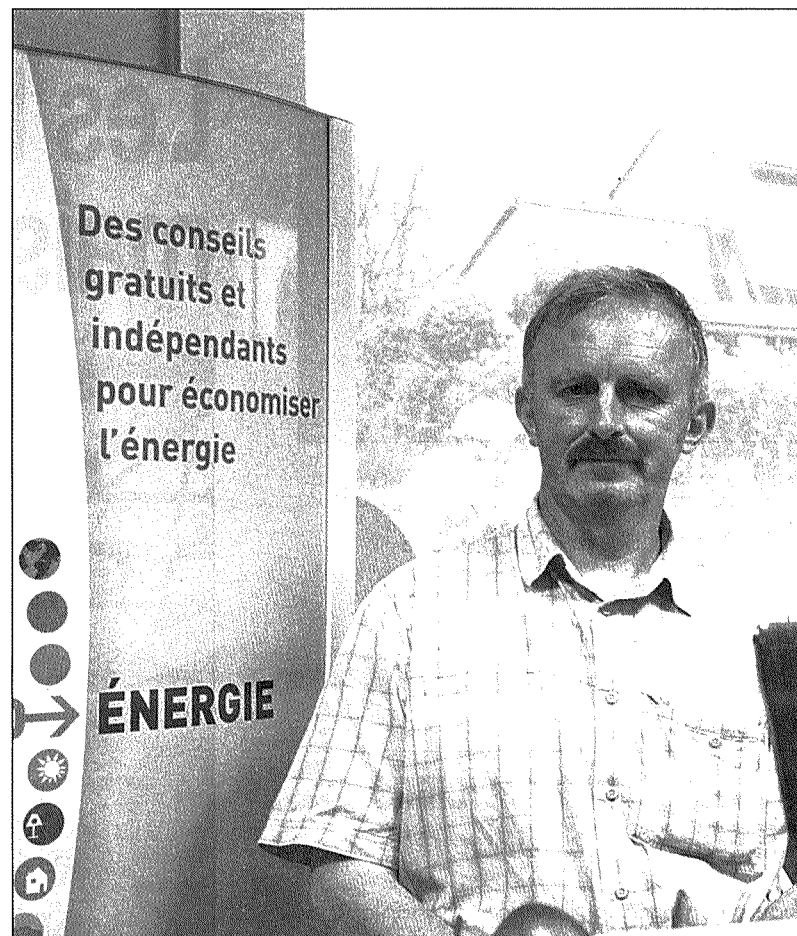
Ensuite, il faut installer des doubles vitrages et, idéalement, isoler tous les murs de l'extérieur. Je dis idéalement car, dans le cas d'une maison de maître avec des pierres apparentes et une corniche, des travaux sur les murs extérieurs dénatureraient la façade. Dans ce cas, je préconise de ne réaliser des travaux que sur les murs nord et ouest, s'ils ne sont pas trop visibles. Une fois les travaux effectués, il devient très intéressant d'acheter une chaudière performante.

Avez-vous une idée de l'effet des travaux sur le budget énergie ?

Bien sûr, j'ai pour habitude de tout calculer. Vous prenez une maison de 100 m² construite en 1980 et chauffée au fioul. Votre budget énergie est de 1.500 euros par an. Après des travaux sur la toiture, le remplacement de toutes les fenêtres, le changement de la chaudière et l'isolation de deux murs, vous tombez à 600 euros par an.

Vous avez l'habitude d'appliquer personnellement les conseils que vous donnez. Combien payez-vous d'électricité par mois ?

17 euros par mois pour une surface de 100 m². C'est le travail d'une longue réflexion et d'un vrai engagement. Les murs extérieurs sont isolés, la toiture est très résistante et les menuiseries sont en PVC double



résistance. J'utilise également les énergies renouvelables. 12 m² de panneaux solaires pour de l'énergie thermique (Ndlr eau chaude). Nous avons également installé des panneaux photovoltaïques d'une puissance de 3,6 kWc, et nous disposons d'un poêle à bûches. Mais attention ! Ce n'est pas parce que vous habitez dans une maison basse consommation (BBC) que vous allez faire des économies obligatoirement. Il faut aussi changer son comportement !

Quels sont justement les bons comportements à adopter ?

Il faut s'assurer que le taux d'humidité ne soit pas trop important. Plus une maison est humide, plus elle est dure à chauffer. Pour cela, il est conseillé d'installer des grilles d'aération. De plus, la sensation de froid est moins intense lorsque l'air est sec. Il faut savoir aussi que baisser la température d'une maison de 1 °C équivaut à une économie de 7 %.

Il y a également tous les petits gestes du quotidien qui, s'ils ne sont pas adaptés, peuvent faire grimper la note. Les appareils en vieille consommation beaucoup, de même que les chargeurs branchés. Lorsque vous

changez un appareil électroménager, pensez à bien regarder l'étiquette, en particulier son diagnostic énergétique. Prendre l'appareil le moins cher vous fera peut-être perdre de l'argent. Le congélateur a aussi son importance en matière d'économie d'énergie. Si vous avez la place, est-ce souvent le cas en Ariège, placez-le en dehors de la maison, et veillez à ce qu'il n'y ait pas trop de givre. J'ai calculé qu'un congélateur non dégivré consommait 7 % d'électricité en plus sur quinze jours. J'ai pu en faire l'expérience personnellement.

Il existe de nombreuses astuces, comme les multi-prises à plusieurs interrupteurs où les cafetières isothermes qui permettent de garder le café au chaud tout en l'éteignant.

Que conseillez-vous aux candidats à la construction ?

Les choses sont très claires. A compter du 1^{er} janvier 2013, toutes les nouvelles constructions seront obligatoirement BBC, soit basse consommation. Cette loi, issue du Grenelle de l'environnement, est en train de révolutionner le monde de la construction.

Propos recueillis par L. D.

Les règles d'or de la construction basse consommation

■ Eviter les ponts thermiques et mettre du double voire du triple vitrage. Attention cependant, un bon double vitrage est plus efficace qu'un mauvais triple vitrage. Le bâtiment doit être le plus compact possible car chaque angle représente un pont thermique potentiel.

■ Utiliser le soleil passif grâce à une bonne orientation de la maison. Un sixième de la surface des murs de la maison doit être composé de fenêtres, et 70 % des fenêtres devront être exposées

au sud. Il est donc très important de bien analyser le terrain avant de l'acheter. L'avancée du toit de la façade sud doit être calculée de façon à protéger du soleil l'été et laisser pénétrer les rayons l'hiver.

■ Veiller à l'étanchéité à l'air en faisant très attention aux jonctions de parois.

■ Etablir une ventilation contrôlée et récupérer les calories avec des Ventilations mécaniques contrôlées (VMC) performantes.

■ Adopter une attitude sobre par rapport à l'énergie en achetant des appareils peu énergivores et des ampoules basse consommation. Ces dernières ne sont pas à utiliser dans les endroits de passage comme les toilettes ou le couloir car, si elles fonctionnent moins de 20 minutes d'affilées, elles risquent de griller rapidement.

■ Utiliser les énergies renouvelables : solaires thermiques et photovoltaïques, bois énergie, pompe à chaleur, récupération des eaux de pluie.