

Guide étudiant pour prévenir et guérir la précarité énergétique

Dernière mise à jour - Février 2023

Sommaire

Introduction.....	2
Contexte et enjeu.....	2
Intention	2
Avant d’avoir ton logement	3
Aides financières en amont.....	3
Choisir ton logement : penser logement social, penser collocation (classique, solidaire, intergénérationnelle...)	3
Avant de visiter le logement : les questions à poser	4
- S’assurer que le Logement est éligible aux APL de la CAF	4
Lors de la visite du logement	5
Tu as un doute sur ta situation énergétique ?.....	5
Auto-évaluation de ta situation	5
Pour mieux comprendre tes factures énergétiques et les marges de manoeuvre	5
L’accès aux droits pour pallier un problème énergétique, les aides juridiques.....	6
Qui avertir après ta famille ou tes proches ?	6
Comment contacter ton propriétaire ?	6
Que faire quand ton logement relève de la non-décence ?	6
Que faire si tu as un problème de facturation ou que tu n’arrives pas à payer tes factures ?.....	7
Existe-t-il des aides pour payer tes factures d’énergie ?	7
Agir toi-même dès maintenant - Le système D en attendant... ..	8
Des petits gestes à faire ?.....	8
Les solutions “do it yourself”.....	8
Pour aller plus loin	8
Des ressources autour des questions juridiques	8
Constructions avancées de Low-Tech pour une utilisation communautaire	8
Les contacts locaux	9
Les contacts du bassin grenoblois.....	9
Editeurs et contributeurs.....	9
Sources.....	9

Introduction

Contexte et enjeu

Le Médiateur National de l'Énergie publiait dans son Baromètre énergie-info de fin 2020 des chiffres sur les 18-34 ans indiquant que cette tranche d'âge était globalement deux fois plus touchée par des difficultés liées à l'accès à l'énergie que la moyenne nationale ([article du RAPPEL reprenant les chiffres 2020 du MNE](#)).

Avec le prix croissant de l'énergie, la précarité énergétique est une fragilité supplémentaire qui vient s'ajouter aux autres vulnérabilités qui touchent les étudiant.e.s.

La précarité énergétique peut avoir des impacts conséquents sur le confort, le budget, la santé physique et mentale, la scolarité, l'isolement social... C'est parfois le début d'un cercle vicieux.

La qualité énergétique du logement est déterminante sur les charges associées. Il y a typiquement un facteur 10 entre les factures d'énergie des logements les mieux isolés (étiquettes DPE A) et les logements les moins bien isolés (étiquettes DPE G).

Intention

L'intention de ce guide est d'apporter un premier niveau d'information aux étudiant.e.s pour leur éviter des situations de précarité énergétique et mal logement, et pour trouver de l'aide si ils sont dans ces situations.

L'intention n'est pas d'isoler le sujet de la précarité énergétique des autres précarités qui peuvent toucher les étudiant.e.s, mais au contraire d'alimenter, à travers un premier recensement de ressources, une production plus vaste et des réponses plus globales autour des multiples vulnérabilités étudiantes.

Voici une version V0, totalement amendable, et dont l'objet est de contribuer à une démarche itérative. **Il s'agit d'une version nationale qui a vocation à être améliorée, réappropriée et déclinée localement par les acteurs qui le souhaitent.**

Cette version est le fruit d'un travail collaboratif avec des étudiant.e.s, associations étudiantes, et acteurs de terrain de la région grenobloise et parisienne impliqués dans cette thématique.

Vous pouvez proposer des modifications ou des mises à jour en contactant florence.guilcher@gmail.com ou chairehope2018@gmail.com.

Avant d'avoir ton logement

Aides financières en amont

- Le site messervices.etudiants pour le simulateur de bourse, suivi du dossier social étudiant (nécessaire pour accéder au logement CROUS).
- Les [aides CAF](#) pour les étudiant.e.s. La prime d'activité CAF sert si tu exerces une activité professionnelle (salariée ou indépendante) ou si tu es indemnisé.e (chômage partiel ou technique) et que tu as des ressources modestes.
- [Mobili-jeune](#) pour les alternant.e.s : subvention jusqu'à 100€ par mois pour alléger le montant du loyer.
- [L'avance LOCA-PASS](#) ouverte aux jeunes de moins de 30 ans (avec conditions) : verse immédiatement le dépôt de garantie au Bailleur, tu dois ensuite le rembourser petit à petit sans payer d'intérêts (durée maximale de 25 mois avec un montant de 1200€ maximum).
- [La garantie visale d'Action logement](#) : un dispositif qui assure le paiement de ton loyer et des charges locatives au bailleur en cas de défaillance de paiement. Gratuite pour le propriétaire comme le locataire, la garantie Visale se porte garant pour toi, facilitant ainsi ta recherche de logement.
- [FASTT](#) qui propose des aides variées pour les intérimaires : logement, argent...

Choisir ton logement : penser logement social, penser collocation (classique, solidaire, intergénérationnelle...)

- Logement CROUS :
 - o Tu es boursier.e, tu fais ta demande sur [le site du CROUS](#)
 - o Tu as envie de t'investir dans la vie de quartier et avec les associations locales : AFEV et le [KAPS Kolocation à projets solidaires](#).
- Logement social chez les bailleurs sociaux
- Résidences pour jeunes actifs (alternants, jeunes travailleurs en France)
- Colocation : la [carte des colocs](#) peut t'aider à en trouver par exemple.
- [Logement intergénérationnel](#) (par exemple cohobis) avec possibilité de :
 - o cohabiter chez une personne âgée (tarifs bas en contrepartie de moments de présence et d'un soutien.
 - o vivre dans une colocation intergénérationnelle (remises sur le loyer en contrepartie de créer du lien avec des personnalités âgées)..

Si tu y constates un problème énergétique, tu peux agir pour toi et la personne âgée qui habite avec toi !

- D'autres sites où tu peux trouver des logements et informations :
 - o [Lokaviz](#) du CROUS : logement chez un particulier
 - o [leboncoin, site de petites annonces](#)
 - o le site de ton campus peut recenser des résidences étudiantes (comme par exemple sur le [site du campus grenoblois](#))
 - o Des associations locales peuvent proposer des offres de logement consultables gratuitement et peuvent apporter des conseils dans ses locaux pour ta recherche de logement. En Isère c'est le cas par exemple de l'Association départementale

d'Information et Initiative Jeunesse ([ADIIJ](#))

- Des sites comme [studyrama logement](#) ou autres...
- La précarité énergétique, ça peut être aussi la difficulté à se déplacer parce qu'on n'arrive pas à payer ses trajets... Penses aussi à budgétiser tes coûts de déplacement et à te renseigner sur les solutions de mobilité existantes au moment où tu choisis ton logement.

Avant de visiter le logement : les questions à poser

- **Demander le DPE du logement** = Diagnostic de Performance Énergétique du Logement. Lien pour comprendre les DPE de la nouvelle génération lancée en 2021 sur la base d'un exemple générique : [exemple DPE nouvelle génération](#). Le DPE doit obligatoirement être donné depuis la récente [réforme 2021](#) et daté de moins de 10 ans. Le DPE ne donnera pas nécessairement une estimation précise des charges d'énergies. Pense à demander un DPE récent.
- **Demander les factures des anciens locataires** : charges eau et énergie (électricité, gaz...). Demander ces factures sur plusieurs années, et demander comment le logement a été occupé. Par exemple, si le logement a été peu occupé sur la dernière année, tu risques d'avoir une estimation des charges qui est sous-estimée.
- **Simuler ton budget**. On parle généralement de précarité énergétique quand ta facture d'énergie représente plus de 8% de tes revenus mensuels (bourse, APL, argent donné par tes parents, revenu de ton travail). Si ta facture d'énergie excède les 8% de tes revenus, tu risques d'être en difficulté. Penses aussi à ton budget mobilité.
- **Demander le type de chauffage**, gaz ou électricité ou autre. L'électricité est à ce jour (en novembre 2021) l'énergie de chauffage la plus chère en France (prix rapporté à l'énergie utile) (source : [MOOC Précarité énergétique du RAPPEL – Topo sur les prix des énergies - version du 21/10/2019 \[Demander l'accès au drive -> Acceptation rapide\]](#)).
- **Identifier l'étage du logement**. Le premier et le dernier étage sont susceptibles d'avoir des pertes thermiques plus importantes par le toit et le plancher sol.
- **Se renseigner sur l'année de construction** du bâtiment. Plus les logements sont vieux, plus ils risquent d'avoir une mauvaise performance thermique (voir graphique dans les sources [Data Gouv](#), en milieu de site).
- **Identifier l'orientation des fenêtres**. Une exposition sud permettra d'avoir de la lumière du soleil dans l'appartement (si pas de vis-à-vis), ce qui peut générer un meilleur confort en hiver, mais un moins bon confort en été.
- **Se renseigner sur la ventilation du logement** : Existe-t-il un moyen d'aérer ou de ventiler chaque pièce ?
- **Identifier la maintenance à assurer par le locataire**. Par exemple pour la chaudière à gaz tu devras contracter un contrat de maintenance, c'est à la charge du locataire, renseigne toi sur le prix.
- **S'assurer que le Logement est éligible aux APL** de la CAF
- **Résidences : demander si un service technique** assure les petites réparations de type fuite d'eau, isolation des fenêtres...

Lors de la visite du logement

- **Vérifier l'isolation des fenêtres et des portes** : les courants d'air le long des jonctions sont à éviter, privilégier le double vitrage sur les fenêtres.
- **Regarder les radiateurs** : le nombre de radiateurs et leurs positions. Il faut idéalement un radiateur par chambre et pièce commune, voir plus si la pièce est grande.
- **Chercher les traces d'humidité** : traces jaunes et noires, moisissures. Il faut regarder dans la salle d'eau, les toilettes et les chambres/pièces à proximité des points d'eau. Le pire reste une fuite non repérée. Bien regarder les murs proches de la salle de bain, quitte à pousser quelques meubles. Et aussi s'assurer qu'il y a possibilité d'aérer ou ventiler chaque pièce. Vérifier par exemple que les VMC installées fonctionnent bien.

Tu as un doute sur ta situation énergétique ?

Auto-évaluation de ta situation

- Ta situation énergétique permet-elle ton confort ? Pour ça, on te propose de faire [le conformère](#), un autodiagnostic en 5 questions très simples.

Pour remédier à une situation d'inconfort, une situation anormale, ou une situation carrément critique, pour toi-même ou pour un.e ami.e : continue à lire !

“J'ai froid en hiver chez moi, ça arrive à tout le monde ? J'ai de très grosses factures énergétiques, c'est ma faute si je consomme trop ?” → Sache qu'il peut y avoir des problèmes liés à ton logement lui-même (c'est souvent le cas), donc courage, ne t'arrête pas là, et creuse les pistes pour comprendre les leviers que tu peux activer.

Les conditions de logements ont un impact sur la santé mentale et physique. On peut se sentir vraiment mal à cause d'un logement inadapté. Ça peut perturber le sommeil, entamer la capacité à se concentrer, être très décourageant, pousser à l'isolement social et la dépression. C'est **important d'aller chercher de l'aide et ne pas rester tout.e seul.e face à la situation**. Tu peux parler de tes difficultés à des associations de ton campus, au service social du CROUS, ou autre interlocuteur en qui tu as confiance.

Pour mieux comprendre tes factures énergétiques et les marges de manoeuvre

- Tu peux te rapprocher des acteurs du territoire qui sont spécialisés sur ces questions. Ça peut être les associations de locataires de ton territoire, le Centre Communal d'Action Social de ta ville (CCAS), ta CAF ou autres.

Par exemple à Grenoble il existe une plateforme dédiée à la lutte contre la précarité énergétique gérée par le CCAS, qui peut te permettre de parler de ta situation, et si besoin tu peux bénéficier d'un diagnostic à domicile gratuit réalisé par un acteur de l'économie sociale et solidaire spécialisé sur ces questions ([Ulisse Energie](#)). Les visites aboutissent à des améliorations rapides et peuvent permettre d'activer des leviers avec d'autres acteurs (par exemple t'aider dans les échanges avec ton propriétaire pour qu'il fasse des travaux) : [Exemple de la plateforme du CCAS](#)

[de Grenoble](#) .

Ce **type d'accompagnement existe ailleurs que Grenoble** tu peux te renseigner ici par exemple :

- [réseau des SLIME](#) (services locaux d'intervention pour la maîtrise de l'énergie, comme celui du CCAS de Grenoble)
 - auprès de l'ADIL (Agence Départementale pour l'Information Logement) de ton département (trouve les coordonnées sur le site de l'[ANIL](#)). C'est un service public gratuit.
 - auprès des espaces info-énergie de chez toi (pour connaître le plus proche : 0 808 800 700 service gratuit + prix appel classique)
- **Parler de tes difficultés énergétiques à ton propriétaire** est important. Le logement a possiblement besoin de travaux, et c'est **à la charge du propriétaire de faire les travaux**.

L'accès aux droits pour pallier un problème énergétique, les aides juridiques

Qui avertir après ta famille ou tes proches ?

En fonction de où tu habites : L'**ADIL de ton département** (réseau ANIL) pourra t'aider à voir plus clair et t'accompagner dans tes démarches (trouve ton ADIL [ici](#)).

Tu peux trouver aussi de précieux conseils et de l'aide auprès des **associations delocataires** de ton territoire. Par exemple en Isère il y a CLCV, CSF, CNL, CGL...

Le **service social du CROUS** de ton campus peut aussi être un bon point d'entrée pour parler de tes difficultés.

Comment contacter ton propriétaire ?

- Tu peux avoir une soirée chez toi, abimer quelque chose et payer la réparation, mais ça ne doit en aucun cas te bloquer pour faire valoir tes droits pour ton confort énergétique.
- [Mail Type \[Demander l'accès au drive -> Acceptation rapide\]](#) à télécharger pour avertir ton propriétaire d'un problème dans le logement. C'est utile pour l'avertir d'un problème, un propriétaire non averti ne fera aucun changement. Les travaux thermiques dans le logement sont à la charge du propriétaire.
- Les experts en relation propriétaire / locataires sont les ADIL, **pour toute question en lien avec ton propriétaire**, appelle ton ADIL gratuitement. Elle pourra te conseiller sur la manière d'aborder ton propriétaire.

Que faire quand ton logement relève de la non-décence ?

- Pour savoir si ton logement est susceptible d'être **non décent** (tous les critères sur le site service public en lien), tu peux te référer au guide du "[logement décent](#)" créé par l'ADIL et la CAF de l'Isère, il te permettra d'avoir plein de précisions sur le sujet.
- Si tu penses avoir un logement non décent, tu peux contacter le numéro national "info logement indigne" au 0806 706 806. Tu seras mis en relation avec un juriste de l'ADIL, qui t'aidera dans tes démarches. Tu peux aussi contacter ta CAF, même le numéro générique national, tu seras

redirigé puis on demandera aux personnes qualifiées de ta région de te rappeler (ça peut prendre un peu de temps car les services sont très demandés mais ça vaut le coup).

Tu peux aussi contacter le Service Communal d'Hygiène et de Santé (SCHS) de ta ville. Les SCHS sont experts du sujet de l'indécence.

Le fait d'entamer des démarches pour faire connaître ta situation, permettra, en plus d'y remédier, d'éviter aussi aux prochains locataires de ce logement de vivre les mêmes difficultés !

- **CAF loi Alur** : Si ton logement est diagnostiqué non-décent par un professionnel habilité envoyé par la CAF, tu ne paieras que ton loyer résiduel (=loyer moins aide au logement). Attention il faut bien continuer à payer le loyer. Tu percevras toujours les APL pendant cette période. Le propriétaire percevra le delta manquant uniquement s'il fait les travaux dans les 18 mois (sinon il aura perdu les APL). C'est la CAF qui s'occupe de tout. C'est une façon de forcer le propriétaire à faire des travaux dans un délai fixé.

Que faire si tu as un problème de facturation ou que tu n'arrives pas à payer tes factures ?

- Il est important de savoir que souvent la facturation d'énergie est lissée sur l'année et que des régularisations de facture se font au printemps (ou 2 fois par an). Et ces régularisations peuvent représenter des montants de plusieurs centaines d'euros (qu'on peut te demander de payer ou au contraire te rembourser) si ta consommation n'a pas correspondu aux estimations initiales. Faire des relevés de compteurs réguliers et noter ça dans un suivi de consommation peut t'être bien utile pour assurer la maîtrise de tes factures. Par exemple la Métropole de Grenoble a développé un outil en ligne qui permet de faire du suivi de ses consommations énergétiques : [https:// metroenergies.fr/Home](https://metroenergies.fr/Home).
- **Médiateur National de l'Énergie** : En cas de restrictions imposées par les fournisseurs, tu peux dans un premier temps écrire au [médiateur national de l'énergie](#) pour expliquer ta situation et demander à ne pas subir ces restrictions. Il est également possible de négocier avec le fournisseur pour obtenir un échéancier ou des facilités de paiement.
- **Trêve hivernale** : Aucune expulsion locative ni coupure de gaz ou électricité ne peuvent avoir lieu durant la période dite de [trêve hivernale](#), allant généralement du 1^{er} novembre au 31 mars (inclus) de l'année suivante.

Existe-t-il des aides pour payer tes factures d'énergie ?

- **Le Fonds de Solidarité Logement** est une aide délivrée par les départements pour aider au paiement des dépenses liées au logement, de type eau, énergie et autres. L'aide est attribuée sous conditions de ressources. Le fonctionnement des [FSL](#) peut être différent d'un département à un autre. Ça vaut le coup de te renseigner auprès du service social du CROUS de ton campus. Ou sinon auprès de ton Département (au guichet d'un Service Local de Solidarité le plus proche de chez toi) ou auprès de ta CAF. (Exemple du FSL de l'Isère : [lien](#)).
- **Le chèque énergie** peut aider à payer des factures d'énergie (voire des travaux). Il est accessible aux personnes qui ont un revenu fiscal de référence en-dessous de certains seuils. On a un revenu fiscal de référence lorsqu'on déclare nos revenus aux impôts. En général les étudiants ne déclarent pas de revenus aux impôts, et ils sont donc rattachés au foyer fiscal de

leurs parents. Mais si tu es indépendant.e de tes parents pour ce qui est des impôts, alors tu es peut-être toi-même éligible au chèque énergie. Tu peux te renseigner auprès de ton ADIL, et consulter ce site explicatif : [chèque énergie](#).

- **Certaines associations caritatives** peuvent apporter une aide sur le paiement des factures d'énergie. Renseigne-toi auprès des associations présentes localement.

Agir toi-même dès maintenant - Le système D en attendant...

En attendant de pouvoir pallier de manière plus structurelle et pérenne à ta situation, il y a des choses activables pour améliorer ton confort et/ou baisser tes factures énergétiques.

Des petits gestes à faire ?

Les éco gestes peuvent aider à réduire la consommation énergétique ou à améliorer ton confort. [Fiche écogestes de l'ADEME](#), ou [sélection de guides pratiques](#), ou encore site internet de l'[Alec-Rennes](#).

Les solutions "do it yourself"

- L'[atelier 21](#) a développé un programme [Act4energy](#) : des constructions pour améliorer ton confort thermique. Rejoins le discord de l'atelier 21 pour poser tes questions et trouver différentes informations utiles sur ton logement, c'est de la ressource vivante ! [Lien du discord](#).
- Tu peux réduire ta consommation énergétique dans ton logement, pour un coût moindre et un impact écologique réduit. Pour ça regarde les tutoriels du Low tech Lab : [Low Tech Lab](#)

Une sélection de quelques créations vraiment utiles dans le logement :

- o La marmite norvégienne [tutoriel marmite norvégienne Low Tech Lab](#), elle te permet de faire des économies d'énergie au niveau de la cuisson.
- o Le [réducteur de débit d'eau](#) pour économiser l'eau
- o Le [réflecteur de chaleur](#) pour les radiateurs
- o La capote isolante pour ton chauffe-eau pour économiser sur ta facture d'électricité
- o Le Kotatsu pour avoir plus chaud à ta table de travail dans un logement froid
- o et d'autres à explorer !

Pour aller plus loin

Des ressources autour des questions juridiques

- Quizz de la CLCV sur les droits et devoirs des locataires : [Locataires connaissez-vous vos droits](#)

Constructions avancées de Low-Tech pour une utilisation communautaire

- [Le four solaire](#) : parfait pour faire cuire des plats avec du... soleil, c'est tout!
- Le garde-manger, [tutoriel Garde manger Low Tech Lab](#) idéal pour avoir un frigo plus petit! Non, non, non, on ne met pas tous les fruits et légumes au frigo !
- Si tu peux agir sur la structure de ton habitat, et en accord avec le propriétaire de l'habitat : [Chauffe eau solaire](#). ça nécessite un toit, ou du moins une surface ensoleillée, plutôt pour la campagne ou un espace partagé!

Les contacts locaux

Les contacts du bassin grenoblois

- [Service social du CROUS de l'Université Grenoble Alpes](#)
- [ADIL38](#)
- [CAF38](#)
- [Plateforme Précarité Énergétique du CCAS Grenoble](#) et numéro de téléphone associé : 04 76 69 46 26 et mail : pf.budget@ccas-grenoble.fr
- [Services d'Hygiène de la ville de Saint-Martin-d'Hères](#) (cas de non-décence du logement) [Services d'Hygiène de la ville de Grenoble](#), [Services d'Hygiène de la ville de Fontaine](#)
- [Ulisse Energie](#)
- [SOLIHA Isère-Savoie](#)
- Associations de locataires iséroises : [CLCV](#), [CSF](#), [CGL](#), [CNL](#)
- [Droit Au Logement DAL38](#)
- [Logement intergénérationnel DIGI](#)
- [FSL de l'Isère](#) et [Guichets des Services Locaux de Solidarité de l'Isère](#)

Editeurs et contributeurs

Editeurs :

- Nathan Pitillion stagiaire de la chaire HOPE en 2021
- Aude Mingam chargée de mission à la chaire HOPE
- Aurélien Domine de l'atelier 21 (flyer)
- Matteo Minard créateur du conformètre (flyer)
- Agathe Ménage stagiaire de la chaire HOPE en 2020-2021 (flyer)

Contributeurs (qu'on remercie chaudement !) :

- Hélène Aurel de la CAF 38
- Florence Guilcher du CCAS de Grenoble
- Sarah Bedrossian CCAS de Grenoble
- Cécile Martinet de l'ADIL 38
- Stevie Riedinger du Département de l'Isère
- Béatrice Le Moing de la chaire HOPE
- Cédric Carles de l'Atelier 21
- Cyril Nicosia de RER-A
- Anthony Youssef de Génération Précarité
- Emmy Marc de l'UEG

Sources

- [Action logement](#) et le webinaire les étapes clefs pour prendre son logement
- [Site de la caf](#)
- [https:// www.atelier21.org/act4energy/](https://www.atelier21.org/act4energy/)
- Site du [Low-tech lab](#)
- [Site du projet étudiant de centrale Marseille](#)
- FAQ Hellio sur l'ONPE [FAO Hellio sur l'ONPE](#)
- [Data Gouv](#)