

50 TRUCS ET ASTUCES POUR FAIRE DES ÉCONOMIES

- POUR CONSOMMER MOINS D'EAU
- POUR CONSOMMER MOINS D'ÉNERGIE
- POUR PRÉSERVER LA QUALITÉ DE L'AIR

22 °C TEMPÉRATURE RECOMMANDÉE PENDANT LA TOILETTE

16-17 °C LE RESTE DU TEMPS



- Repérez les fuites et réparez-les rapidement.
- Préférez les douches aux bains.
- Coupez l'eau pendant le savonnage.
- Installez des mousseurs sur le robinet et la douchette.
- Privilégiez la position froide lorsque vous fermez les robinets mitigeurs.

17 °C

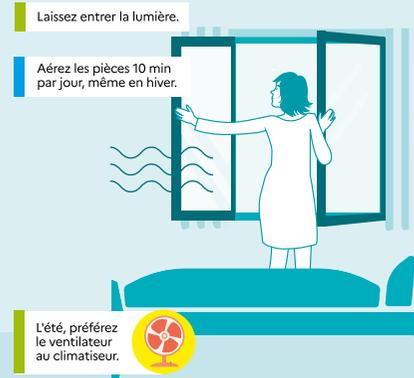
TEMPÉRATURE RECOMMANDÉE LA NUIT ET LORSQUE LA CHAMBRE EST INOCCUPÉE



- Fermez les volets la nuit.
- Installez des rideaux épais et fermez-les la nuit.
- Évitez de recouvrir les radiateurs et de faire pendre les rideaux devant.
- Purgez régulièrement les radiateurs.
- Évitez les radiateurs d'appoint électriques ou au gaz.

19 °C

TEMPÉRATURE RECOMMANDÉE LORSQUE LA PIÈCE EST OCCUPÉE EN JOURNÉE



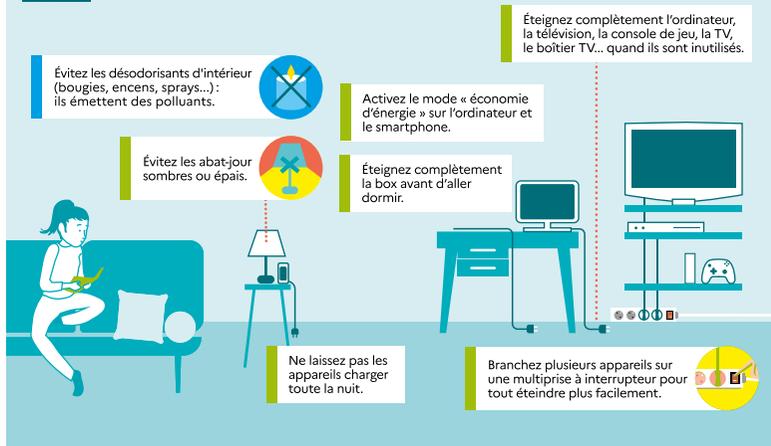
- Laissez entrer la lumière.
- Aérez les pièces 10 min par jour, même en hiver.
- L'été, préférez le ventilateur au climatiseur.



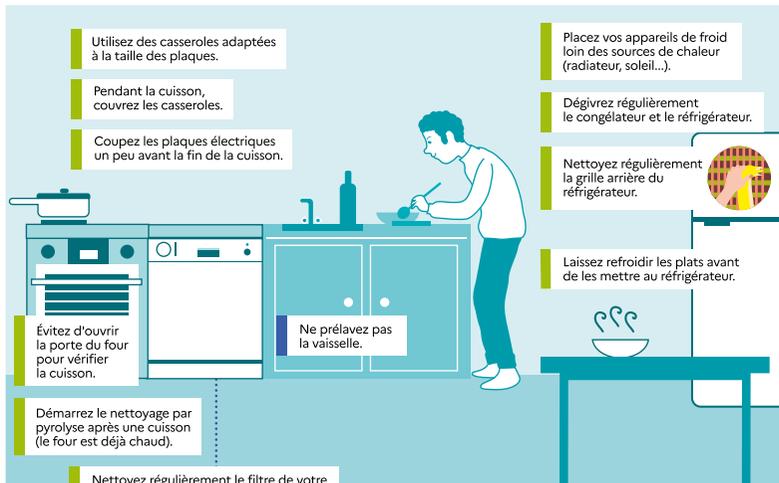
- Éteignez la lumière en quittant une pièce.
- Fermez les portes des pièces peu chauffées.
- Placez des bas de portes sur celles donnant sur la cave ou l'extérieur.

19 °C TEMPÉRATURE RECOMMANDÉE DANS LES PIÈCES DE VIE OCCUPÉES

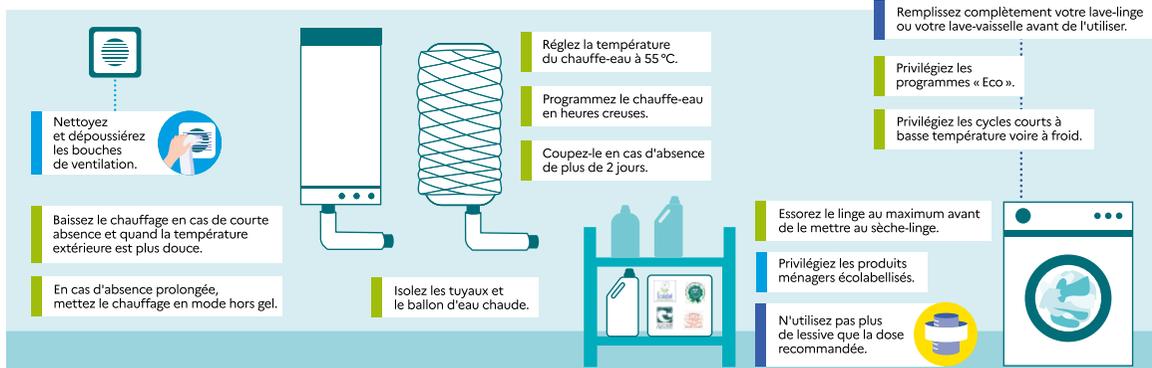
16-17 °C LORSQUE ELLES SONT INOCCUPÉES



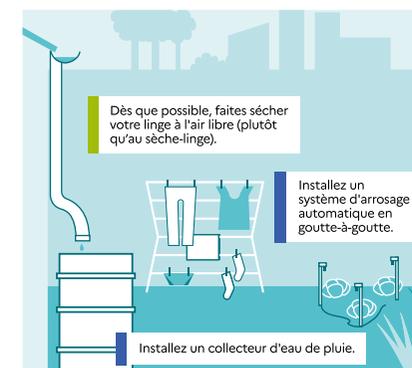
- Évitez les désodorisants d'intérieur (bougies, encens, sprays...): ils émettent des polluants.
- Évitez les abat-jour sombres ou épais.
- Activez le mode « économie d'énergie » sur l'ordinateur et le smartphone.
- Éteignez complètement l'ordinateur, la télévision, la console de jeu, la TV, le boîtier TV... quand ils sont inutilisés.
- Éteignez complètement la box avant d'aller dormir.
- Ne laissez pas les appareils charger toute la nuit.
- Branchez plusieurs appareils sur une multiprise à interrupteur pour tout éteindre plus facilement.



- Utilisez des casseroles adaptées à la taille des plaques.
- Pendant la cuisson, couvrez les casseroles.
- Coupez les plaques électriques un peu avant la fin de la cuisson.
- Placez vos appareils de froid loin des sources de chaleur (radiateur, soleil...).
- Dégivrez régulièrement le congélateur et le réfrigérateur.
- Nettoyez régulièrement la grille arrière du réfrigérateur.
- Laissez refroidir les plats avant de les mettre au réfrigérateur.
- Évitez d'ouvrir la porte du four pour vérifier la cuisson.
- Ne prélevez pas la vaisselle.
- Démarrerez le nettoyage par pyrolyse après une cuisson (le four est déjà chaud).
- Nettoyez régulièrement le filtre de votre lave-vaisselle et de votre lave-linge.



- Nettoyez et dépoussiérez les bouches de ventilation.
- Baissez le chauffage en cas de courte absence et quand la température extérieure est plus douce.
- En cas d'absence prolongée, mettez le chauffage en mode hors gel.
- Réglez la température du chauffe-eau à 55 °C.
- Programmez le chauffe-eau en heures creuses.
- Coupez-le en cas d'absence de plus de 2 jours.
- Essorez le linge au maximum avant de le mettre au sèche-linge.
- Privilégiez les produits ménagers écolabellisés.
- N'utilisez pas plus de lessive que la dose recommandée.
- Remplissez complètement votre lave-linge ou votre lave-vaisselle avant de l'utiliser.
- Privilégiez les programmes « Eco ».
- Privilégiez les cycles courts à basse température voire à froid.



- Dès que possible, faites sécher votre linge à l'air libre (plutôt qu'au sèche-linge).
- Installez un système d'arrosage automatique en goutte-à-goutte.
- Installez un collecteur d'eau de pluie.