

La chambre



Je n'oublie pas d'éteindre la lumière quand je quitte une pièce. L'éclairage représente 10% de la consommation d'électricité en France.



J'installe des rideaux épais et/ou des volets aux fenêtres. L'hiver, je les ferme la nuit pour diminuer les déperditions de chaleur.



Je produis ma propre électricité grâce à l'énergie renouvelable. Par exemple, j'installe des panneaux photovoltaïques sur mon toit.



J'isole ma maison. C'est normal de chauffer sa maison en hiver mais si les murs sont comme du gruyère, la chaleur en profite pour s'échapper au dehors.

La salle de bains



J'évite d'utiliser le sèche-linge, très gourmand en électricité. Je préfère sécher mon linge sur un séchoir ou à l'extérieur.



Je me lave les mains à l'eau froide. Pas la peine d'allumer l'eau chaude : le temps que je me lave les mains, l'eau aura à peine eu le temps de chauffer !



J'utilise la température de lavage la plus basse possible car 80% de l'électricité consommée sert à chauffer l'eau. Un lavage à 90°C consomme 3 fois plus qu'une machine à 30°C.

Le salon



J'utilise des ampoules économes en énergie comme les LED, qui consomment 5 à 10 fois moins que les vieilles ampoules et durent 20 à 50 fois plus longtemps.



J'utilise des multiprises avec un interrupteur ON/OFF pour débrancher totalement les appareils. On peut ainsi économiser jusqu'à 10% d'électricité.



J'éteins mon chauffage quand je m'absente plus de 2 jours.



Je ne surchauffe pas ma maison : j'allume le chauffage à 19°C en journée et à 16°C la nuit. Un degré en moins, c'est 7% d'économie d'énergie !

La cuisine



Pour faire bouillir de l'eau, je préfère la bouilloire électrique, mais attention, je ne réchauffe que la quantité d'eau dont j'ai besoin !



Je mange local et de saison, car ces aliments nécessitent moins d'énergie pour être produits, emballés et transportés.



Je mets un couvercle sur les casseroles en cuisinant. Ce geste simple permet de conserver la chaleur et de consommer jusqu'à 4 fois moins d'énergie.



Je choisis des appareils électroménagers économes, classés de A+ à A+++. Un appareil A+++ consomme jusqu'à 50% de moins !



J'ouvre le congélateur et le réfrigérateur le moins longtemps possible pour ne pas laisser le froid s'échapper. Je règle la température du réfrigérateur à 4°C ou 5°C.

