

# AGIR ENSEMBLE POUR NOTRE PLANÈTE

## ➔ LE GUIDE DES ÉCONOMIES D'ÉNERGIE

*Depuis 1950, notre consommation en énergie s'est multipliée par 5. Les énergies traditionnelles que nous utilisons coûtent de plus en plus chères et se raréfient. Nous devons impérativement prendre conscience de l'impact de nos gestes quotidiens sur la nature et l'environnement.*

- 
- L'EAU POTABLE
  - LE CHAUFFAGE
  - L'ISOLATION
  - L'ÉLECTROMÉNAGER
  - LA LUMIÈRE

*Ce guide vous est offert par [efpservices.fr](http://efpservices.fr)*

*Apprenons ensemble à mieux consommer, tout en préservant notre confort.*

# L'EAU POTABLE



L'EAU POTABLE EST VITALE ET PRÉCIEUSE. EN FRANCE, NOUS EN CONSUMONS 150 LITRES PAR JOUR PAR HABITANT. NOUS DEVONS LA PRÉSERVER CAR SEULEMENT 50% DES EAUX USÉES SERONT ASSAINIES AVANT D'ÊTRE DÉVERSÉES DANS LA NATURE.

**1.** Il faut surveiller les fuites car un robinet qui goutte produit plus de 5000 litres d'eau par an.

**2.** Isolez les tuyauteries d'eau chaude sanitaire car des déperditions de chaleur peuvent se produire.

**3.** Un économiseur d'eau permet de consommer jusqu'à 40% moins.

**4.** Il est préférable d'utiliser une pomme de douche éco qui diminue le débit et donc la consommation d'eau jusqu'à 50%.

**5.** Privilégiez les douches rapides aux bains car ces derniers consomment 5 fois plus d'eau et d'électricité.

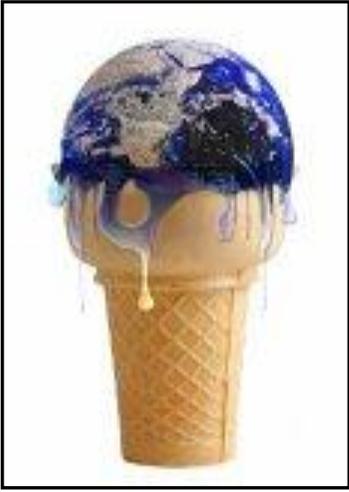
**6.** Durant le brossage des dents, prévoir un verre d'eau plutôt que de laisser le robinet ouvert (soit 12 litres par minute).

**7.** Durant le savonnage, il est recommandé de couper l'eau.

**8.** Choisissez une chasse d'eau à double commande et économisez 35% d'eau.

**9.** Un chauffe-eau solaire peut couvrir 70% des besoins en eau chaude (et bénéficie du crédit d'impôt).

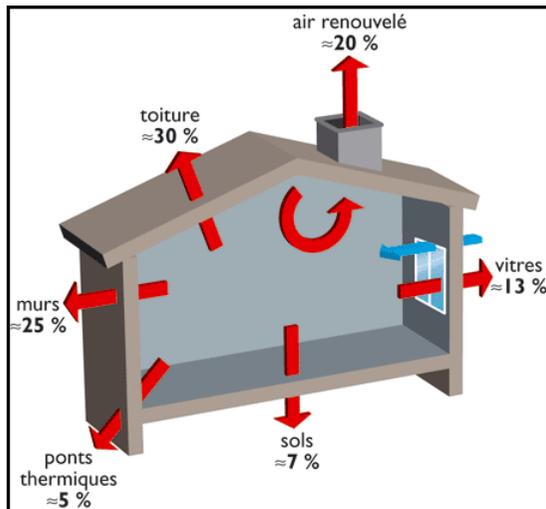
# LE CHAUFFAGE



LE CHAUFFAGE REPRÉSENTE EN MOYENNE 70% DE NOTRE CONSOMMATION D'ÉNERGIE. IL S'AGIT DONC LA D'UN POINT CRUCIAL AUQUEL NOUS DEVONS ACCORDER UNE ATTENTION DES PLUS PARTICULIERE.

- 1.** Baisser la température de 1°C permet d'économiser 7% d'énergie.
- 2.** Comparé à un radiateur traditionnel, une climatisation réversible permet d'économiser 70% de consommation.
- 3.** Isolez les tuyauteries de chauffage qui traversent les zones non chauffées du logement.
- 4.** Une maison vide ne nécessite pas une température élevée donc réduisez votre consommation. N'oubliez pas de baisser le chauffage durant la nuit.
- 5.** Les températures idéales sont 16°C pour la chambre, 19°C pour les autres pièces et 21°C dans la salle de bain.
- 6.** Des vannes thermostatiques garantissent un température de confort pièce par pièce.
- 7.** L'entretien des climatisations et chaudières doit être effectué par des professionnels.
- 8.** Il faut dépoussiérer les radiateurs et les convecteurs pour augmenter le rendement d'émission de chaleur.
- 9.** Un programmeur automatique permet de diminuer la consommation considérablement.
- 10.** Bien fermer les portes entre chaque pièce (surtout lorsque les températures varient) diminue les pertes d'énergie.

# L'ISOLATION



EN CONSTRUCTION OU EN RÉNOVATION, L'ISOLATION THERMIQUE PERMET DE PROTÉGER L'HABITAT CONTRE LES AGRESSIONS EXTERIEURES. L'ISOLATION EST DONC PRIMORDIALE CAR ELLE DIMINUE LES DÉPERDITIONS ET DONC LES DÉPENSES EN ÉNERGIE.

**2.** Vérifiez l'isolation complète de l'habitat et isolez le plancher du grenier lorsque celui-ci n'est pas habitable.

**2.** Il est conseillé de colmatez les joints des portes et des châssis anciens.

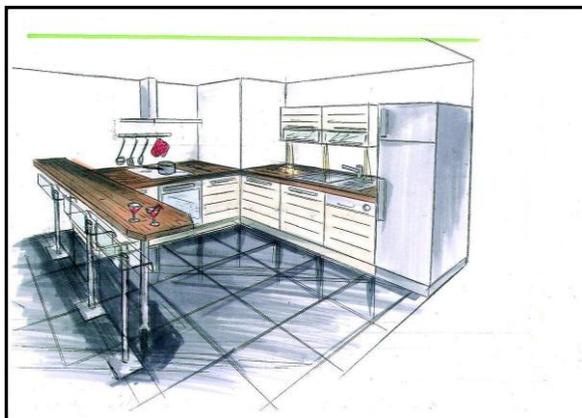
**3.** Les volets roulants permettent de diminuer les pertes d'énergie jusqu'à 60%.

**4.** La nuit, fermez les volets et les rideaux pour optimiser la chaleur ou fraîcheur intérieure.

**5.** En hiver, ouvrir les rideaux côté soleil pour chauffer naturellement.

**6.** En été, limitez les apports de chaleur : fermez les portes, fenêtres, rideaux et favorisez la végétation autour de votre maison.

# L'ÉLECTROMÉNAGER



AUJOURD'HUI, L'ÉLECTROMÉNAGER NEUF DOIT AFFICHER UNE ÉTIQUETTE D'ÉNERGIE, CELA PERMET D'ACHETER MALIN. AUSSI, IL FAUT BIEN LES UTILISER POUR ÉVITER LES DÉPENSES INUTILES.

**1.** Privilégiez les appareils de classe A, qui consomment 3 fois moins d'énergie par rapport à aux appareils de classe C.

**2.** Un frigo de 60 litres par personne et 150 litres par ménage est conseillé ; plus n'est pas nécessaire.

**3.** Placer le frigo dans un endroit éloigné de toute source de chaleur et laissez l'air circuler à l'arrière.

**4.** Il est recommandé de régler correctement le thermostat du frigo : 4°C suffisant. 1°C en moins, c'est 5% d'énergie en moins.

**5.** Il faut dégivrer les appareils froid tous les 6 mois car 4mm de givre peuvent doubler la facture.

**6.** Des joints non étanches consomment facilement 10% de plus.

**7.** Un surgélateur horizontal consomme 15% de plus qu'un surgélateur vertical.

**8.** Pour la machine à laver ou le lave-vaisselle, choisir un programme éco permet d'économiser au moins 25% d'énergie.

**9.** Lancez vos lavages durant les heures creuses et seulement lorsque l'appareil est rempli.

**10.** Essorez bien votre linge et préférez le séchage sur un fil, au lieu du sèche-linge.

**11.** Eteindre les appareils en veille permet d'économiser 50€ par an.

**12.** Préférez les piles rechargeables.

# LA LUMIERE



L'ÉCLAIRAGE REPRÉSENTE PRES DE 10% DE LA FACTURE D'ÉLECTRICITÉ. LE CHOIX DES AMPOULES ET LEUR UTILISATION DOIT DONC ÊTRE EFFECTUÉS JUDICIEUSEMENT. LE PREMIER CONSEIL EST D'ÉTEINDRE LA LUMIERE LORSQUE L'ON SORT DE LA PIECE.

**1.** En moyenne, une ampoule basse consommation dure 10 mois de plus, éclaire 5 fois plus tout en consommant 5 fois moins.

**2.** L'ampoule basse consommation permet de réaliser jusqu'à 75% d'économies.

**3.** La consommation d'une lampe halogène correspond à la consommation de 20 ampoules éco.

**4.** Il est important de dépoussiérer les ampoules et ainsi gagner 40% de flux lumineux.

**5.** Préférez un abat-jour clair car les couleurs foncées absorbent 75% de lumière.

**6.** Pour l'éclairage extérieur, il est conseillé de placer un détecteur de mouvement afin d'éclairer seulement lorsque c'est nécessaire.



*Il est important de changer dès maintenant  
notre regard sur notre consommation en énergie.  
Il est possible, avec de petits gestes quotidiens,  
de consommer moins et donc consommer mieux.*

Ce petit guide sur les économies d'énergies est gratuit !  
Vous pouvez le partager, le recommander, le donner.  
Hors, aucune modification ne sera tolérée. Merci.

[Devenir fan de notre page !](#)

[Nous suivre sur Twitter !](#)

N'hésitez pas à visitez notre site : [efpservices.fr](http://efpservices.fr)

**Ensemble, sauvons notre planète.**