

Le Petit Mémor

Préserver notre confort et réaliser des économies

Si les bons gestes doivent être naturels et permanents, ils seront déterminants lors des pics de consommation : le matin vers 8 heures et le soir entre 18 heures et 20 heures.



L'éclairage

- Faites entrer un maximum de lumière naturelle
- Éteignez la lumière quand vous quittez une pièce
- Limitez le nombre de lumières allumées dans la pièce où vous vous trouvez
- Utilisez des ampoules basses consommation
- Évitez les ampoules halogènes (*elles consomment 4 fois plus qu'une ampoule basse consommation à éclairage équivalent*)

Le chauffage électrique

- Éteignez vos radiateurs dans les pièces inoccupées
- Conservez une température confortable de 19°C dans les pièces à vivre et pour les plus frileux, préférez mettre un pull au lieu d'augmenter le thermostat
- Pour conserver la chaleur durant la nuit, il est conseillé de fermer les rideaux et les volets

Les appareils électriques

- Éteignez les appareils en veille (ordinateurs, TV, décodeur, hi-fi, lecteur DVD, imprimante...) car tous consomment de l'électricité ! (*un téléviseur et un magnétoscope en veille pendant 5 heures = 1 heure d'utilisation*).
- Utilisez votre lave-vaisselle, votre lave-linge ou votre sèche-linge après 20 heures, après les heures de forte consommation.
- Si le dégivrage n'est pas automatique, dégivrez votre réfrigérateur et votre congélateur régulièrement (*la consommation d'un réfrigérateur est doublée à partir de 4 millimètres de givre*).
- Réduisez autant que possible l'utilisation de votre four ou de vos plaques de cuisson.
- Débrancher ou arrêter les ballons instantanés de production d'eau chaude électrique. Et préférez la douche au bain (*il consomme 3 fois plus d'eau, donc 3 fois plus d'électricité*).
- Certains appareils permettent un lancement différé : privilégiez-les
- Reporter le lancement d'activités fortement consommatrices après 20 heures