

## Economiser l'eau chaude : une double bonne idée

Éviter de placer les robinets mitigeurs en position intermédiaire. C'est alors de l'eau tiède qui est utilisée : pour rincer la vaisselle, les légumes, se laver les mains... l'eau froide pourrait très bien convenir.

Traquer les fuites. Si vous avez un doute, notez la consommation de votre compteur d'eau le soir et regardez si les indications ont changé le matin au réveil.

Ne pas laisser fonctionner le ballon d'eau chaude en période d'absence.

Installer des mousseurs ou des réducteurs de débits sur les robinets, vous diminuerez le débit de vos robinets jusqu'à 30 %.

## Transports : faites du sport et des économies !

Privilégiez la marche à pied, le vélo ou les transports en commun, plus économes en énergie.



À vélo, vous vous déplacez plus facilement qu'en voiture et ce n'est pas cher : vous roulez tous les jours pour environ 10 € par mois. Vous pouvez aussi utiliser les vélos en libre service : Vélib à Paris, Vélo'v à Lyon, V'Lille à Lille...

Pour de longs trajets, pensez au covoiturage. Les frais sont alors partagés entre le conducteur et les passagers. Vous pouvez aussi vous tourner vers l'autopartage, système dans lequel une collectivité (autolib' à Paris, Otolis à Poitiers...) met à la disposition de ses utilisateurs des véhicules.

Au volant, conduisez « en souplesse », vous diminuerez votre consommation de carburant de 40 %. Entretenez votre véhicule : gonflage des pneus, révisions et utilisez avec parcimonie la climatisation (10 % de consommation en plus).



L'association de consommateurs CLCV (Consommation, Logement et Cadre de Vie), créée en 1952, agit dans tous les domaines de la vie quotidienne. Indépendante, elle est agréée au titre de la défense des consommateurs, de la protection de l'environnement, de l'éducation populaire, comme association représentant les usagers dans les instances hospitalières et de santé publique. Elle est reconnue représentative des locataires et copropriétaires. Elle est membre du Bureau Européen des Unions de Consommateurs et de Consumers International.

### Plus d'infos sur...

[www.ademe.fr](http://www.ademe.fr)

[www.guide-topten.com](http://www.guide-topten.com)

## Votre association

Siège national : CLCV 59 boulevard Exelmans  
75016 Paris - Tél. : 01 56 54 32 10

[www.clcv.org](http://www.clcv.org)



## Economies d'énergie Moins consommer au quotidien

**L**es tarifs de l'énergie s'envolent et les factures aussi. Quelques gestes peuvent permettre de réduire les consommations et faire baisser les coûts. Suivez le guide !



## Le confort thermique : des astuces efficaces

### Le chauffage



19°C la journée et 16 à 17°C la nuit sont idéal ! Baisser la température de 20°C à 19°C diminue la facture de 7 %.

Investir dans un thermostat programmable et/ou des robinets thermostatiques permettent de moduler la température des pièces en fonction de leur usage.

Pour un chauffage efficace, ne couvrez pas les radiateurs. Vous pouvez aussi apposer un film isolant pour radiateur, qui absorbe la chaleur pour la réfléchir vers la pièce.

### Quels travaux d'isolation thermique ?

Posez des doubles vitrages, des isolants, une ventilation, ils améliorent considérablement le confort thermique d'un logement et sont efficaces tant contre la chaleur que le froid. Des aides existent, renseignez-vous auprès des Espaces Info Energie.



### La climatisation

La climatisation peut être une solution pour les personnes très sensibles à la chaleur, comme les personnes âgées, par exemple. Son utilisation augmente la facture d'électricité : 2 000 kWh pour trois mois pour une petite surface (45 m<sup>2</sup>) et 20 à 25 % en plus sur la facture (Ademe).



### Bon à savoir

Pour rafraîchir votre intérieur, fermez les fenêtres et volets la journée et aérez la nuit. Evitez l'utilisation du sèche-linge, four, ordinateur... ils dégagent beaucoup de chaleur.

## L'électroménager : des économies possibles

### La cuisson

Pendant la cuisson, pour éviter les déperditions de chaleur, mettez un couvercle sur vos récipients et adaptez les récipients à la taille de la plaque de cuisson.

### Le froid

Le givre empêche la bonne circulation du froid et fait donc consommer plus d'énergie, pensez à dégivrer régulièrement votre congélateur.

### La vaisselle

Le lave-vaisselle consomme moins d'eau que la vaisselle à la main. Remplissez de façon optimale la machine avant de la mettre en marche, et si la vaisselle n'est pas très sale, un programme économique suffira.



### Le linge

Laver son linge à 30° est généralement suffisant et moins énergivore. Evitez de faire tourner votre machine à moitié vide et, évidemment, préférez le séchage « naturel » au sèche-linge.

Détartez régulièrement votre fer : remplissez le réservoir de vinaigre blanc et laissez-le s'évaporer complètement.

### Bon à savoir

Vous pouvez utiliser une prise programmable pour automatiser le démarrage et l'arrêt de vos appareils, afin qu'ils ne fonctionnent que le temps nécessaire ou à des heures définies, pendant le tarif « heures creuses », par exemple.

### Faites des choix éclairés...

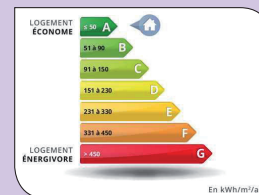
Avant d'acheter, consultez les sélections **TOPTEN**. Vous y trouverez les produits qui consomment le moins d'énergie et les recommandations pour les utiliser au mieux !

Lorsque vos appareils ne fonctionnent plus, pensez à les apporter dans un point de collecte ou en magasin lors de leur remplacement : [www.malampe.org](http://www.malampe.org) et [www.eco-systemes.fr](http://www.eco-systemes.fr)

## Rappel : l'étiquette énergie

L'étiquette énergie donne une information précise et fiable sur la performance énergétique et la consommation d'eau des appareils électroménagers.

Les classes de performances énergétiques varient désormais de A+++ pour les appareils les plus performants à D ou G. Même si les appareils les mieux classés sont un peu plus cher à l'achat, ils sont plus économes à l'usage. Pensez-y !



### Appareils en veille



Pratiquement tous les appareils continuent à consommer tant qu'ils restent branchés, même s'ils ne sont pas utilisés et peuvent sembler éteints.

Pour supprimer les veilles, utilisez des multiprises à interrupteur.

En branchant dessus les appareils (y compris votre « box » grosse consommatrice d'énergie), vous les éteindrez en un seul clic.

## L'éclairage : des conseils lumineux !

### Ampoules fluocompactes

Les ampoules fluocompactes consomment en moyenne 4 à 5 fois moins d'énergie que les ampoules incandescentes à filament et 3 à 4 fois moins que les nouvelles ampoules « éco-halogènes ». Leur prix d'achat plus élevé est rentabilisé en moins de 2000 heures d'utilisation.



### Et puis, n'oubliez pas :

- ne laissez pas les lumières allumées dans les pièces inoccupées
- vos pièces de vie seront plus lumineuses avec des murs aux couleurs claires
- nettoyez régulièrement les ampoules et les abat-jours,
- pour l'éclairage de vos jardins, pensez aux bornes solaires.