

J'économise l'énergie
Quelques gestes à retenir
(extrait du site www.ecologie.gouv.fr)

Chez moi, avant de pousser le bouton du thermostat, je pense d'abord à mes pulls et à une meilleure isolation de mes toits et fenêtres.

C'est plus astucieux pour empêcher de laisser s'échapper la chaleur !

1°C de moins chez soi, c'est 7% de consommation en moins. Je module donc le chauffage en fonction des pièces de la maison !

Pour ma santé, mon porte-feuille et l'environnement, 19°C dans les pièces à vivre et 16°C la nuit dans les chambres sont largement suffisants.

Bien isoler sa maison est la façon la plus économique de la chauffer.

Isoler les toits et les murs de sa maison épargne 10 à 20% d'énergie. Rien que d'installer du double-vitrage, permet d'économiser 10% de chauffage.

Je pense à l'énergie solaire pour chauffer l'eau de ma maison.

Un chauffe-eau solaire bien installé peut aisément couvrir 50 à 70 % de vos besoins en eau chaude et ce quelle que soit la région où j'habite en France.

J'utilise au maximum la lumière naturelle en plaçant près des fenêtres les plans de travail (cuisine, bureau...).

L'éclairage représente en moyenne 15 % de ma facture d'électricité (hors chauffage, eau chaude et cuisson).

De plus, la consommation d'énergie par habitant des pays de l'OCDE est en moyenne 10 fois supérieur à celle des régions en développement, et presque 4 fois plus que la moyenne mondiale.

J'utilise des ampoules basse consommation qui utilisent 4 à 5 fois moins d'électricité que les lampes à incandescence traditionnelles et qui durent en moyenne 6 fois plus longtemps. Le saviez-vous ? D'après les constructeurs européens d'ampoules, si toutes les ampoules à incandescence étaient remplacées par des ampoules basse consommation, l'Europe pourrait se passer de 27 centrales énergétiques.

***Nota :** Attention cependant aux ampoules pour les sources lumineuses trop proches (moins d'1m comme lampes de chevet ou de bureau) car ces ampoules dites « basse consommation » pourraient émettre des radiations électromagnétiques - renseignez-vous - des études sont en cours sur les impacts possibles sur la santé (à l'identique des téléphones portables !)*

Je fais la poussière sur mes ampoules.

Une ampoule bien dépoussiérée offre 40% d'éclairage supplémentaire.

Je ne me fais plus piéger par la veille de mes appareils électriques (TV, ordinateurs ...) !

En les éteignant complètement, j'économise jusqu'à 10% sur ma facture d'électricité. Non seulement j'économise de l'argent et je réduis mes émissions de gaz à effet de serre, mais je prolonge aussi la durée de vie de mes appareils.

Avant d'acheter un appareil électroménager, je pense à consulter son Etiquette énergie.

La consommation de mon lave-linge et de mon réfrigérateur peut être divisée par 3, tout en étant aussi performant.

L'étiquette énergie figure sur tous les appareils électroménagers ainsi que sur les ampoules électriques.

Je pense au couvercle pour faire bouillir de l'eau.

Un couvercle pour maintenir 2 litres d'eau bouillante, c'est 4 fois moins d'énergie consommée.

J'utilise jusqu'au bout la chaleur de mes plaques électriques.

Une plaque électrique de cuisson continue de chauffer 15 min après extinction.

C'est une chaleur gratuite qu'il ne faut pas hésiter à utiliser pour vos longues cuissons.

Je laisse décongeler mes aliments à l'air libre.

Plutôt que d'utiliser le micro-ondes, la décongélation à l'air ambiant ne consomme aucune énergie et préserve la qualité des produits tels que les légumes.

Pour le nettoyage de mon four traditionnel, je profite de la chaleur accumulée lors de la cuisson.

Les fours à pyrolyse demandent beaucoup d'énergie pour atteindre des températures élevées. Je programme donc le nettoyage juste après une cuisson.

Je ne fais fonctionner mon lave-linge ou mon lave-vaisselle que lorsque la machine est remplie et je choisis de préférence un programme court ou économique car un cycle à 40° consomme 3 fois moins d'énergie qu'un cycle à 90°.

Je fais sécher mon linge au grand air, ce qui est beaucoup plus rentable.

Un sèche-linge représente à lui seul 15% de ma consommation annuelle d'électricité. Un réflexe simple et efficace pour éviter de se retrouver sur la corde raide en fin de mois !

Je dégivre régulièrement mon réfrigérateur avant que la couche de givre n'atteigne 3 mm d'épaisseur, ce qui me permet d'économiser jusqu'à 30 % de sa consommation d'électricité.

Je me renseigne avant d'acquérir un nouveau logement.

Je me renseigne sur ses performances énergétiques, appelées « confort thermique » par les professionnels. Ca me permet de mieux contrôler la température en été comme en hiver, pour moins cher, et avec moins d'effet de serre !

Je fais des économies d'énergie et... d'impôts !

Pour mon habitation principale, je choisis des équipements utilisant des énergies renouvelables et je bénéficie ainsi de crédits d'impôts. L'installation d'un chauffe-eau solaire me permet d'obtenir 40% de crédit d'impôt. Tout le monde peut y avoir droit, que l'on soit imposable ou non.