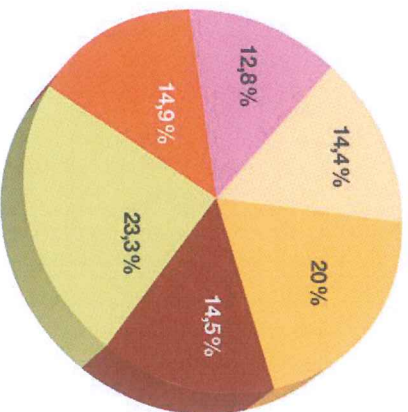




## Répartition des consommations d'électricité chez un particulier (hors chauffage)

2008 : 2726 kWh/ménage



- Audio visuel
- Informatique
- Froid
- Lavage
- Éclairage
- Autres



SOURCE : ENERTECH / CEREN



**Chaque geste** de la vie quotidienne compte pour les économies d'énergie.

**Devenez Eco'acteur** et diffusez ces conseils autour de vous !



Crédits photos © Fotolia.com

# MES 12

## ECO GESTES ÉNERGIE

**ÉCLAIRAGE**  
**CHAUFFAGE**  
**APPAREILS ÉLECTRIQUES**



**ERDF**

ÉLECTRICITÉ RÉSEAU DISTRIBUTION FRANCE



Et l'électricité vient à vous



70%  
d'économie  
d'énergie sur  
votre éclairage,  
C'EST POSSIBLE !

## ÉCLAIRAGE



14% de votre facture d'électricité

### JE FAVORISE L'ÉCLAIRAGE NATUREL

Les couleurs claires sur les murs des pièces réfléchissent mieux la lumière et permettent d'éviter l'éclairage artificiel.

### JE PENSE À ÉTEINDRE LA LUMIÈRE EN QUITTANT UNE PIÈCE

### JE PRÉFÈRE LES AMPOULES BASSE CONSOMMATION

Les ampoules basse consommation consomment 4 fois moins qu'une ampoule à incandescence et ont une longévité 8 fois plus importante.

50%  
d'écono-  
mie d'énergie sur  
votre téléviseur,  
C'EST POSSIBLE !

## APPAREILS ÉLECTRIQUES

### JE COUPE LA VEILLE DE MES APPAREILS ÉLECTRIQUES, C'EST -3 À -4% SUR MA FACTURE

Laisser sa chaîne hi-fi en veille pendant 4 heures consomme autant que de l'écouter 1 heure en continu.



### JE DÉGIVRE MON RÉFRIGÉRATEUR RÉGULIÈREMENT

Dès 0,5 cm de givre, la consommation d'un réfrigérateur augmente ; à 4 cm elle double.

### JE RÉGLE MON RÉFRIGÉRATEUR À LA BONNE TEMPÉRATURE

La température permettant à un réfrigérateur de bien conserver les aliments sans gaspiller de l'énergie est de 5°C.



### JE N'INTRODUIS PAS D'ALIMENTS CHAUDS ET JE COUVRE LES PLATS CUISINÉS POUR EMPÊCHER L'HUMIDITÉ DE S'ÉCHAPPER ET DE FORMER DU GIVRE.

### J'AJOUTE UN ANTI-CALCAIRE À MON LAVE-LINGE SI L'EAU DANS MA RÉGION EST TRÈS DURE

Méfiez-vous, les dépôts de tartre augmentent la consommation d'énergie.

### J'ATTENDS D'AVOIR SUFFISAMMENT DE LINGE POUR REMPLIR MON LAVE-LINGE

En sélectionnant la touche «Eco» ou «demi-charge», vous faites 25% d'économie d'énergie.

### JE CHOISI DES APPAREILS ÉCONOMES ET PREND EN COMPTE LE COÛT DE FONCTIONNEMENT

Plus d'infos sur le site [www.guidetopten.fr](http://www.guidetopten.fr)

40%  
d'économie  
d'énergie sur  
votre réfrigérateur,  
C'EST POSSIBLE !

## CHAUFFAGE



### J'ÉTEINS LES RADIATEURS DANS LES PIÈCES INOCCUPÉES

### JE CONSERVE UNE TEMPÉRATURE CONFORTABLE DE 19°C DANS LES PIÈCES À VIVRE (17°C DANS LES CHAMBRES)

En baissant d'1°C votre chauffage, c'est 7% d'économie sur votre facture.

### JE FERME RIDEAUX ET VOLETS POUR CONSERVER LA CHALEUR DURANT LA NUIT

### JE RÉGLE LA TEMPÉRATURE DE MON CHAUFFE-EAU À 60°C MAXI

