

Plus d'information sur *l'ademe.fr* avec les guides pratique :

Réduire sa facture d'électricité

Économiser de l'eau et de l'énergie chez soi



Pour des infos et des conseils sur le logement,  
rendez-vous :

sur [www.ijmorez.com](http://www.ijmorez.com)

sur les réseaux sociaux avec les hastags

#logementmorez #pijmorez #infojeunessejura



ou directement à :

Point Information Jeunesse

10 Quai Jobez - Morez

Locaux de la médiathèque Arcade

39400 Hauts de Bienne

03 84 33 40 61

[ijmorez@jeunes-bfc.fr](mailto:ijmorez@jeunes-bfc.fr)



**Service logement**

## ASTUCES POUR FAIRE DES ÉCONOMIES D'ÉNERGIE

SERVICE LOGEMENT



## ▣ CHAUFFAGE

C'est le plus gros poste de consommation (65% des dépenses d'énergie). Pour le réduire :

- ✓ J'évite de surchauffer, la température conseillée est 19°C dans le salon et la salle à manger et 16°C dans les chambres.
- ✓ J'éteins les radiateurs quand les fenêtres sont ouvertes pour aérer.
- ✓ Je fais entretenir tous les ans ma chaudière par un professionnel.

**Astuce :** Baisser la température de 1°C, c'est 7% de consommation en moins



## ▣ APPAREILS ELECTRIQUES



- ✓ J'éteins les appareils plutôt que de les laisser en veille. Leur consommation en veille peut représenter jusqu'à 10% de ma facture d'électricité hors-chauffage.
- ✓ Je débranche les appareils électriques lorsque je ne les utilise pas : chargeur de portable, petit électroménager...

**Astuce :** J'éteins les veilles des appareils Hi-fi, ordinateurs, TV... avec une multiprise munie d'un interrupteur.

## ▣ LAVE LINGE



- ✓ Je remplis entièrement mon lave-linge avant de le mettre en marche.
- ✓ Je fais sécher mon linge à l'air libre (le sèche-linge est très énergivore). Si ce n'est pas possible : j'essore bien le linge avant de le mettre dans le sèche-linge.

**Astuce :** 25% d'électricité économisée avec un lavage à 40°C au lieu de 60°C et laver son linge en heures creuses si possible.

## ▣ AMPOULES

Bien que les ampoules LED soient encore un peu plus chères à l'achat, elles ont une durée de vie 6 à 10 fois supérieure aux ampoules classiques. De plus, en consommant 5 fois moins d'électricité, elles sont beaucoup plus économiques.

## ▣ ROBINETS

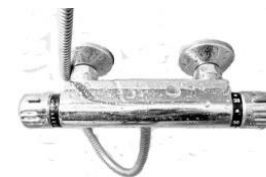
- ✓ Ne pas laisser l'eau couler : coupez-la quand vous vous brossez les dents, savonnez les mains, nettoyez la vaisselle...

Pensez aussi à remplacer ou à équiper vos robinets pour qu'ils consomment moins d'eau pendant que vous les utilisez avec :

des **mousseurs hydroéconomes** : ils permettent de diminuer le débit du robinet d'environ 12 L/minute à 7 L/minute, soit environ 0,1 € par minute. Un mousseur coûte entre 5 et 10 €.



Il existe pour les douches des **mitigeurs thermostatiques**, où l'eau chaude arrive plus rapidement (demande une installation et un coût de 20 à 70€)



## ▣ DOUCHE/BAIN

- ✓ Le premier réflexe à prendre est de privilégier les douches par rapport aux bains. En effet, un bain consomme de 150 à 200 L d'eau alors qu'une douche environ 100 L en 5 min.

**Bon à savoir :** en remplaçant vos bains par des douches, vous économiserez de 50 à 100 € par an.

## ▣ TOILETTE

Les économies énergétiques les plus facilement réalisables concernent vos toilettes. En effet, chaque chasse d'eau coûte en moyenne 0,34 €, soit quasiment 40 € par personne et par an.

- ✓ Équiper vos chasses d'eau d'un **système à double commande**, vous réduirez facilement leur consommation.

**Astuce :** Vous pouvez mettre une bouteille d'eau pleine ou une brique dans le réservoir d'eau, afin de diminuer la quantité d'eau écoulée. Cela vous permet d'économiser sans dépenser de l'argent.



*Vous voulez faire des économies d'énergie?  
Voici quelques astuces gratuites ou peu coûteuses...*