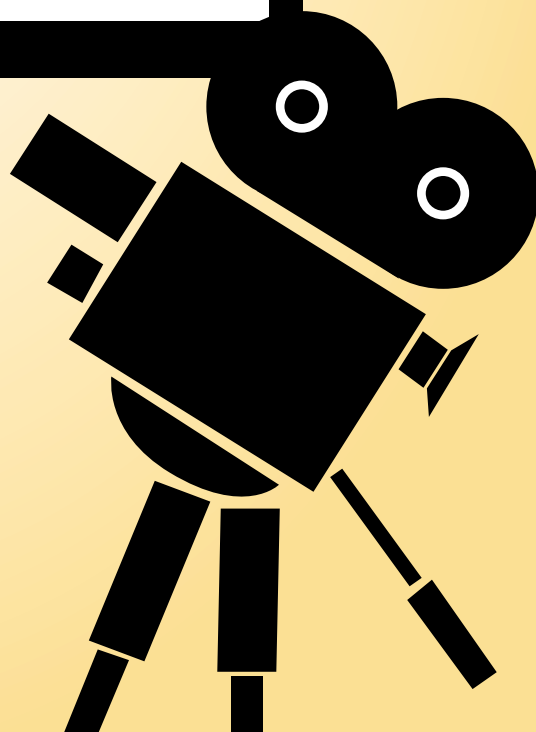
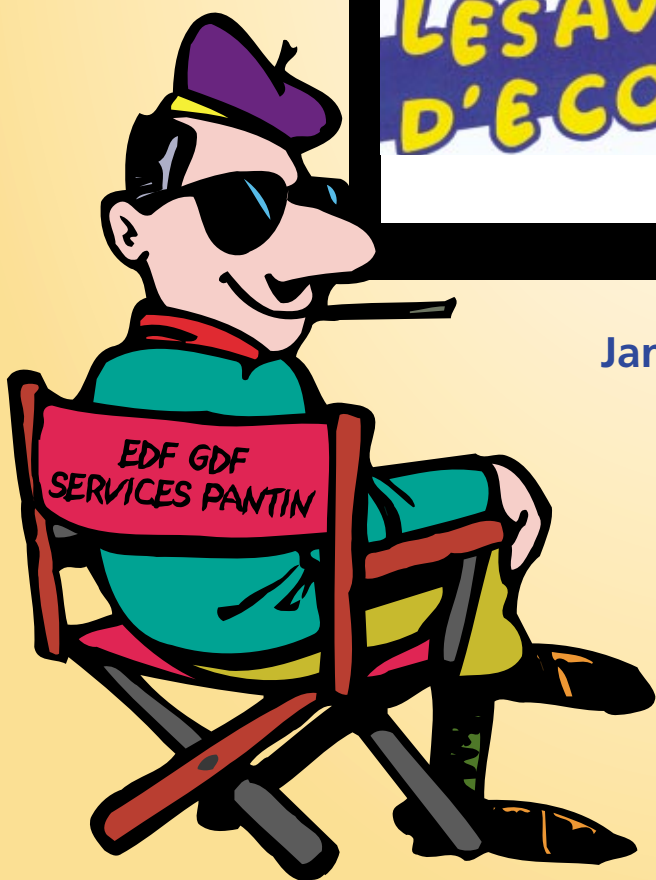


quelques conseils
pour économiser
l'énergie à la maison



Janvier 2003



Quelques conseils

A la cuisine



Je fais attention lorsque j'achète mes lampes. Certaines consomment plus que d'autres.



Lorsque la pièce est vide, j'éteins les lumières.



Je ne laisse pas mon fer à repasser branché lorsque je ne m'en sers pas.



Une douche consomme 5 fois moins d'eau et donc d'électricité qu'un bain.



Les aliments ne cuisent pas plus vite à gros bouillons. Une cuisson modérée suffit et consomme moins. Je mets un couvercle sur mes récipients.



Je pose mes casseroles sur des feux adaptés à leur taille. Si j'utilise des plaques électriques, je les éteins avant la fin de la cuisson. Elles continueront à chauffer.

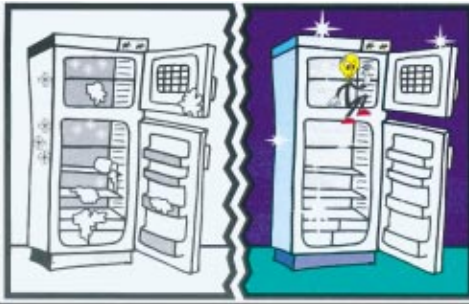


Je ne rince pas la vaisselle à l'eau courante mais dans un bac.



Je couvre et je laisse refroidir complètement mes plats avant de les mettre au réfrigérateur.

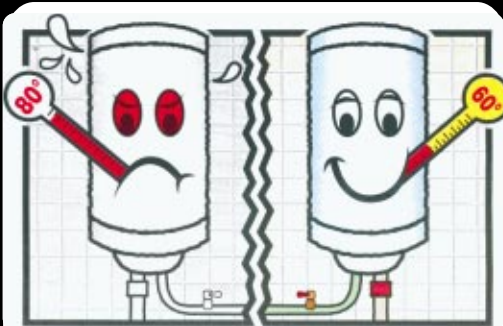
Température



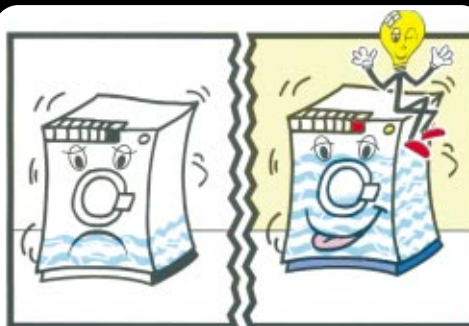
Je nettoie et je dégivre mon réfrigérateur régulièrement.



Je fais attention à l'emplacement du réfrigérateur.



Mon chauffe-eau se plaît à 60°. Ainsi je consomme moins et je ne me brûle pas les mains avec l'eau.



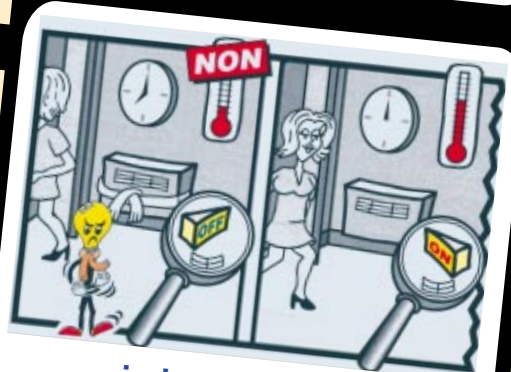
Je remplis ma machine au maximum (les petites lessives consomment autant que les grandes).



La température de confort de mon logement est de 19° pour les pièces de jour et 15° pour les chambres.



Lorsque je m'absente plus de 3 heures, je n'éteins pas complètement mon chauffage, mais...



... je le baisse de 4°. Cela me permet de diminuer ma consommation.



Quand j'ouvre la fenêtre pour aérer la pièce (pas plus de 5 mn par jour), j'éteins complètement mon chauffage.

Attention



J'éteins et je dépoussière
2 fois par an
tous mes convecteurs.



Je ne bouche pas mes
aérations. Une maison bien
ventilée est une maison
plus saine.



Je ne démonte pas mes
convecteurs **sous peine**
de m'électrocuter. J'appelle
un technicien compétent.

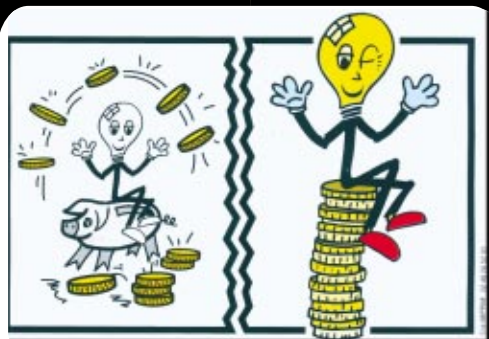


Je ne mets rien sur et devant
mon radiateur. Cela empêche
la diffusion de la chaleur et
risque de créer un incendie.



Je ne mets rien dans mes
convecteurs. Cela peut brûler
et créer un incendie.

Conclusion



Je ne joue pas avec l'argent et
j'applique toutes ces consignes
pour dépenser moins.

FIN

Dossier réalisé
par EDF GDF SERVICES
PANTIN