



Ateliers éco-gestes





*Quand le chauffage
ou la climatisation
est allumé(e), laisse
tes fenêtres fermées !*

JE DIS «OUI» AUX ÉCONOMIES, J'ADOpte LES BONS GESTES !



*En hiver,
tu peux conserver
la chaleur accumulée dans
la journée en fermant les
volets lorsqu'il fait nuit !*

JE DIS «OUI» AUX ÉCONOMIES, J'ADOpte LES BONS GESTES !



*Évite de poser
des objets ou du linge
sur ton radiateur
pour qu'il soit efficace.*

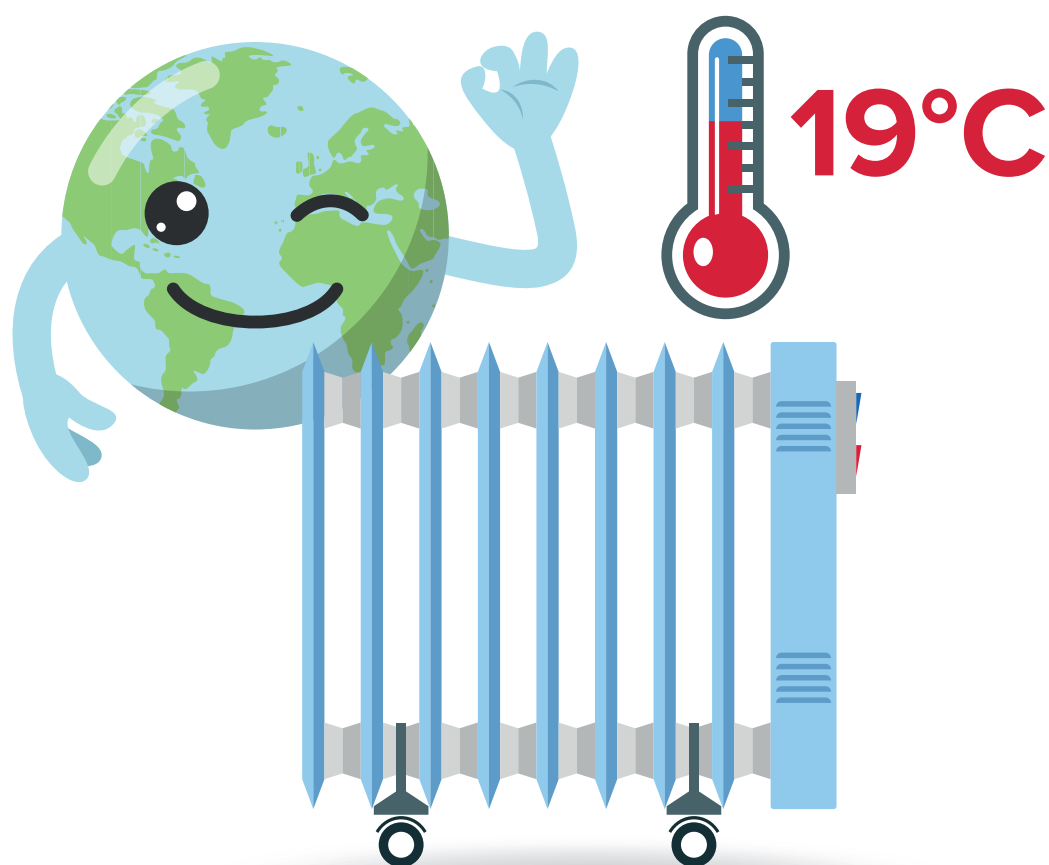
JE DIS «OUI» AUX ÉCONOMIES, J'ADOpte LES BONS GESTES !



*Évite de laisser
pendre tes rideaux
devant ton radiateur
pour qu'il soit plus
efficace !*

JE DIS «OUI» AUX ÉCONOMIES, J'ADOpte LES BONS GESTES !

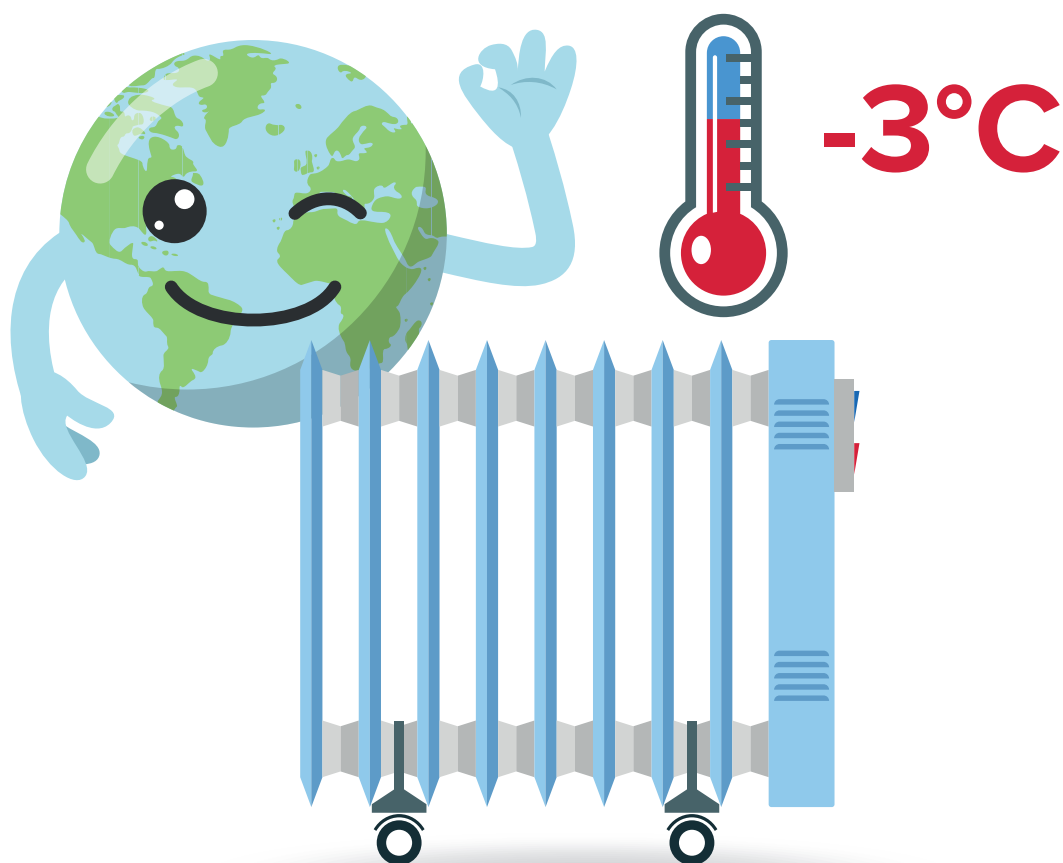
Règle ton radiateur à la bonne température



Dans les pièces occupées la journée,
la température idéale est entre **19** et **21°C**.

La nuit et dans les pièces peu occupées la journée,
la température idéale est de **17°C**.

En cas d'absence, baisse la température de ton radiateur



En cas d'absence de plus de 3 heures, si tu le peux,
baisse la température de 3°C.

En cas d'absence sur plusieurs jours en hiver,
règle ton radiateur en position «hors gel».



*Pense à couper l'eau
lorsque tu te brosses
les dents ou lorsque
tu te rases !*

JE DIS «OUI» AUX ÉCONOMIES, J'ADOpte LES BONS GESTES !



*Vérifie régulièrement
si tu n'as pas de fuites,
elles te font gaspiller
de l'eau et de l'énergie !*

JE DIS «OUI» AUX ÉCONOMIES, J'ADOpte LES BONS GESTES !

Privilégie la douche plutôt que le bain



La douche consomme **trois fois moins d'eau**.

Moins d'eau à chauffer,
c'est autant d'énergie que d'eau économisées !

Robinet fermé, eau économisée !



Pense à fermer ton robinet
lorsque tu te brosses les dents ou que tu te rases.



*Pour gagner
en luminosité,
dépoussièrè tes lampes !*

JE DIS « OUI » AUX ÉCONOMIES, J'ADOpte LES BONS GESTES !



*N'oublie pas d'éteindre
les lumières en sortant
de la pièce !*

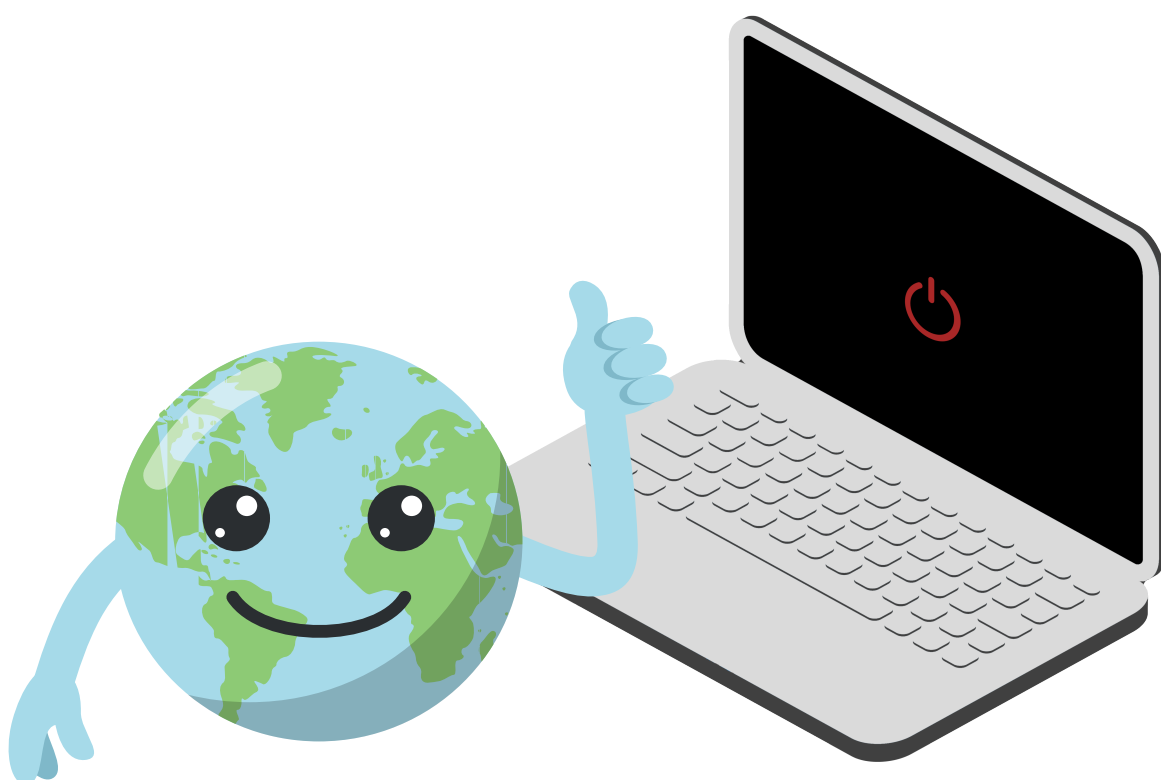
JE DIS «OUI» AUX ÉCONOMIES, J'ADOpte LES BONS GESTES !

Utilise des lampes à LED



Les lampes à LED consomment **peu** d'électricité
et durent **longtemps**.

Éteins tes appareils lorsque tu ne les utilises pas



Ne laisse pas tes appareils en veille lorsque tu ne les utilises pas, pense à les éteindre.

Tu peux ainsi économiser jusqu'à **10%** de ta consommation.



*Pour économiser
de l'énergie, utilise un
coupe-veille ou une multiprise
à interrupteur !*

JE DIS «OUI» AUX ÉCONOMIES, J'ADOpte LES BONS GESTES !



*Si tu remplaces
ton électroménager,
choisis des appareils
plus économes en énergie !*

JE DIS «OUI» AUX ÉCONOMIES, J'ADOpte LES BONS GESTES !



*Pour économiser
de l'énergie,
remplis au maximum
ta machine à laver !*

JE DIS «OUI» AUX ÉCONOMIES, J'ADOpte LES BONS GESTES !

Utilise un programme basse température

30/40°C



Les programmes «basse température» (30°C/40°C) permettent de consommer trois fois moins d'énergie qu'un cycle à 90°C.



Pour éviter les pertes de chaleur, limite les ouvertures de ton four pendant son utilisation

JE DIS «OUI» AUX ÉCONOMIES, J'ADOpte LES BONS GESTES !



*Mettre un plat
chaud au frigo favorise
la formation de givre
et est énergivore !*

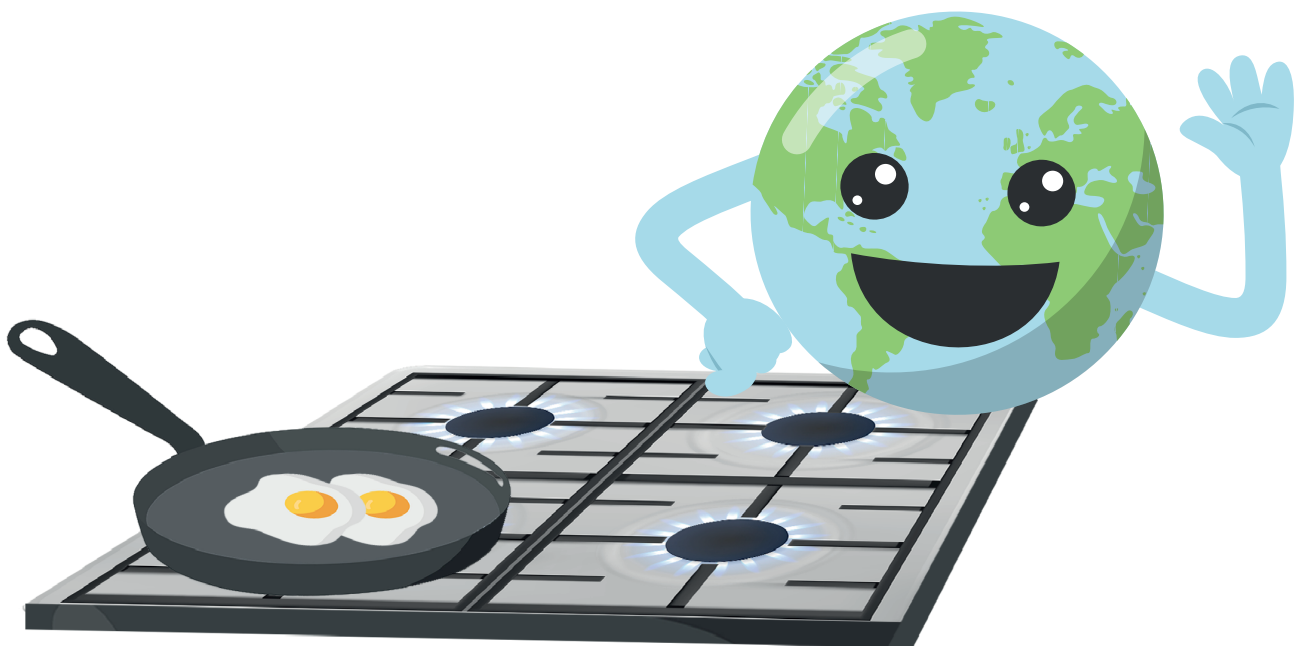
JE DIS «OUI» AUX ÉCONOMIES, J'ADOpte LES BONS GESTES !



*Mets un couvercle sur
tes poêles et casseroles
pour écourter le temps
de cuisson de tes plats !*

JE DIS «OUI» AUX ÉCONOMIES, J'ADOpte LES BONS GESTES !

Adapte tes récipients à la taille de ta plaque



Pour économiser de l'énergie, utilise un récipient de diamètre égal à celui de ta plaque.

Mets **un couvercle** sur ta casserole pour conserver la chaleur et permettre une cuisson plus rapide.

Évite de mettre des plats chauds dans ton frigo



Mettre un plat chaud dans ton frigo favorise la formation de givre et augmente ta consommation d'énergie.