

## Comment faire des économies d'énergie au quotidien



La consommation d'énergie représente une partie non négligeable des dépenses chez les ménages. Il existe de nombreuses solutions pour réduire votre consommation énergétique, que ce soit des réflexes à prendre au quotidien ou des petits équipements à installer. Pas besoin d'habiter dans une cabane pour limiter votre consommation d'énergie, voici des moyens simples de faire des économies chez vous !

### Quelques conseils :

- J'évite de surchauffer mon logement. Il est conseillé une température de 19°C dans les pièces à vivre, et 16°C dans les chambres
- Je baisse le chauffage dans les pièces inoccupées
- Je fais entretenir chaque année ma chaudière par un professionnel et je purge régulièrement mes radiateurs
- J'utilise un éco-mousseur sur mes robinets pour réduire ma consommation d'eau
- Je branche mes appareils sur une multiprise avec interrupteur pour couper le courant facilement et ainsi éviter la veille prolongée
- Je lave mon linge à basse température
- Je dégivre mon réfrigérateur dès que la couche de givre dépasse 3mm.
- Je privilégie le lave-vaisselle rempli en mode « éco » plutôt que de faire la vaisselle à la main
- Je recouvre mes casseroles quand je cuisine
- Lorsque je me brosse les dents j'utilise un verre pour me rincer plutôt que de laisser couler l'eau
- J'installe des ampoules LED
- Je privilégie le séchage de mes vêtements à l'air libre
- J'installe des bas de porte devant les portes pour éviter les déperditions de chaleur
- Je préfère la douche au bain
- Je pose des joints autour des fenêtres

Vous souhaitez aller plus loin et réaliser au moins 8% d'économie sur vos factures participez au Défi des familles à énergie positive, dispositif national relayé sur le territoire par le Parc naturel régional de l'Avesnois. Pour cela inscrivez-vous sur la plateforme locale <http://avesnois.familles-a-energie-positive.fr> ou contactez Melvin Deljehier au 03 27 21 49 51.