

# 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 :

### Eau :

- Je préfère la douche au bain,
- J'utilise un éco-mousseur sur mes robinets pour réduire ma consommation d'eau,
- Je privilégie le lave-vaisselle rempli en mode « éco » plutôt que de faire la vaisselle à la main,
- Lorsque je me brosse les dents j'utilise un verre pour me rincer plutôt que de laisser couler l'eau...

### Chauffage :

- Je baisse le chauffage dans les pièces inoccupées,
- J'évite de surchauffer mon logement. 19°C dans les pièces à vivre et 16°C dans les chambres, c'est suffisant,
- Je fais entretenir chaque année ma chaudière par un professionnel et je purge régulièrement mes radiateurs,
- J'installe des bas de porte devant les portes et des joints à mes fenêtres pour éviter les déperditions de chaleur...

### Électricité :

- J'installe des ampoules LED,
- Je lave mon linge à basse température,
- Je privilégie le séchage de mes vêtements à l'air libre,
- Je dégivre mon réfrigérateur dès que la couche de givre dépasse 3mm,
- Je branche mes appareils sur une multiprise avec interrupteur pour couper le courant facilement et ainsi éviter la veille prolongée...

Vous voulez découvrir toute la liste des gestes, n'hésitez pas à télécharger le Guide « **Gestes simples pour économiser** » téléchargeable sur le site de l'ADEME : [www.ademe.fr](http://www.ademe.fr)

En complément de ces éco-gestes, si vous souhaitez réaliser des travaux de rénovation énergétique de votre logement, vous pouvez bénéficier d'aides proposées par l'Etat (éco-prêt, certificats d'économie d'énergie, chèque énergie, Pour connaître les aides auxquelles vous pouvez prétendre, rien de plus simple, rendez-vous sur les sites : [www.ademe.fr](http://www.ademe.fr) rubrique particuliers et éco-citoyens ou sur [www.service-public.fr](http://www.service-public.fr) rubrique logement.