



# Comment réduire votre facture d'énergie

Ce livret vous permettra d'avoir quelques pistes pour faire des économies au quotidien par des gestes simples pouvant permettre de réduire votre consommation, votre facture et par la même occasion, de faire un geste pour notre planète.

**Union Départementale de l'Isère - Siège Social**  
**31, rue Alfred de Musset 38100 Grenoble**

Siret : 321 044 067 00031 – APE : 9499Z – N° inscription Préfecture : W381001066

**Tél. : 04 76 22 06 38 - Fax : 04 76 22 88 41 - Courriel : [isere@clcv.org](mailto:isere@clcv.org)**

Association nationale de consommateurs, de défense de l'environnement, d'éducation populaire, association éducative complémentaire de l'enseignement public, représentative des locataires et des copropriétaires – Membre du Bureau Européen des Unions de Consommateurs et de Consumers International

# Chauffage

Un pull en hiver c'est normal !

Ce qui ne l'est pas c'est d'avoir **25°C** dans son logement en plein hiver.

Les températures conseillées (source ALEC):

- Chambres : 17°C
- Salon : 19°C
- Salle de bain ou douche : 21° C



Attention : 1°C de plus correspond à une augmentation de **7 à 15%** de votre consommation et donc de votre facture d'énergie.

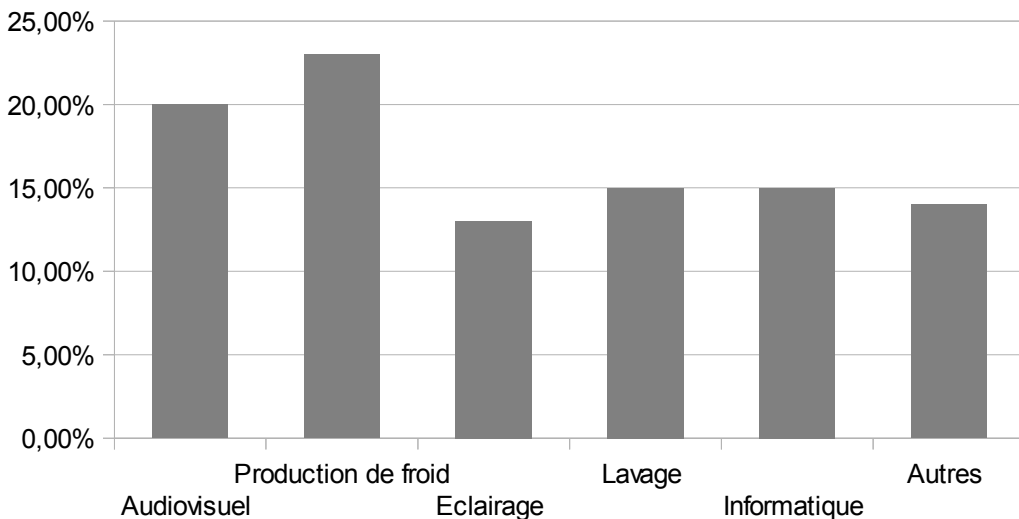
19 °C est la température minimale légale due par le bailleur !

## **Comment économiser sur votre facture de chauffage ?**

- ◆ En réduisant la température dans les pièces (lorsque c'est possible) vous réduirez non seulement votre facture mais également l'impact sur notre planète.
- ◆ Lorsque vous êtes absent durant la journée pensez à baisser la température à 16°C.

- ◆ Lorsque vous aérez votre logement coupez le chauffage durant ce laps de temps.
- ◆ La nuit fermez les volets et les rideaux et ne chauffez pas les pièces inoccupées.

## **La répartition des consommations d'électricité !**



## **Réduire ma consommation d'électricité.**

- Évitez les halogènes, préférez les ampoules basse consommation ou les LED (light-emitting diode ).
- Utilisez au maximum l'éclairage naturel, laissez les volets ouverts lorsqu'il fait jour.
- Coupez les veilles de vos appareils (télévision, ordinateur...).



La consommation passive des équipements domestiques (Télévisions, box internet, ordinateurs en veille ou encore chargeurs de téléphone laissés dans les prises...) représente 11% de la facture annuelle des français soit environ 86€. (Source ADEME)

- Lorsque la pièce est vide pendant une longue durée éteignez la lumière, l'éclairage représente 20% de la consommation électrique.
- Si vous avez un chauffe-eau, réglez le à 60°C maximum, votre consommation sera moins importante.
- Choisissez bien vos appareils ménagers (étiquettes énergétiques). Exemple de la TV :

Écran  
cathodique  
= 71 kWh/an

LCD  
= 183 kWh/an

Plasma  
= 492 kWh/an

- Une machine qui lave à 90° coûte 3 fois plus qu'à 30°C !
- Pensez à dégivrer vos réfrigérateurs car 3 cm de givre entraîne une augmentation de votre consommation de 30%.
- Préférez les modes de transport doux (marche, transport en commun, vélo, trottinette...)