

1

Je règle la température grâce au thermostat d'ambiance et à l'aide des vannes thermostatiques (vannes avec des numéros).



2

En été, je coupe ma chaudière si j'ai le chauffage central.



2

En été, je coupe ma chaudière si j'ai le chauffage central.

La veilleuse d'une chaudière au gaz consomme de l'énergie 24 h sur 24, sans parler des pertes causées par son fonctionnement! Par an, cela représente jusqu'à 250 m³ de gaz. Si vous vous absentez plus d'une semaine, éteignez totalement votre chaudière.

Si c'est un autre appareil qui réchauffe votre eau chaude sanitaire, éteignez également la chaudière durant toute la période où vous ne chauffez pas votre habitation. Pour une sécurité totale, fermer la vanne d'arrivée du gaz.

Enfin, si vous remplacez votre installation, choisissez une chaudière sans veilleuse (à allumage automatique).



1

Je règle la température grâce au thermostat d'ambiance et à l'aide des vannes thermostatiques (vannes avec des numéros).

Maintenez une température maximale de 19 à 20° C, c'est une température ambiante saine et tout à fait suffisante pour assurer son confort.

La nuit, quand vous êtes sous la couette, ou en journée, lorsque vous êtes absent, une température ambiante de 16° dans votre logement est suffisante.

Si vous partez longtemps (ex. un long weekend ou une semaine de vacances), maintenez votre chauffage sur 12°C maximum.

Si vous en avez, les vannes thermostatiques (vannes avec des numéros) vous permettent de régler la température de chaque pièce: position 1 = 12°C, 2 = 16°C et 3 = 20°C. Cela évite de surchauffer des pièces qui profitent d'énergie gratuite comme le soleil, ou de chauffer inutilement des locaux peu fréquentés.



3

En hiver, je ferme les rideaux et volets lorsque le soleil est couché.



4

En hiver je purge les radiateurs et j'enlève la poussière des convecteurs.

Je fais aussi entretenir régulièrement mon boiler/chauffe-eau au gaz.



4

En hiver je purge les radiateurs et j'enlève la poussière des convecteurs.

Je fais aussi entretenir régulièrement mon boiler/chauffe-eau au gaz.

Si la partie inférieure de votre radiateur est chaude tandis que la partie supérieure est froide, c'est qu'il a besoin d'être purgé. Dévissez le petit robinet et attendez jusqu'à ce que l'eau coule. Faites-le plusieurs fois par an, sans éteindre la chaudière. Si votre logement comprend plusieurs étages, commencez d'abord par les radiateurs du bas et remontez vers les étages supérieurs.

La poussière retient la chaleur. Faites régulièrement les poussières des radiateurs et autres convecteurs pour leur garantir le meilleur fonctionnement possible.

Pour économiser du combustible et garantir votre sécurité, rien de tel qu'un bon entretien de votre chaudière. Pour les chaudières au mazout, la loi oblige un entretien par an. Pour les chaudières au gaz, un entretien tous les 3 ans est conseillé pour assurer un rendement optimal.



3

En hiver, je ferme les rideaux et volets lorsque le soleil est couché.

Vous réduirez les fuites de chaleur par les fenêtres de 30 à 50%, surtout par temps froid et si vous disposez de simples vitrages. Ne placez pas les rideaux devant les radiateurs ou ne les laissez pas pendre juste au dessus, sinon vous chauffez la fenêtre au lieu de chauffer l'intérieur de la pièce!



5

Tous les jours je ventile bien en ouvrant grand les fenêtres pendant 15 minutes. Je ferme le chauffage pendant que mes fenêtres sont ouvertes.



6

J'éteins la lumière en sortant des pièces.



6

J'éteins la lumière en sortant des pièces.



Dans les pièces que vous quittez ou qui restent vides, éteignez la lumière, en tous cas si l'éclairage est fait de lampes classiques (pour les lampes « néons »: éteignez la lumière si l'absence dure plus de 20 minutes). Elle ne sert à rien ni à personne.

Apprenez ce geste à vos enfants s'ils n'ont pas encore ce réflexe. Plus tôt on a ce réflexe, plus il est durable.

5

Tous les jours je ventile bien en ouvrant grand les fenêtres pendant 15 minutes. Je ferme le chauffage pendant que mes fenêtres sont ouvertes.

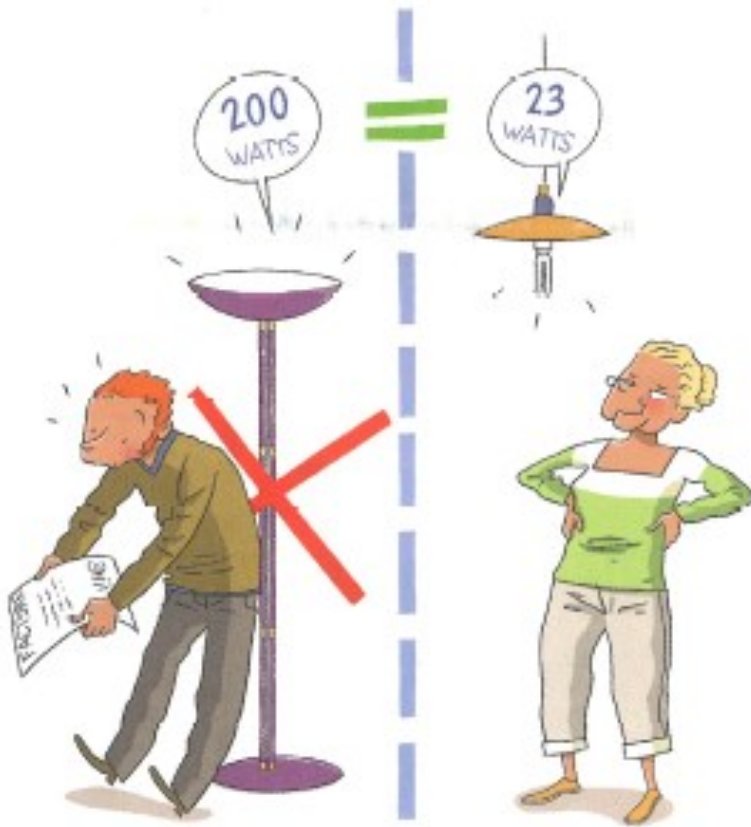
Été comme hiver, pour votre santé, il est capital de renouveler régulièrement l'air de votre habitation. Cuisiner ou se chauffer pollue votre logement à cause des particules et des gaz dégagés dans l'air. Cela produit aussi de la vapeur d'eau, tout comme votre respiration.

Une pièce trop humide favorise le développement de bactéries et de champignons qui peuvent être à l'origine d'allergies respiratoires et abîmer votre logement. Si votre logement n'est équipé d'aucun système de ventilation, vous pouvez assurer vous-même une ventilation minimale: chaque jour (même en hiver... en coupant le chauffage un instant!) dans chaque pièce, ouvrez grand la fenêtre pendant au moins 15 minutes pour renouveler l'air.



7

Je remplace mes lampes classiques et/ou hallogènes par des ampoules économiques.



8

Pour éteindre mes appareils électriques (TV, DVD, chaîne hi-fi, ordinateur,...), j'appuie sur le bouton de l'appareil, ou je débranche la prise.



8

Pour éteindre mes appareils électriques (TV, DVD, chaîne hi-fi, ordinateur,...), j'appuie sur le bouton de l'appareil, ou je débranche la prise.

Tous les appareils qui restent branchés en mode « veille » (ou « stand by ») consomment de l'électricité quand ils ne sont pas utilisés. Il faut donc les éteindre complètement, c'est-à-dire actionner le bouton d'allumage « on/off » sur l'appareil lui-même. Quand vous éteignez votre ordinateur, éteignez également l'écran et tous les périphériques.

De même il est parfaitement inutile et coûteux de laisser branchés en permanence les chargeurs de piles, GSM, brosses à dents, appareils photos, etc. Otez les de la prise quand ils ne servent pas. Enfin, pensez aux multiprises à interrupteur: en un seul clic, tous vos appareils sont complètement débranchés.

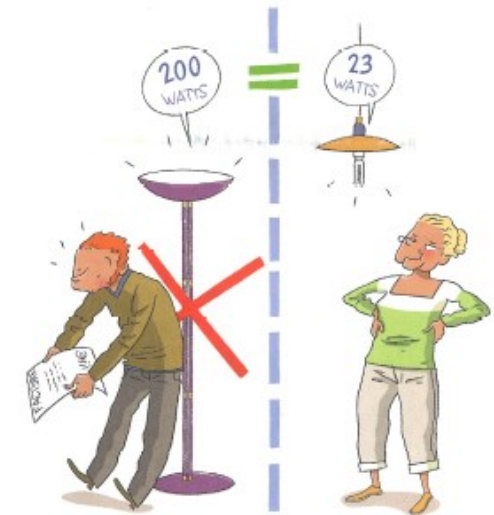


7

Je remplace mes lampes classiques et/ou hallogènes par des ampoules économiques.

Une ampoule économique (catégorie « A » sur l'étiquette énergie de l'emballage) donne la même puissance d'éclairage qu'une ampoule classique pour 4 fois moins d'électricité. En outre, elle chauffe beaucoup moins et peut vivre jusqu'à 15 fois plus longtemps. L'achat, plus cher, est donc vite récupéré. Les modèles récents de lampes économiques ont un éclairage plus chaud et plus agréable que les premières qui ont été mises sur le marché: on peut donc en placer partout.

Nouveau: les lampes LED font leur apparition. Encore plus économiques et performantes, demandez-les!



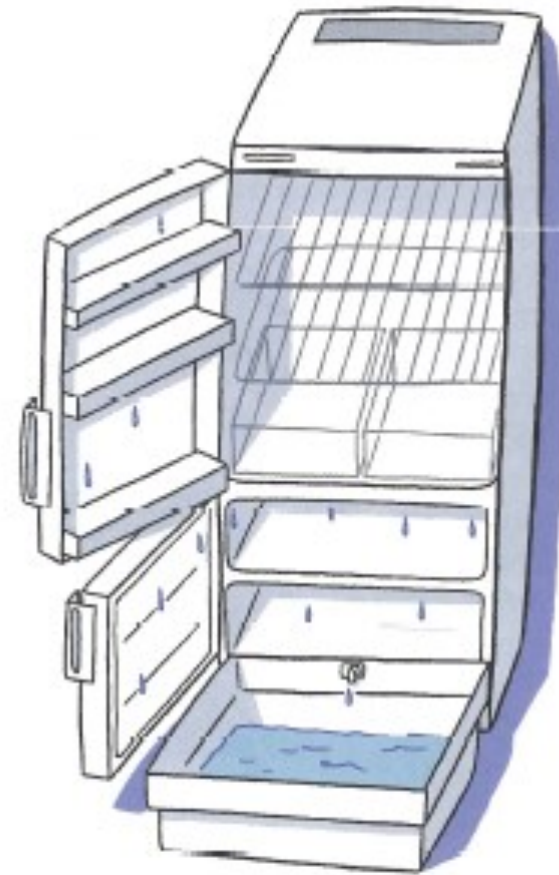
9

Je mets le couvercle sur mes casseroles quand je cuisine.



10

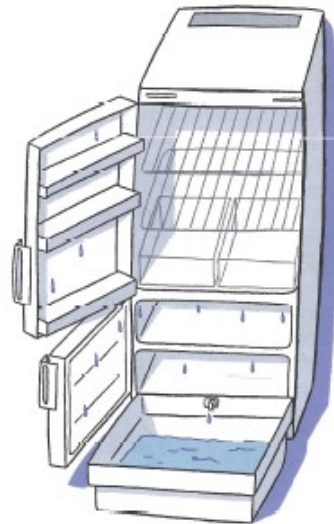
Tous les 3 mois, je dégivre mon frigo et/ ou mon congélateur: j'enlève la prise et ouvre grand la porte afin que tout le givre fonde.



10

Tous les 3 mois, je dégivre mon frigo et/ ou mon congélateur: j'enlève la prise et ouvre grand la porte afin que tout le givre fonde.

Dégivrez régulièrement votre congélateur: deux petits millimètres de givre augmentent de 10% sa consommation! Comment faire? Retirez les aliments et replacez les dans un autre frigo ou congélateur le temps du dégivrage. Pourquoi ne pas demander à votre voisin? Attention à ne JAMAIS recongeler un aliment qui a dégelé! Débranchez la prise de courant et ouvrez grand les portes de l'appareil. N'oubliez pas de placer des torchons et des bassines pour récupérer l'eau qui va s'écouler. Une fois toute la glace fondue, nettoyez bien le frigo, rebranchez-le et remettez-y les aliments quand le frigo et le congélateur ont retrouvé la bonne température.



9

Je mets le couvercle sur mes casseroles quand je cuisine.

En cuisinant, placez des couvercles sur vos casseroles: vos aliments cuisent plus vite, vous évitez d'importantes pertes de chaleur et économisez 50% d'énergie par cuisson.

Choisissez des poêles ou casseroles qui ont une taille adaptée à la plaque électrique ou au bec de gaz. Trop grandes, le temps de chauffe est beaucoup plus long. Trop petites, c'est dangereux et cela occasionne d'importantes pertes de chaleur.



11

Je prends une douche rapide plutôt qu'un bain. J'installe un pommeau de douche économique.



12

Pour économiser l'eau, je coupe le robinet pendant la vaisselle.



12

Pour économiser l'eau, je coupe le robinet pendant la vaisselle.

Quand vous faites la vaisselle, ne laissez pas couler l'eau chaude sans interruption. Remplissez le bac et utilisez la même eau savonnée. Rincez à l'eau froide. Un robinet qui coule en continu pour la vaisselle laisse passer de 3 à 4 fois plus d'eau que la contenance de l'évier...



11

Je prends une douche rapide plutôt qu'un bain. J'installe un pommeau de douche économique.

Prenez une douche rapide plutôt qu'un bain: vous utilisez seulement 40 litres d'eau pour une douche contre 100 à 130 litres pour un bain! Quant aux jeunes enfants, ils peuvent prendre un bain à deux. Economie: 50%!

Equipez-vous d'un pommeau de douche économique à débit réduit. C'est un peu plus cher à l'achat mais il vous permet de faire d'importantes économies d'eau chaude et donc d'énergie. Il ne change en rien le confort de la douche, que du contraire!



13

Pour ma lessive, j'utilise des programmes courts à basse température: 30° C suffisent la plupart du temps.



14

Je préfère le séchage naturel au séchoir quand c'est possible.
C'est gratuit et meilleur pour mon linge.



14

Je préfère le séchage naturel au séchoir quand c'est possible.

C'est gratuit et meilleur pour mon linge.



Le séchoir est un appareil très « énergivore »: il consomme 2 à 3 fois plus d'énergie que votre lave-linge. Le plus souvent possible, faites sécher votre lessive à l'extérieur ou dans un local ventilé. Ne l'étalez pas sur les radiateurs: en les

couvrant, vous les empêchez de chauffer et vous risquez de provoquer de la condensation dans la pièce à cause de l'humidité que le linge dégage.

13

Pour ma lessive, j'utilise des programmes courts à basse température: 30° C suffisent la plupart du temps.

Vu la performance des machines et les lavages plus fréquents, il est devenu quasiment inutile de laver à 90° C. Les programmes à 60°C et 40°C suffisent amplement et même le plus souvent à 30°C avec les vêtements modernes. A 40°C vous économisez 70% d'énergie par rapport à un lavage à 90°C. Remplissez bien votre machine et évitez le pré-lavage. C'est long et souvent inutile, surtout avec les produits de lessive actuels. Votre gain?

15% d'eau et d'électricité en moins. Si vos vêtements sont peu salis, utilisez le programme « ECO » qui diminue la température et la durée de lavage: de 30 à 40% d'économie par rapport au cycle ordinaire.



15

J'utilise les transports en commun
et je vais à pied ou à vélo pour les
petits déplacements.



15

J'utilise les transports en commun
et je vais à pied ou à vélo pour les
petits déplacements.



15

J'utilise les transports en commun et je vais à pied ou à vélo pour les petits déplacements.

A Bruxelles, près de la moitié des déplacements en voiture sont plus courts que 3 kms. Or, ce sont les plus polluants! Aller acheter son pain ou son journal, déposer les enfants à l'école du quartier? Pour les petits trajets, préférez le vélo ou la marche à pied: économie de 100% et excellent pour la santé! Pour les trajets plus longs, les transports en commun sont très pratiques, surtout en ville. Ils vont partout et sont moins chers, souvent plus rapides et plus sûrs que la voiture.



15

J'utilise les transports en commun et je vais à pied ou à vélo pour les petits déplacements.

A Bruxelles, près de la moitié des déplacements en voiture sont plus courts que 3 kms. Or, ce sont les plus polluants! Aller acheter son pain ou son journal, déposer les enfants à l'école du quartier? Pour les petits trajets, préférez le vélo ou la marche à pied: économie de 100% et excellent pour la santé! Pour les trajets plus longs, les transports en commun sont très pratiques, surtout en ville. Ils vont partout et sont moins chers, souvent plus rapides et plus sûrs que la voiture.

