

# EAU, ENERGIE : DES ECONOMIES A TOUS LES ETAGES !



[www.arpe-mip.com](http://www.arpe-mip.com)

 L'UNION SOCIALE POUR L'HABITAT  
Midi-Pyrénées



# ELECTRICITE : DEBRANCHEZ-VOUS !

## BIEN CHOISIR SON ÉCLAIRAGE

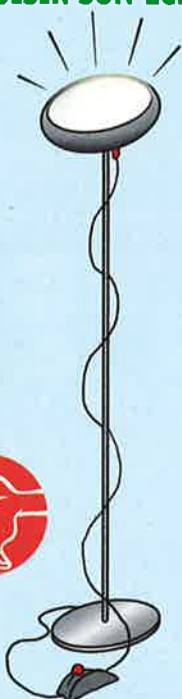
  
POUR UN NIVEAU  
D'ÉCLAIREMENT ÉQUIVALENT



4 ampoules classiques  
de 100 W = **560 €\***



1 lampe halogène  
de 300 W = **400 €\***



4 lampes "basse consommation"  
de 20 W = **128 €\***

\* Coûts estimatifs tenant compte de l'achat,  
du renouvellement des lampes et de leur consommation  
électrique pendant 10 000 h de fonctionnement

Les lampes "basse consommation" efficaces (classe A) et de bonne qualité (nombre d'allumage possible très élevé) consomment 5 fois moins et durent 10 fois plus longtemps que les ampoules classiques. Elles doivent être recyclées dans des filières spéciales.

## LES SOLUTIONS LES + EFFICACES :

- ETEINDRE SYSTÉMATIQUEMENT LES PIÈCES INOCCUPÉES
- SUPPRIMER LES HALOGÈNES ET LES LAMPES CLASSIQUES, et privilégier des ampoules "basse consommation", en priorité dans les pièces de vie (salon, cuisine, chambre)




# FROIDE OU CHAUDE, L'EAU EST CHERE !

POUR RENDRE L'EAU POTABLE, L'ACHEMINER JUSQU'À VOTRE ROBINET, PUIS LA CHAUFFER, IL FAUT BEAUCOUP D'ÉNERGIE !



L'eau chaude = de 15 à 20% de votre facture d'énergie et d'eau

	ECS Gaz	ECS Electricité
<b>1 bain/jour</b> (150 L à 40°C) 	<b>280 €/an</b>	<b>370 €/an</b>
<b>1 douche/jour</b> (50 L à 40°C) 	<b>95 €/an</b>	<b>125 €/an</b>
<b>1 vaisselle/jour</b> (70 L à 40°C en laissant l'eau couler en permanence) 	<b>135 €/an</b>	<b>175 €/an</b>

## LES SOLUTIONS LES + EFFICACES :

### FAIRE LA CHASSE AUX FUITES ET CONTRÔLER SON COMPTEUR

Goutte à goutte	2 L/h = 50 €/an
Filet d'eau	6 L/h = 160 €/an
Chasse d'eau	10 L/h = 260 €/an

### NE PAS LAISSER COULER L'EAU INUTILEMENT

### INSTALLER SYSTÉMATIQUEMENT DES RÉDUCTEURS DE DÉBITS

sur les robinets et la douche. Ils sont très vite rentables et faciles à installer.





# ELECTRICITE : DEBRANCHEZ-VOUS !

ENVIRON 550 €;  
C'EST LA DÉPENSE ANNUELLE LIÉE À L'UTILISATION  
SANS PRÉCAUTIONS DE TROP NOMBREUX APPAREILS ÉLECTRIQUES !



Congélateur 78 €/an - Sèche linge 63 €/an  
Réfrigérateur 47 €/an - Eclairage 46 €/an - TV 43 €/an  
Lave vaisselle 42 €/an - Ordinateur 39 €/an - Lave linge 28 €/an - VMC 27 €/an  
Périphériques TV 16 €/an - Périphériques informatiques 11 €/an - Audio 8 €/an...

Même éteints, la plupart des appareils électriques continuent de consommer. En supprimant ces consommations inutiles dues aux veilles et en optimisant le choix, le fonctionnement et l'utilisation de vos divers appareils, **IL EST POSSIBLE D'ÉCONOMISER JUSQU'À 250 €/AN.**

## LES SOLUTIONS LES + EFFICACES :

- **BIEN CHOISIR SES APPAREILS À L'ACHAT**  
en préférant les moins gourmands en énergie
- **ETEINDRE LES APPAREILS QUE VOUS N'UTILISEZ PAS**
- **SUPPRIMER TOUTES LES VEILLES POSSIBLES**  
en débranchant les appareils non utilisés ou en les plaçant sur des barrettes multiprises munies d'un interrupteur de coupure

50 W DE VEILLES INUTILES PENDANT 1 AN  
REPRÉSENTENT UNE DÉPENSE D'ENVIRON 50 €

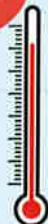


# BIEN AU CHAUD, MAIS PAS TROP !

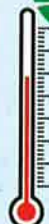
SELON VOTRE ÉNERGIE DE CHAUFFAGE,  
VOTRE CHAUFFAGE REPRÉSENTE DE 35 À 50 %  
DE VOTRE FACTURE D'EAU ET D'ÉNERGIE



26°C



19°C



## LES SOLUTIONS LES + EFFICACES :

- **PAS PLUS DE 19°C LA JOURNÉE, 16°C LA NUIT** ou en période d'inoccupation. Si vous avez froid, ajoutez un pull ou une couverture plutôt que d'augmenter le chauffage !
- **FERMER LES VOILETS ET TIRER LES RIDEAUX LA NUIT**  
Calfeutrer les portes et les fenêtres pour réduire les infiltrations d'air, mais jamais les bouches de ventilation, qui contribuent à une bonne qualité de l'air dans votre logement !
- **DÉGAGER ET NETTOYER VOS RADIATEURS** pour qu'ils soient plus efficaces
- **FERMER LES PIÈCES NON CHAUFFÉES**, et baisser ou couper votre chauffage quand vous partez



20°C



**1°C DE MOINS = ENVIRON 7 %  
DE CONSOMMATION  
DE CHAUFFAGE EN MOINS**

19°C

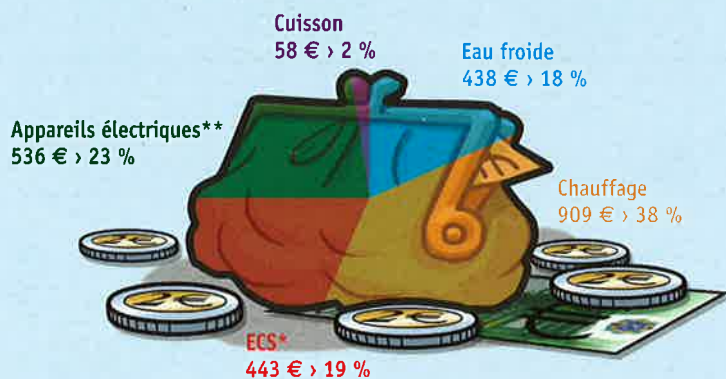


# DES ECONOMIES FACILES ET UTILES POUR TOUS !

## RÉPARTITION INDICATIVE DES DÉPENSES ANNUELLES D'EAU ET D'ÉNERGIE POUR UNE FAMILLE DE 4 PERSONNES

Gaz naturel : chauffage, eau chaude et cuisson - Electricité : autres usages

Coût total : 2 384 € par an (env. 26 800 kWh/an et 220 m<sup>3</sup> d'eau)



### Electricité : tous les usages

Total : 3 299 € par an (env. 21 100 kWh/an et 220 m<sup>3</sup> d'eau)



\* ECS : eau chaude sanitaire (comprend les dépenses d'eau froide et de chauffage de cette eau)

\*\* Appareils électriques divers, hors eau chaude, chauffage et cuisson

**En changeant ses habitudes,  
on réduit ses consommations et ses dépenses !**



# ELECTRICITE : DEBRANCHEZ-VOUS !

## L'ÉLECTROMÉNAGER : DES CONSOMMATIONS À MÉNAGER



### LES SOLUTIONS LES + EFFICACES :

#### APPAREILS DE FROID

- **PLACER VOS APPAREILS LOIN DE TOUTE SOURCE DE CHALEUR** (radiateurs, four...) et si possible dans une pièce plutôt fraîche
- **DÉGIVRER RÉGULIÈREMENT** (1 cm de givre = + 50 % de consommation ! 4 cm = + 100 % !)
- **LAISSER REFROIDIR ET COUVRIR LES ALIMENTS AVANT DE LES RANGER**
- **L'APPAREIL DOIT ÊTRE BIEN VENTILÉ** (éloignez la grille arrière du mur et dépoussiérez la régulièrement)

#### LAVAGE

- **BIEN REMPLIR LES MACHINES ET LAVER À BASSE TEMPÉRATURE**
- **AUGMENTER LA VITESSE D'ESSORAGE POUR ÉVITER LE SÈCHE-LINGE** (privilégier le séchage naturel)



### PRÉVOIR L'ÉLECTROMÉNAGER À LONG TERME



Une fois le surcoût amorti, un appareil électroménager performant (classe A, A+, A++), un peu plus cher à l'achat, vous fait économiser plusieurs dizaines d'euros par an par rapport à un appareil classe C.



## DE L'AIR !

**UN LOGEMENT HUMIDE EST INCONFORTABLE,  
DANGEREUX POUR LA SANTÉ ET DIFFICILE À CHAUFFER !**



**L'humidité détériore votre logement et peut provoquer  
des problèmes d'asthme, d'allergies (acariens, champignons...).**

### **ATTENTION AUX POÊLES À PÉTROLE !**

Ils ne permettent pas de faire des économies par rapport à votre système de chauffage habituel, peuvent devenir dangereux s'ils sont utilisés en permanence, et génèrent de gros problèmes d'humidité et de santé.

### **LES SOLUTIONS LES + EFFICACES :**



- **NE JAMAIS FERMER LES BOUCHES DE VENTILATION**  
(cuisine, sanitaires, au dessus des fenêtres), et les **nettoyer régulièrement**
- **AÉRER EN GRAND VOTRE LOGEMENT**  
5 minutes par jour, **en coupant le chauffage**, c'est suffisant, même en hiver !