

**MODE  
D'EMPLOI**

**COMMENT AUGMENTER  
MON CONFORT DE VIE  
TOUT EN RÉDUISANT  
MA CONSOMMATION  
D'ÉNERGIE ?**



**Agissons  
pour maîtriser  
l'énergie**

# 12

## BONNES IDÉES POUR MIEUX CONSOMMER L'ÉNERGIE

### Améliorer mon confort de vie.

Grâce à des gestes astucieux  
et un comportement  
plein de bon sens.

### Terminé le gaspillage de l'électricité !

En bénéficiant des mêmes services,  
voire plus, avec une quantité  
d'électricité moins importante.

## ADOPTÉZ LES BONS GESTES ÉCO-CITOYEN

**A** | Je ferme fenêtres et portes dans une pièce climatisée pour éviter de surconsommer de l'énergie.

**B** | Je ne mets pas la température de mon climatiseur en-dessous de 24 °C

**C** | J'entretiens régulièrement ma climatisation : nettoyage des filtres, entretien annuel obligatoire, contrôle de l'étanchéité.

**D** | Je dégivre régulièrement les appareils. Une épaisseur de 3 mm de givre, c'est 30 % de consommation électrique supplémentaire.

**E** | Je laisse refroidir mes plats, avant de les mettre au réfrigérateur, et dans un récipient hermétique plutôt que dans une casserole.

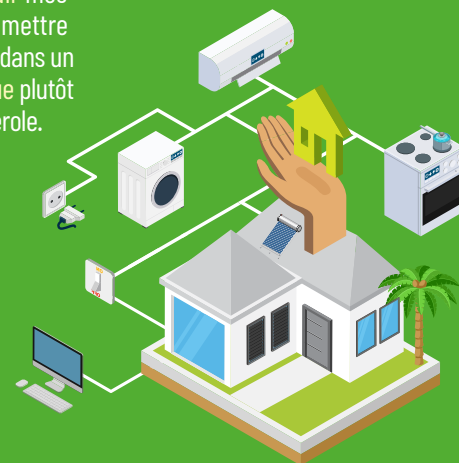
**F** | Je couvre mes casseroles lorsque je veux faire bouillir de l'eau : 3 fois moins de temps, 3 fois moins d'électricité utilisée !

**G** | Je profite de la lumière naturelle au maximum, en allumant le plus tard possible.

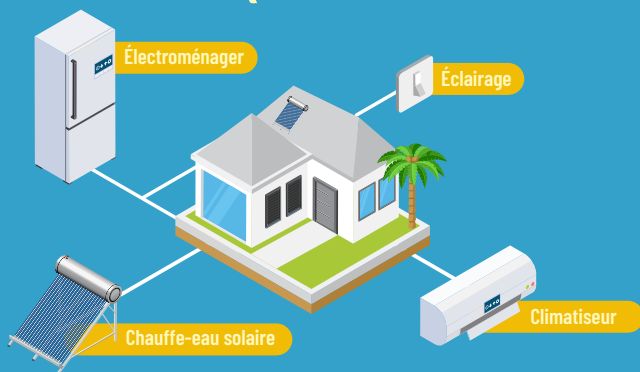
**H** | Je lave mon linge à 30 °C au lieu de 90 °C : 3 fois moins d'électricité pour un linge propre.

**I** | J'évite le surdosage du savon dans les appareils récents. Ils continuent à rincer tant qu'ils détectent du savon.

**J** | Attention à certains économiseurs d'écran faisant appel à des graphismes « 3D ». Ils sollicitent trop la carte graphique de l'ordinateur et peuvent consommer autant, sinon plus, que le mode actif.



# BIEN CHOISIR SES ÉQUIPEMENTS



## 1| La bonne classe énergétique

De A+++ à G, l'étiquette renseigne sur la performance énergétique d'un appareil. Par exemple, un climatiseur de classe A++ consomme 40 % d'électricité de moins qu'un climatiseur de classe D.

## 2| Un climatiseur peu gourmand mais performant !

La technologie « Inverter » permet au climatiseur d'adapter sa vitesse en fonction de la température ambiante. Prévoir 100 w à 130 w de puissance par m<sup>2</sup> pour une hauteur sous plafond de 2,50 m.

## 3| Préférer un chauffe-eau solaire

Un chauffe-eau électrique consomme 150 € d'électricité par an. Un chauffe-eau solaire consomme 0 € d'électricité.

## 4| Congélateur/réfrigérateur : la classe climatique

Elle dépend de la température mais aussi de l'emplacement de l'appareil : privilégier la classe SN (tempérée élargie).

## 5| Congélateur/réfrigérateur : la classe adaptée

150 à 200 litres pour 2 personnes, 200 à 300 litres pour 4 personnes. Attention, un réfrigérateur « américain » c'est 4 fois plus de consommation électrique qu'un réfrigérateur de classe A ou A+.

# AU FRAIS CHEZ SOI



## 6| Changer la couleur de sa toiture

Une couleur foncée surchauffe la maison de plusieurs degrés. La couleur claire, elle, absorbe beaucoup moins les rayons lumineux. Choisir du blanc, de l'ivoire, du jaune, de l'orange clair ou du rouge clair.

## 7| Isoler son toit et ses murs

Le toit apporte 65 % de chaleur dans la maison. Les fenêtres et les murs en délivrent 35 %. L'isolation permet de gagner jusqu'à 5°C de moins dans mon logement !

## 8| Ventiler au naturel

La ventilation naturelle crée des circulations d'air frais dans le logement. Des moisissures vont se développer dans un lieu peu ou mal ventilé.

## 9| Opter pour les bonnes fenêtres

Dans une pièce non climatisée, préférer les fenêtres comportant des jalousies. Dans une pièce climatisée, installer des menuiseries ayant une étanchéité à l'air, de classe A3 ou A4.

## 10| Se protéger du soleil

La meilleure technique pour filtrer les rayons du soleil : auvents (pare-soleil), casquettes au-dessus des façades et des fenêtres, bardage léger, et végétation sur une bande de 3 m autour de la maison.

# CONSOMMER MIEUX ET DÉPENSER MOINS C'EST FACILE À FAIRE

## Comment se faire aider ?

Un Espace Conseil France Rénov'  
est à votre disposition pour :

- *M'aider et m'accompagner sur mes économies d'électricité*
  
- *Identifier avec moi les aides qui me correspondent.*

**3620** Dites «Energie» Service gratuit + prix appel

[maitrisons-lenergie.gp](http://maitrisons-lenergie.gp)



Programme en faveur de la Maîtrise de la Demande d'Énergie piloté par le comité MDE de Guadeloupe (DEAL, Région Guadeloupe, ADEME, EDF) et financé par l'État.