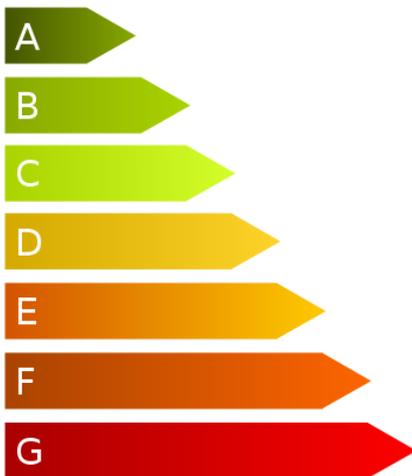


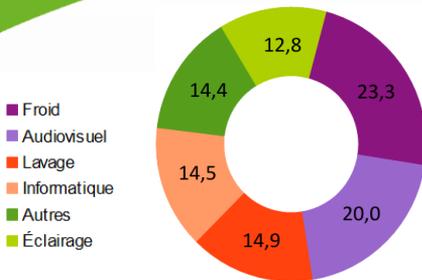
# Comment réduire sa facture d'électricité ?



Siège social et agence Seyssel : B.P.5 – 32, rue de Savoie – 74910 SEYSSSEL

Agence Argonay : 1460 av. Marcel Dassault – 74370 ARGONAY  
Tél : 04 50 27 28 96 – Fax : 04 50 27 24 66  
informations@es-seyssel.com  
www.es-seyssel.com

“ Le kWh le moins cher est celui qu'on ne consomme pas ... ”



Répartition par usage des consommations moyennes d'électricité spécifique (CS) (en %)

Plus de la moitié de notre consommation concerne la consommation d'électricité spécifique (CS) : consommation des services qui ne peuvent être rendus que par l'électricité (exemple : télévision, électroménager, Hifi, etc.) Elle a **doublé en 25 ans**.

La consommation d'électricité d'un ménage, hors chauffage et eau chaude est en moyenne de **2700kWh/an**.

Source : ADEME

## L'ÉLECTROMÉNAGER

### ● Lave-linge = 7% de la consommation spécifique (CS)

Un cycle de 30/40°C = 3x moins d'énergie qu'un lavage à 90°C

Un bon essorage (1200 trs/min) limite la durée et la consommation lors du séchage

Pensez à utiliser la touche Eco



### ● Sèche-linge = 14% de la CS

Le séchage du linge consomme 2 fois plus qu'un lavage : préférez étendre votre linge

Étendre son linge est un moyen naturel pour le faire sécher et c'est gratuit



### ● Réfrigérateur/congélateur = 23% de la CS

Température réfrigérateur : + 4°C ; température congélateur : - 18°C

Dégivrez les appareils de froid (3mm de givre = surconsommation de 30%)

1°C en moins pour votre réfrigérateur fait consommer 5% d'énergie en plus

Attendez que les plats aient refroidi avant de les mettre au réfrigérateur



### ● Maîtrisez la cuisson

1 casserole + 1 couvercle = 20 à 30% d'économie

Baissez la source d'énergie dès que l'eau est en ébullition

Évitez d'ouvrir le four pendant la cuisson afin de conserver la chaleur

Programmez le nettoyage du four à pyrolyse après une cuisson afin de bénéficier de la chaleur accumulée



## CONSEILS ÉCLAIRÉS

- ✘ Décongelez vos aliments au réfrigérateur sans l'aide d'un micro-ondes, vous économisez ainsi de l'énergie au réfrigérateur en lui donnant du froid, et au micro-ondes ✘
- ✘ Éloignez les appareils de froid des sources de chaleur (four, cuisinière, fenêtre ensoleillée) ✘
- ✘ Investissez dans un appareil de classe énergétique A (3x moins de consommation qu'en C) ✘
- ✘ Utilisez le micro-ondes plutôt que le four traditionnel : il consomme 5 fois moins d'énergie ✘
- ✘ Programmez les appareils pour fonctionner en heures creuses ✘

## ÉCLAIRAGE & VEILLE



- **Éclairer malin = 12% de la consommation spécifique**

Préférez les LED (lampes à diodes électroluminescentes) afin de faire des économies d'énergies, respecter l'environnement et réduire les coûts  
Évitez les lampes halogènes qui consomment autant qu'une vingtaine d'ampoules basse consommation



- **Maîtrisez l'accès internet**

Les ordinateurs et périphériques connectés en permanence augmentent de 25% votre consommation totale annuelle d'électricité, pensez à les arrêter



- **Supprimez le mode "veille"**

Éteindre les appareils permet d'économiser jusqu'à 90% de leur propre consommation. Sachez que sur un an, de nombreux téléviseurs consomment davantage en mode veille (20h) que lors de leur fonctionnement (4h)

### CONSEILS ÉCLAIRÉS

- ✘ Utilisez des multiprises pour éteindre vos appareils ✘
- ✘ Éteignez la lumière quand vous quittez une pièce : 4 ampoules de 60W qui restent allumées une soirée consomment autant qu'une lessive à 60°C ✘
- ✘ Ne couvrez pas vos ampoules et lumières pour gagner en flux lumineux ✘
  - ✘ Débranchez vos chargeurs en fin d'utilisation ✘
  - ✘ Pensez aux solutions d'éclairage à détecteur de mouvement ✘

---

## EAU CHAUDE & SANITAIRE

- **Réglez votre chauffe eau**

Réglez la température du chauffe eau entre 55°C (suffit pour détruire les bactéries) et 60°C (au-delà l'entartrage est beaucoup plus rapide)  
Faites effectuer un entretien régulier par un professionnel (détartrage)  
Calorifugez les canalisations qui traversent des pièces non chauffées



- **Préférez la douche au bain**

1 bain (150 à 200 L d'eau) = 5 douches (30 à 40 L d'eau/douche) = consomme 3 fois moins d'eau

### CONSEILS ÉCLAIRÉS

- ✘ Ne laissez pas fonctionner le ballon d'eau chaude en période d'absence ✘
- ✘ Un robinet ouvert débite 12 litres d'eau à la minute, évitez le gaspillage ✘
  - ✘ Évitez de placer les robinets mitigeurs en position intermédiaire ✘
  - ✘ Équipez chaque robinet de réducteur de débit d'eau ✘

## CHAUFFAGE & ISOLATION



### ● Adaptez la température

19°C le jour et 16°C la nuit

1°C de moins dans les pièces de vie = 7% de consommation en moins

Un thermostat d'ambiance programmable hebdomadaire sur les radiateurs et sur les installations générales, permet de réguler la température suivant l'occupation du logement



### ● Entretenez vos appareils

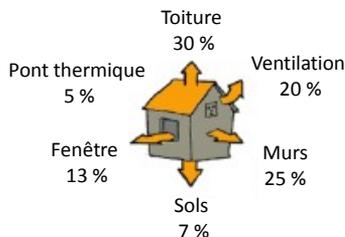
Nettoyez les appareils de chauffage et ne les couvrez pas = 10% d'économie

### ● Gagnez en isolation

Isolez les murs = 10 à 15% d'économie

Isolez la toiture = 4 à 7% d'économie

Isolez les planchers = 2 à 6% d'économie



*Déperdition de chaleur d'une maison mal isolée*

## CONSEILS ÉCLAIRÉS

- ✘ Aérez régulièrement, au moins 5 minutes par jour, y compris l'hiver ✘
  - ✘ Les doubles rideaux et les volets participent à l'isolation ✘
- ✘ Ne bouchez pas les grilles de ventilation pour obtenir un air ambiant de bonne qualité ✘
  - ✘ Un entretien régulier du système de chauffage par un professionnel permet 8 à 12 % d'économie ✘

*L'énergie est notre avenir, économisons-là !*

Pour plus de renseignements, vous pouvez nous contacter, ou faire appel à **Info Énergie** :

Tél : 0800 800 700  
Infoenergie-rhonealpes.fr

