

# DES GESTES POUR ÉCONOMISER NOTRE ÉNERGIE

## CONSEILS POUR LES MÉNAGES - ÉLECTRICITÉ



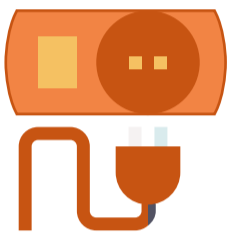
### REEMPLIR LES APPAREILS

Privilégier  
les programmes éco\*



### SÉCHER AU NATUREL

Plutôt que  
le sèche-linge



### UTILISER UNE MULTIPRISE AVEC INTERRUPTEUR



### OPTER POUR DU LED



### ÉTEINDRE LA MACHINE À CAFÉ



### CHAUFFER L'EAU AVEC UNE BOUILLOIRE

Et chauffer la juste  
quantité d'eau

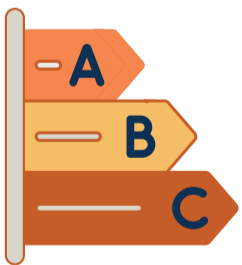


### ÉTEINDRE LES LUMIÈRES EN PARTANT



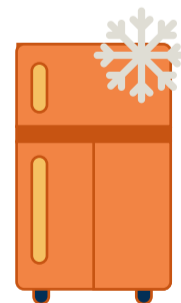
### CUISINER AVEC UN COUVERCLE

Pour limiter les pertes de  
chaleur



### ACHETER LES APPAREILS AUX MEILLEURES CLASSES ÉNERGÉTIQUES

classe A ou A+++  
selon les appareils



### RÉGLER LE THERMOSTAT

Sur 5°C le réfrigérateur  
et sur -18°C le congélateur

\*Pour réduire les pics de demande d'énergie sur le réseau électrique, privilégiez l'utilisation des appareils aux heures creuses : en semaine de 22h à 7h et le week-end de 22h à 17h.