



Protégez votre logement du soleil et de la chaleur

- Maintenez l'isolation : la journée, fermez portes, fenêtres, volets et persiennes pour faire de l'ombre.
- Ouvrez les auvents ou les stores bannes pour faire de l'ombre sur votre balcon, devant la fenêtre à protéger.

• Utilisez des couleurs claires pour vos murs, volets, stores... pour réfléchir la lumière et la chaleur.

Pensez fraîcheur !

• Créez des courants d'air la nuit ou le matin quand vous vous levez, pour rafraîchir votre logement. Les ventilateurs (de plafond, portable, ...) peuvent également s'avérer utiles, mais ils restent des consommateurs d'électricité.

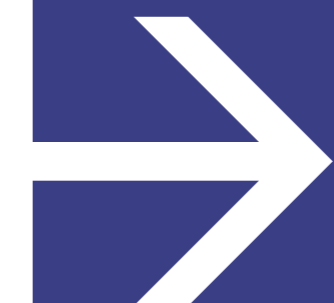
• Végétalisez votre terrasse ou votre appartement : les plantes apportent une ambiance de fraîcheur. Vous pouvez aussi créer une pergola pour protéger votre fenêtre des rayons directs du soleil.

• Utilisez l'eau comme rafraîchissement naturel : un brumisateur ou un rafraîchisseur d'air peuvent être efficaces. Vous pouvez aussi adopter le « système D » : en faisant fonctionner un ventilateur devant un séchoir avec du linge mouillé, vous pouvez diminuer la température d'une pièce de 2°C environ.

• Buvez régulièrement des quantités suffisantes de liquides frais. L'eau est le liquide qui permet la meilleure hydratation. Les sirops et jus de fruits doivent être préférés aux liquides fortement sucrés, comme les sodas.

• Portez des vêtements amples de couleurs claires, et de préférence en coton, qui est une matière qui permet à la chaleur de s'évacuer plus facilement.

L'énergie la moins chère et la moins polluante est celle que l'on ne consomme pas...



Faites des économies avec des gestes simples

Frais l'été

Pour la maintenance de votre installation, contactez le service entretien...04 75

Pour plus de renseignements, vous pouvez contacter les conseillers énergie du Point Info Energie ADIL 26.
Tél 04 75 79 04 13
PIE – ADIL 26 - 44 rue Faventines - BP 1022 - 26010 Valence Cedex - <http://pie.dromenet.org>





Des économies d'énergie à votre portée !

• L'hiver, pensez à fermer les volets la nuit et à tirer les rideaux pour conserver la chaleur.

• Ne placez rien sur ou devant les radiateurs (linge, mobilier,...), cela empêche la bonne diffusion de la chaleur. Pensez aussi à les dépoussiérez régulièrement.

• Evitez les poêles à pétrole. Ils génèrent de la vapeur d'eau et des gaz toxiques en plus d'alourdir la facture de chauffage.

Chauffage individuel : Quelques conseils techniques

• Si vous avez une chaudière, celle-ci doit être entretenue une fois par an (en fin de saison de chauffe) pour garantir votre sécurité, votre confort et vos économies d'énergie.

• Si vous avez un thermostat d'ambiance, utilisez le pour fixer la température de confort souhaitée (19 °C suffisent). S'il est programmable, vous pouvez facilement adapter la température de votre logement en fonction de vos besoins : la nuit et pendant les courtes périodes d'absence, 16°C suffisent, en cas d'absence prolongée, mettez le chauffage au minimum (8°C en général).

• Si vous avez des robinets thermostatiques sur vos radiateurs, vous pouvez ajuster la température des pièces : 16°C dans les chambres suffisent, 20°C dans la salle de bain, et 19°C dans les autres pièces.

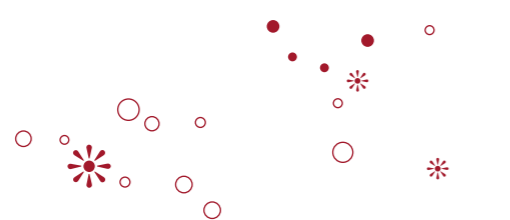
Attention à la qualité de l'air intérieur !

• La ventilation est indispensable pour évacuer l'humidité et les polluants de votre logement.

• Aérez régulièrement, 5 minutes suffisent, chauffage éteint bien sûr.

• N'obtenez pas les bouches d'aération et veillez à ce qu'elles restent propres.

Chaud l'hiver



Maîtrisez les consommations de vos appareils électriques

Les veilles, ça peut coûter jusqu'à 80€/an

• En position veille, les appareils continuent de consommer de l'électricité. Pensez aux multiprises pour les éteindre tous en même temps !

Des appareils économes....

• Achetez des appareils économes en énergie grâce à l'étiquette énergie.

• Un appareil de classe A vous fera économiser 28 €/an par rapport à un appareil de classe D.

... Pour une bonne utilisation

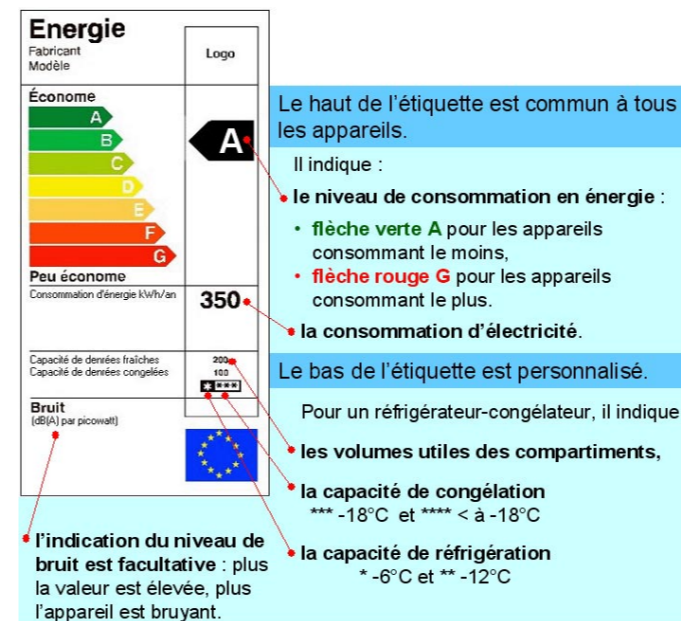
• Ne placez pas vos appareils de froid près d'une source de chaleur (four, cuisinière, radiateurs).

• Dégivrez régulièrement vos réfrigérateurs et congélateurs, nettoyez la grille située à l'arrière des appareils une fois par an et vérifiez l'étanchéité des portes.

• Couvrez vos casseroles d'un couvercle pendant la cuisson.

• Faites tourner votre lave-linge et votre lave vaisselle lorsqu'ils sont pleins et évitez les prélavages.

• Choisissez de préférence les cycles basse température de votre machine à laver et pensez au fil à linge pour le séchage, **c'est gratuit !**



Appareils	€/an
Réfrigérateur américain	168,6
Réfrigérateur congélateur	59,3
Sèche linge	49
Téléviseur plasma	46,4
Réfrigérateur	38,1
Lampe halogène	31,5
Lave-vaisselle	26,5
Lave linge	24,5
Téléviseur à tube cathodique	14,3
Téléviseur LCD	11,9



S'éclairer sans trop dépenser

• Profitez de la lumière naturelle au maximum.

• Eteignez la lumière quand vous quittez une pièce.

• Pensez aux ampoules à économie d'énergie dans les pièces qui restent longtemps éclairées.



Bien choisir son distributeur d'électricité/de gaz

À partir du 1er juillet 2007, vous pouvez choisir entre :

• l'offre au tarif réglementé, dont le prix est fixé par l'Etat et proposé par votre fournisseur habituel EDF/GDF : c'est celle dont vous disposiez jusqu'à présent,

• et les nouvelles offres proposées sur le marché dont il est fortement conseillé de comparer les prix.

Aujourd'hui, en emménageant dans votre appartement, vous avez deux possibilités :

(1) soit vous emménagez dans un logement neuf : pour l'électricité, vous avez le choix entre l'offre au tarif réglementé et celles des nouveaux fournisseurs ; pour le gaz, vous devez obligatoirement souscrire à une offre proposée par de nouveaux fournisseurs.

(2) soit vous emménagez dans un logement précédemment occupé : si l'occupant précédent a choisi une offre de marché et vous devez faire de même, sinon vous pouvez ...

IMPORTANT :

si je souscris une offre de marché, il n'est plus possible de souscrire ensuite une offre au tarif réglementé pour le même logement.