Adapei 69

MÉTROPOLE DE LYON ET RHÔNE

EAU ET ENERGIE : COMMENT RÉDUIRE SA FACTURE ?

EAU

01. Je coupe l'eau lorsque je me savonne les mains, le corps ou lors du brossage des dents.

02. Vaisselle : je remplis mon évier d'eau plutôt que de laisser le robinet ouvert lors du rinçage.

03. Lessive : je lave mon linge à 30°C pour les vêtements du quotidien.

04. Cuisson des aliments (pâtes, riz, pomme de terre...) : je couvre les casseroles à l'aide d'un couvercle.

05. Douche : je fais attention au temps passé sous la douche. Je peux m'aider d'un minuteur.

ÉLECTRICITÉ

01. Température logement : 19°C (jour et nuit). Correspond au thermostat 3, symbole soleil sur vos radiateurs (photo en bas de la page).

02. Chauffe serviette : je l'allume 10 minutes avant la douche et l'éteins après.
Hors douche, je le laisse éteint.

03. Lorsque je quitte mon logement pour plusieurs jours, je ferme les fenêtres, j'éteins les lumières, le chauffage et les multiprises.

04. Je branche mes appareils électro-ménagers sur des multiprises munies d'un interrupteur.

05. Je baisse le chauffage s'il fait trop chaud plutôt que d'ouvrir les fenêtres.

06. A l'achat de nouveaux appareils électro-ménagers, je privilégie les classes énergétiques allant de A à C.

SI J'AI ENCORE FROID DANS MON LOGEMENT À 19°C ?

01. Je peux mettre des chaussettes chaudes, un pull ou une veste supplémentaire.

02. Je peux utiliser une bouillotte.

03. Je peux boire une boisson chaude.

ÉQUIPEMENT POUR FAIRE DES ÉCONOMIES

01. J'utilise des ampoules LED.

02. J'utilise un thermomètre dans l'appartement pour réguler la température.

03. J'utilise un thermomètre dans mon frigo.
Température préconisée : 5°C pour le frigo et -18°C pour le congélateur.

LES PERSONNES RESSOURCES EN CAS DE QUESTIONS :

- L'équipe éducative
- Mathilde pour des questions concernant la facture de mon loyer
- Bruno pour des interventions dans mon logement