



Des gestes simples, un impact réel !



AU TRAVAIL



ÉTEINDRE LES ÉCRANS

Éteignez votre écran et votre ordinateur en fin de journée.

✓ Jusqu'à 50 kWh/an économisés



PENSER À LA LUMIÈRE

Éteignez les lumières dans les pièces inoccupées et profitez de la lumière du jour.

✓ Jusqu'à 30 kWh/an économisés



TEMPÉRATURE OPTIMALE

En hiver, 20-21°C suffisent pour travailler confortablement. Chaque degré en moins compte !

✓ Jusqu'à 7% de consommation de chauffage économisés



AÉRER EFFICACEMENT

Aérez 5 minutes, fenêtres grandes ouvertes, plutôt que longtemps entrebâillées.

✓ Jusqu'à 10% de chaleur préservée



IMPRIMER MOINS

Réduisez les impressions et privilégiez le recto-verso et le noir et blanc.

✓ Jusqu'à 20 kWh/an économisés



BOUGER AUTREMENT

Prenez les escaliers plutôt que l'ascenseur quand c'est possible.

✓ 0 kWh consommé et des bénéfices pour la santé !



À LA MAISON



LAVER INTELLIGEMENT

Lavez à basse température (30-40°C) et privilégiez les cycles éco.

✓ Jusqu'à 100 kWh/an économisés



DOUCHEZ-VOUS MALIN

Une douche de 5 minutes plutôt qu'un bain.

✓ Jusqu'à 150 kWh/an économisés



TEMPÉRATURE MAÎTRISÉE

19-20°C dans les pièces de vie et 16-17°C dans les chambres.

✓ Jusqu'à 200 kWh/an économisés



ÉVITER LES VEILLES

Débranchez les appareils ou utilisez des multiprises avec interrupteur.

✓ Jusqu'à 50 kWh/an économisés



AMPOULES LED

Remplacez vos anciennes ampoules par des LED.

✓ Jusqu'à 20 kWh/an économisés par ampoule



CHOISIR EFFICACE

Lors du remplacement d'appareils, privilégiez les appareils efficaces (étiquette A).

✓ Jusqu'à plusieurs centaines de kWh/an selon l'appareil

POURQUOI AGIR ?



Préserver les ressources et le climat



Réduire les coûts énergétiques



Améliorer le confort au quotidien



Agir ensemble pour un impact collectif



Chaque geste compte, chaque jour.

Ensemble, adoptons les bons réflexes pour un avenir plus durable.