

# Des économies d'énergies à faire chez soi spécial hiver

Pour l'hiver, toute économie a son importance pour votre portefeuille ! Alors voici une liste de 15 grandes et petites actions qui pourront vous être bien utiles.

## ACTION 1

**Isoler votre foyer et choisir la bonne technique de chauffage.** Renseignez-vous auprès de [France Rénov'](#) et [l'Isolation à 1 €](#). C'est parfois jusqu'à 45% d'énergie perdue qui s'échappe d'un foyer à cause d'une mauvaise isolation.

## ACTION 2

**Choisir la bonne température pour votre intérieur.** La pièce de vie est idéalement à chauffer à 19°C et une chambre à 17°C. Un seul degré de moins et c'est 7% d'énergie consommée en moins !

## ACTION 3

**Plus vous avez un grand logement, plus vous devez chauffer.** Un logement plus petit, pour moins de chauffage, moins de ménage, moins de rangement et pour plus de simplicité, vous-y avez pensé ?

## ACTION 4

**Fermer les portes de vos pièces** car elles ne sont pas toutes chauffées à la même température et certaines pièces n'ont pas besoin d'être chauffée comme les toilettes ou la salle de bain (ou uniquement lors de son usage).

## ACTION 5

**Fermer vos volets rapidement le soir** quand la température baisse et envisager les rideaux épais aux fenêtres et les tapis sur le sol.

## ACTION 6

En cas d'absence de quelques jours, il est idéal de **régler votre chauffage 4°C en dessous de votre température habituelle**. Pour les très longues durées, mettre en hors gel (environ 8°C).

## ACTION 7

**Régler le thermostat de votre chauffe-eau à 60°C** (il s'agit du minimum pour limiter la prolifération de bactéries tout en vous assurant une eau chaude à la douche ou au robinet)

## ACTION 8

**Laisser les radiateurs dégagés** pour une meilleure circulation de la chaleur.

## ACTION 9

**Couper tous vos appareils en veille la nuit** grâce à une multiprise : télé, wifi, box, aspirateur sans fil... Ne pas laisser charger votre portable toute la nuit à la prise. Avec cette action, c'est jusqu'à 80 euros d'économie par an.

## ACTION 10

**Aérer vos intérieurs** est indispensable même en hiver : cela chasse les polluants et évacue l'humidité de l'air ambiant qui rend une pièce plus difficile à chauffer.

## ACTION 11

Laisser finir de cuire vos repas grâce à la chaleur de la plaque en éteignant simplement quelques minutes avant la fin de cuisson. Ouvrir le four pour libérer la chaleur qu'il a emmagasiné durant la cuisson de vos mets (à faire en toute sécurité).

#### **ACTION 12**

80% de l'énergie de votre machine à laver sert à chauffer l'eau : alors **lancez une machine à 30** ou 40°C et privilégiez les cycles courts (en mode éco).

#### **ACTION 13**

**Le sèche-linge** : votre linge sèche aussi bien dehors ou sur un étendoir dans une pièce chauffée.

#### **ACTION 14**

**Le lave-vaisselle** : encore de l'électroménager coûteux, à entretenir et qui consomme alors que nos mains nettoient tout aussi bien

#### **ACTION 15**

Chaque appareil électrique que vous achetez mérite d'être bien réfléchi : ils polluent par leur production, leur transport et vous font consommer plus. Combien de robots de cuisine attendent dans les placards... et votre aspirateur fonctionne uniquement 2h par semaine ; les 99% du reste du temps, il dort dans le placard...

À chaque fois que vous avez le choix, favorisez la solution la moins gourmande en énergie, c'est souvent la plus économique et la plus écologique !

Liens utiles

[Val d'Oise rénov'](#)

[Trouver l'espace France Renov' le plus proche de chez vous pour les conseils en rénovation énergétique.](#)