



Pour aller plus loin

- J'isole thermiquement mon logement (double vitrage, isolation de la toiture...).
- J'installe des énergies renouvelables (poêle à granulés, panneaux solaires...).
- Je souscris à des contrats d'énergie alternatives.
- J'installe des détecteurs de présence et des minuteries pour les extérieurs ou les pièces de passages.

Infos :
Guide ADEME « Isolation thermique »
www.quercy-energies.fr



Pour aller plus loin

- J'isole thermiquement mon logement (double vitrage, isolation de la toiture...).
- J'installe des énergies renouvelables (poêle à granulés, panneaux solaires...).
- Je souscris à des contrats d'énergie alternatives.
- J'installe des détecteurs de présence et des minuteries pour les extérieurs ou les pièces de passages.

Infos :
Guide ADEME « Isolation thermique »
www.quercy-energies.fr

MES ÉCO-GESTES POUR LIMITER MES CONSOMMATIONS ÉLECTRIQUES

**EN 30 ANS, LA CONSOMMATION
ÉLECTRIQUE DANS LE TERTIAIRE
A AUGMENTÉ DE 76 % !**



MES ÉCO-GESTES POUR LIMITER MES CONSOMMATIONS ÉLECTRIQUES

**EN 30 ANS, LA CONSOMMATION
ÉLECTRIQUE DANS LE TERTIAIRE
A AUGMENTÉ DE 76 % !**





Au travail

- J'éteins la lumière en quittant une pièce.
- J'éteins mon écran d'ordinateur lorsque je m'absente (réunion, repas, fin de journée...), les équipements en veille continuent à consommer.
- J'utilise des multiprises à interrupteur pour couper toutes alimentations.
- J'utilise internet intelligemment (limiter les destinataires, alléger sa boîte de réception, enregistrer les sites régulièrement consultés dans les favoris...).
- Je place, si possible, mon bureau ou mon espace de travail de manière à bénéficier de l'éclairage naturel.
- J'utilise le chauffage et la climatisation avec discernement.



A la maison

- J'évite les éclairages inutiles.
- Je baisse la température de la pièce de 1 degré (cela économisera 7 % d'émissions de Co₂ supplémentaires).
- Je ne laisse pas les chargeurs branchés à vide.
- En été, je règle la température de la climatisation à 4°C en-dessous de la température extérieure.
- Je coupe le radiateur si j'ouvre la fenêtre.
- Je choisis de préférence des équipements portant la mention « Energystar » et les appareils ménagers étiquetés « classe énergétique A ».



Au travail

- J'éteins la lumière en quittant une pièce.
- J'éteins mon écran d'ordinateur lorsque je m'absente (réunion, repas, fin de journée...), les équipements en veille continuent à consommer.
- J'utilise des multiprises à interrupteur pour couper toutes alimentations.
- J'utilise internet intelligemment (limiter les destinataires, alléger sa boîte de réception, enregistrer les sites régulièrement consultés dans les favoris...).
- Je place, si possible, mon bureau ou mon espace de travail de manière à bénéficier de l'éclairage naturel.
- J'utilise le chauffage et la climatisation avec discernement.



A la maison

- J'évite les éclairages inutiles.
- Je baisse la température de la pièce de 1 degré (cela économisera 7 % d'émissions de Co₂ supplémentaires).
- Je ne laisse pas les chargeurs branchés à vide.
- En été, je règle la température de la climatisation à 4°C en-dessous de la température extérieure.
- Je coupe le radiateur si j'ouvre la fenêtre.
- Je choisis de préférence des équipements portant la mention « Energystar » et les appareils ménagers étiquetés « classe énergétique A ».