

Environnement J'AGIS dans mon logement !





Bonjour,

La baisse des consommations
énergétiques concerne aujourd'hui
chacun d'entre nous.

Elle a un impact sur la protection des ressources naturelles de la planète mais aussi sur le montant de vos dépenses et donc de vos charges.

Ce livret a été réalisé pour vous aider à préserver l'environnement mais aussi pour faire des économies au quotidien en adoptant quantités de petits gestes simples.

Maintenant à vous de jouer.
Suivez le guide !

Sommaire

Électricité, faire la chasse au gaspillage	p 4
L'eau, économiser à la source	p 6
Aérer, c'est respirer	p 8
Chauffer, mais pas trop	p 10
Déchets, jeter moins et mieux	p 12
Nuisances sonores, à mettre en sourdine	p 14



Électricité

faire la chasse au gaspillage !



Les équipements ménagers facilitent notre quotidien mais ils peuvent aussi s'avérer gourmands en énergie. Mais, il y a des moyens de les dompter !



Chez vous :

- ⦿ Les parties communes sont équipées généralement d'éclairage basse consommation.

À vous de jouer !



- ➔ Pour tout nouvel achat d'appareil électrique, privilégiez un modèle en étiquette énergétique «Classe A ou A+». Il consomme 3 fois moins qu'un autre de classe C.
- ➔ Quand vous sortez d'une pièce, pensez à éteindre la lumière. Et rappelez-vous, la meilleure lumière, c'est celle du jour et elle est gratuite !
- ➔ Si vous laissez vos appareils électriques en veille, attention à la facture... Les brancher sur une multiprise munie d'un interrupteur, c'est 80 à 150 € d'économisé par an !
- ➔ Placez les équipements froids loin des équipements chauds et dégivrez votre réfrigérateur tous les 6 mois. Cinq centimètres de givre double votre consommation d'énergie.

Le saviez-vous ?

Vos consommations électriques (boxes internet, éclairage, TV, ordinateur, électroménager) représentent aujourd'hui autant en consommation que le chauffage, l'eau chaude et la ventilation.

Astuces

- Couvrir une casserole pour faire bouillir de l'eau, c'est 20 à 30% d'énergie économisée.
- Les programmes éco des machines à laver, c'est 50% d'eau et d'électricité en moins.

L'eau

économiser à la source !

L'EAU EST PRÉCIEUSE et c'est une denrée de plus en plus rare. C'est aussi un poste de dépense qui peut vous coûter cher si l'eau n'est pas utilisée avec modération.



Chez vous :

Votre bailleur mène une action de grande ampleur visant à équiper tous ses logements :

➔ d'un kit économiseur d'eau :

- Un mousseur (ou aérateur) sur tous les robinets : un robinet standard débite en moyenne 12 litres d'eau/minute. Le mousseur permet de réduire le débit d'un robinet standard de 30 à 40% sans perte de confort.

- Une éco-plaquette pour la chasse d'eau, qui génère une économie d'environ 2 litres à chaque utilisation.

➔ d'un système de télé-relève sur ses compteurs d'eau individuels permettant un suivi en temps réel de la facturation basée sur une consommation réelle.

À vous de jouer !

- ➔ Une douche consomme 60 l, un bain 150 l !
- ➔ La consommation d'eau des WC standard pour une famille de 4 personnes coûtent en moyenne 170 € par an. Si les toilettes sont équipés de chasse d'eau double débit, l'utilisation de la touche «petit débit», représente une consommation de 85€ par an.
- ➔ Une chasse d'eau qui fuit, cela peut aller jusqu'à 25 litres d'eau par heure (soit 220 m³/an). Une fuite de chasse d'eau coûte donc 880€ à 4 €/m³. Si votre compteur d'eau continue à tourner alors que tous vos robinets sont fermés, il y a sûrement une fuite !
- ➔ Nettoyer les mousseurs assure un meilleur débit et prolonge la durée de vie de l'équipement.



Astuces

- Je me lave les dents avec un verre d'eau, c'est 0,2 litres (18 litres si je laisse couler l'eau).
- Mieux vaut faire tourner le lave-vaisselle et le lave linge lorsqu'ils sont pleins.
- En plus de mes compteurs, je surveille mes relevés de consommation d'eau.

Aérer

➔ c'est respirer !

LAISSEZ RESPIRER VOTRE
LOGEMENT !

Ventiler et aérer permet de renouveler l'air dans le logement pour évacuer les polluants (humidité, odeurs de cuisson, émanations de produits d'entretien...). Ces deux actions sont essentielles pour votre santé et la pérennité de votre logement.

Chez vous :

- ➔ Votre logement est équipé de la VMC «ventilation mécanique contrôlée» ? Comment cela fonctionne-t-il ? L'air neuf entre dans le logement par des grilles d'entrée d'air fixées dans les fenêtres ou les coffres des volets roulants des «pièces sèches» (chambres, séjour). L'air usagé est extrait dans les «pièces humides» (cuisine, salle de bains, WC) grâce aux bouches d'extraction.
- ➔ Votre VMC est hygroréglable ? Elle s'adapte automatiquement en fonction du taux d'humidité du logement.
- ➔ Dans la cuisine, vous pouvez mettre les bouches d'extraction en position normale ou grand débit en fonction des besoins.



À vous de jouer !

Pour que votre VMC fonctionne bien :

- ➔ Ne raccordez pas la hotte de la cuisine sur l'extraction de la ventilation, c'est dangereux et interdit.
- ➔ Ne bouchez surtout pas les entrées et sorties d'air et ne les cachez pas derrière un meuble ou un revêtement. L'air doit circuler librement pour éviter les phénomènes de condensation et garantir la qualité de l'air.
- ➔ Entretenez-les en les dépoussiérant ou en les nettoyant au moins une fois par an.
- ➔ Dans certains cas, la ventilation à elle seule ne suffit pas. Aérez en ouvrant la fenêtre au moment de production ponctuelle d'humidité (pendant que vous vous douchez, cuisinez ou faites sécher votre linge...), lorsque que vous êtes exposés à des produits chimiques (tabac, peintures, solvants, aérosols, produits d'entretien...) ou si vous êtes allergiques (acariens...).
- ➔ D'une manière générale, aérer le logement 10 minutes par jour suffit. En hiver, pensez à fermer les robinets thermostatiques des radiateurs situés près des fenêtres pour ne pas payer inutilement de l'énergie.



Chauffer

mais pas trop !



Le chauffage représente une part importante de votre facture énergétique annuelle. Il est possible de réduire celle-ci en agissant sur vos comportements tout en gardant un confort égal.

Chez vous :

- ↻ L'entretien des installations de chauffage collectif est assuré par un chauffagiste.
- ↻ Dans les immeubles avec chaufferie collective, la température des pièces est régulée par le bailleur depuis la chaufferie centrale.
- ↻ Dans les maisons individuelles, les températures recommandées pour votre confort et votre santé sont : 19° dans les pièces à vivre, 20° dans la salle de bains et 17° dans les chambres la nuit.

À vous de jouer !

- ➔ Pour garantir une performance maximale à vos radiateurs, ne les recouvrez pas (hormis le sèche-serviette) et dépoussiérez-les au moins une fois par an.
- ➔ Au lieu d'ouvrir les fenêtres, signalez toute température excessive au gestionnaire pour qu'il fasse les réglages appropriés.
- ➔ L'hiver, bien fermer vos rideaux et volets la nuit, vous aidera à conserver la chaleur. Pour votre confort d'été, cette même opération, en journée, conservera la fraîcheur dans le logement.
- ➔ En cas d'absence prolongée, si vous êtes équipés de robinets thermostatiques, n'hésitez pas à baisser le chauffage, en modulant vos robinets. Et éteignez-le complètement lorsque vous aérez.



Le saviez-vous ?

Un degré de moins, c'est 7% d'énergie consommée en moins et 7% de CO₂ en moins dans l'atmosphère.

Déchets

jeter moins et mieux !



Chacun de nous produit 590 kg de déchets par an.
C'est deux fois plus qu'il y a 40 ans. Les trier permet leur recyclage mais les limiter à la source, c'est encore mieux !



Chez vous :

- ➔ Si votre résidence est équipée d'un dispositif de collecte sélective, vous pouvez y déposer vos sacs de déchets préalablement triés.



À vous de jouer !

- Pour faciliter votre tri, équipez-vous d'une poubelle multi-bacs.
- Une poubelle mal triée, c'est une poubelle non ramassée. Suivez les consignes de tri indiquées. En cas de doute, jetez vos déchets dans la poubelle ordinaire.
- Pour les encombrants et déchets spéciaux (polluants, médicaments, piles, ampoule...), utilisez les dispositifs de la commune prévus à cet effet.
- Un sac poubelle déposé à côté des équipements favorise la venue des nuisibles.
- En faisant des courses éco-responsables, vous pouvez réduire vos déchets et faire de sérieuses économies. Vous pouvez privilégier : les produits réutilisables ou sans emballage, les éco-recharge, les grandes contenances, les emballages recyclables et enfin les faibles poids d'emballage.

Comment s'y retrouver dans les sigles ?



Cet anneau est le symbole du recyclage. Les produits ou les emballages portant ce sigle sont recyclables.



Le chiffre à l'intérieur de l'anneau indique le pourcentage de matière recyclée qui entre déjà dans le produit.



Ce sigle figure sur 95 % de nos emballages... Il permet juste de reconnaître une entreprise partenaire du « Programme français de valorisation des emballages ménagers ». Il ne signifie pas que les produits sont recyclables.



Les produits certifiés NF Environnement ou écolabellisés présentent des impacts moindres sur l'environnement tout en conservant des qualités équivalentes à celles d'autres produits d'usage similaire.

Le saviez-vous ?

Tous les plastiques ne sont pas recyclables.

Les plastiques fins comme les films d'emballages, les barquettes, les pots de yaourt... ne sont pour l'instant pas recyclables. Ils doivent être jetés dans la poubelle ordinaire.

Nuisances sonores à mettre en sourdine !



Chacun de nous mérite de vivre dans un environnement calme et agréable. La pollution sonore, est le principal sujet de discordes entre voisins. Le respect de quelques règles suffit pour bien vivre ensemble.

À vous de jouer !

- Si vous prévoyez de faire du bricolage, évitez les horaires matinaux ou tardifs ainsi que les jours de repos.
- Quand vous organisez une fête, c'est toujours plus sympathique de prévenir les voisins. Un bruit prévu est mieux accepté !
- Pensez à limiter le volume de vos appareils (TV, radio, Hifi...)



Le saviez-vous ?

Attention, même avant 22h, tout bruit gênant peut être sanctionné.



Imprimé en France chez
un imprimeur labellisé Imprim'Vert®,
sur papier certifié PEFC™ (Papier
issu de forêt gérée durablement)

« L'énergie la moins chère est celle que l'on ne consomme pas »



Groupe 1001 Vies Habitat - www.1001vieshabitat.fr

Siège social : 31-35 rue de la Fédération, 75015 Paris
Publication éditée par le Groupe 1001 Vies Habitat