ZOOM ÉNERGIE

ÉCO-GESTES

URSUL RÉMI OLIVIA CAMILLE

VOUS ÊTES TOUS DES CONSOM'ACTEURS !

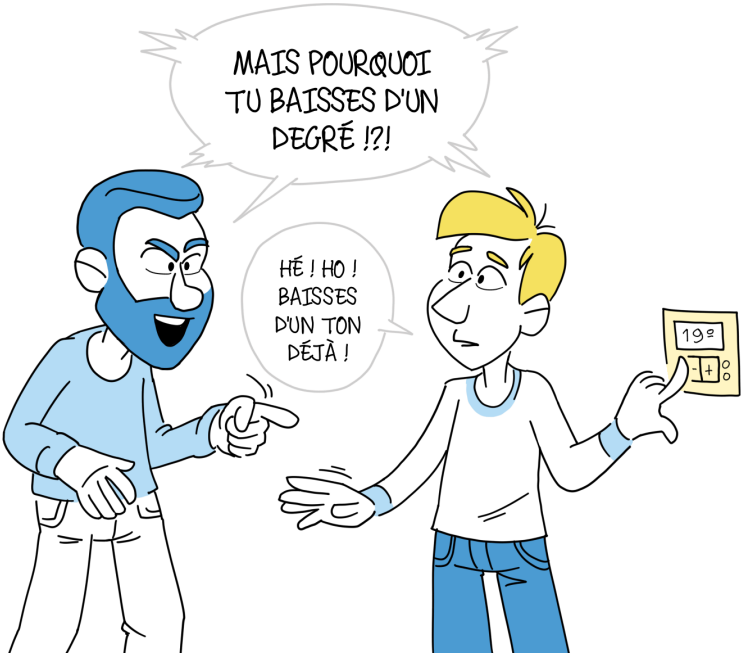
ECO-GESTES

Quelques gestes simples :

- Relever régulièrement ses compteurs d'énergies
- Installer des rideaux épais aux portes et fenêtres des pièces chauffées (sans recouvrir ses radiateurs s'ils sont placés sous ses fenêtres)
- Limiter le chauffage pendant son absence du domicile et la nuit - régler / programmer son thermostat si possible
- Fermer les portes / fenêtres des pièces les moins chauffées
- Couvrir ses casseroles lors de la cuisson des aliments
- Débrancher les appareils en veille (multiprise dotée d'un interrupteur)

Davantage d'éco gestes : Consomag INC - ADEME

- inc-conso.fr/content/sur-quels-postes-faire-des-economies-denergie-avec-lademe
- **Site ADEME :** agirpourlatransition.ademe.fr/particuliers/maison/economies-denergie/20-solutions-reduire-consommation-delectricite
- **Site Monecowatt :** monecowatt.fr/ecogestes
- **Défi Déclics - Foyers à énergie positive :** defis-declics.org/fr/declics-en-quelques-mots/



Présentation humoristique sur ce sujet
Omar & Fred font des économies d'énergie
dailymotion.com/video/xdxeix

Si vous souhaitez participer à une démarche citoyenne de responsabilisation, vous pouvez vous inscrire sur les plateformes :

Ecogaz : myecogaz.com

Ecowatt : monecowatt.fr

Ces deux plateformes permettent de s'informer de la tension sur la consommation de ces énergies.

Le but est que chacun puisse réduire si besoin sa consommation pour éviter des ruptures de fourniture

Retrouvez l'ensemble des liens de ce livret sur le site de l'UROC :
uroc-hautsdefrance.fr/liens-des-livrets-zoom-energie

UROC

CTRC

Centre Technique Régional de la Consommation Hauts-de-France

UNION RÉGIONALE DES ORGANISATIONS DE CONSOMMATEURS

03 20 42 26 60

adéic

AFC LES ASSOCIATIONS FAMILIALES CATHOLIQUES

AFIB Une association au service de la famille

afL Associations Familiales Laïques

AFOC

INDECOSA la cgt CONSOM' ACTION

la cnl

Une force pour mieux vivre la CSF Confédération Syndicale des Familles

Familles de France

Familles rurales Vivre mieux !

ufal