



***Efficacité énergétique
pratique Savez-vous
comment économiser
l'énergie ?***



Co-funded by
the European Union

Projet n° 2023-2-TR01-KA220-ADU-000174188 Le programme Erasmus+ est soutenu par la Commission européenne. Cependant, ni la Commission européenne ni l'Agence nationale turque ne peuvent être tenues responsables des opinions exprimées ici.

1

***Pensez-vous que 1 kWh est
suffisant pour réaliser
correctement l'une des tâches
suivantes ?***

Navigation sur Internet

Regarder la télévision

Lave-vaisselle (avec machine)

Éclairer un appartement

Utilisation de la climatisation

EcoAgeing

DISCUTER DE VOS RÉPONSES!

1

Un kilowattheure correspond à l'énergie consommée par un appareil électrique d'une puissance d'un kilowatt (=1000W) pendant une heure. Avec cela :

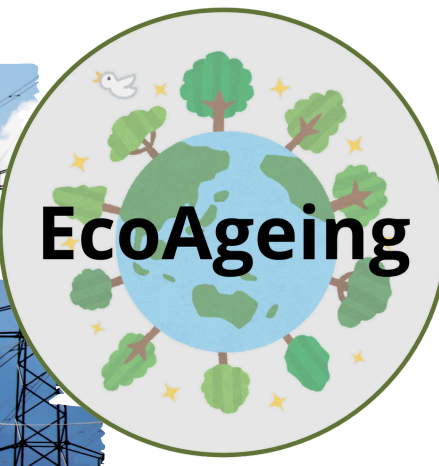
Vous pouvez surfer sur Internet sur votre ordinateur personnel pendant 6 heures en moyenne ;

Vous pouvez regarder la télévision pendant 4 heures sur un grand écran plat plasma

Vous pouvez laver la vaisselle avec un lave-vaisselle efficace

Vous pouvez utiliser une ampoule de 100 W pendant 10 heures ou une ampoule à économie d'énergie de 20 W pendant 50 heures.

Vous pouvez allumer un climatiseur domestique pendant 1 heure



Saviez-vous?

2

***Utilisez-vous des ampoules
basse consommation ?
Quels sont leurs avantages
?***



DISCUTER DE VOS RÉPONSES!

2

Utilisez des ampoules à économie d'énergie ou LED

Les ampoules à économie d'énergie consomment 4 fois moins d'énergie que les ampoules classiques (à incandescence). Elles durent jusqu'à 5 fois plus longtemps et émettent nettement moins de chaleur que les autres ampoules.

Les ampoules LED sont une technologie en évolution rapide et sont de plus en plus disponibles sur le marché. Elles consomment jusqu'à 10 fois moins que les ampoules classiques et leur durée de vie est 10 à 15 fois plus longue.
Les ampoules LED à économie d'énergie doivent être placées en particulier dans les pièces où elles seront utilisées pendant une longue période. Cela permettra non seulement d'augmenter vos économies et la durée de vie de l'ampoule, mais aussi de réduire la dissipation de chaleur.

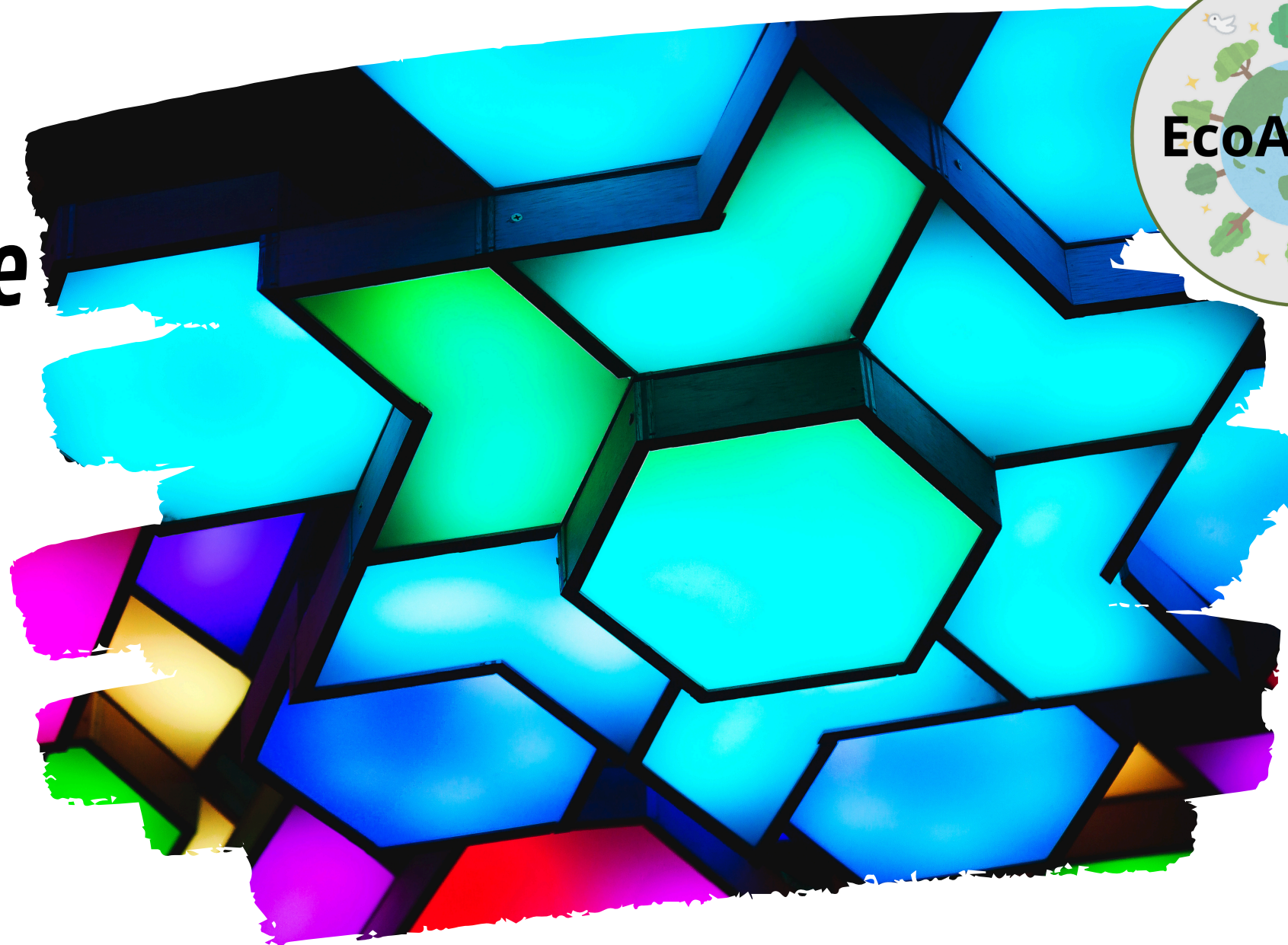


Saviez-vous?

3

Utilisez-vous un éclairage indirect dans certaines pièces de votre maison ?

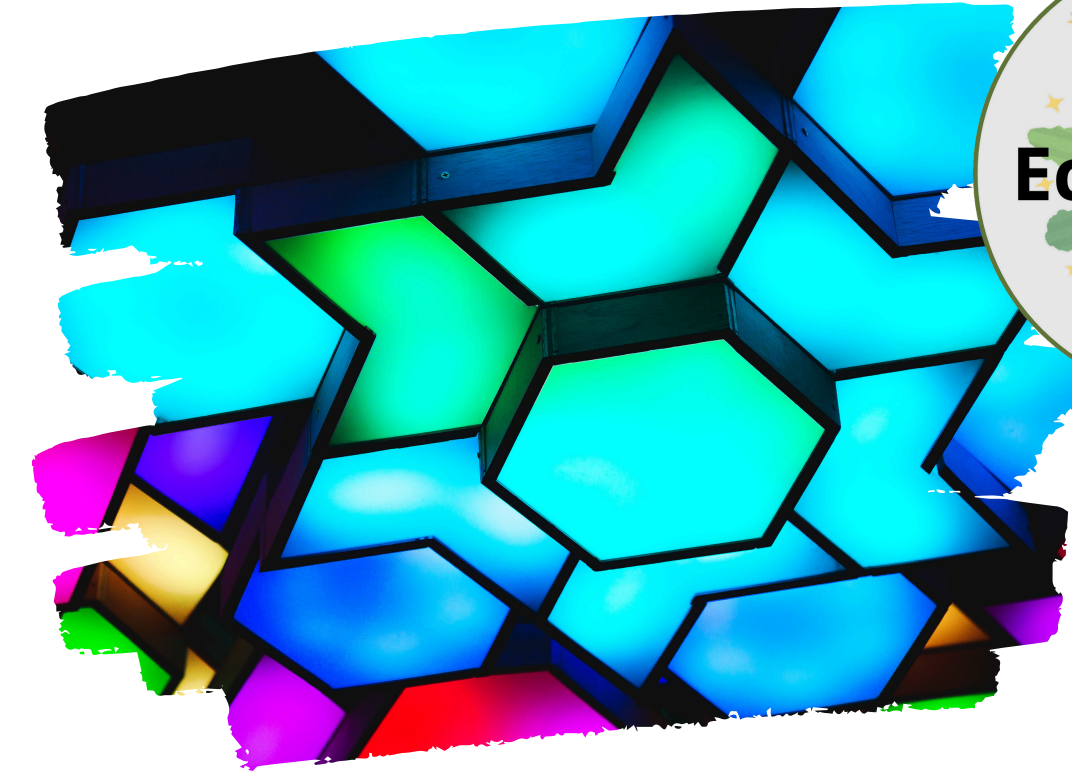
EcoAgeing



DISCUTER DE VOS RÉPONSES!

3

Illuminer directement



EcoAgeing

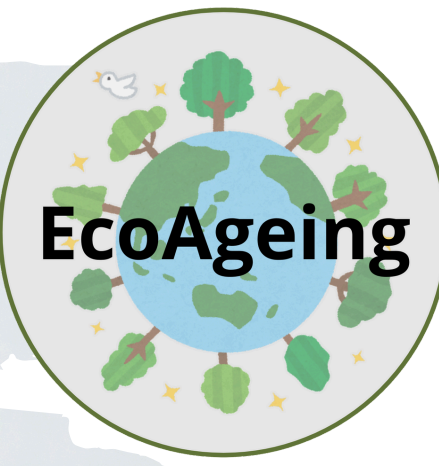
Dans les grandes pièces, placez les sources lumineuses de manière à ce que chaque zone de la pièce puisse être éclairée localement, en évitant l'éclairage indirect. Cela permet d'économiser de l'électricité et de réduire la quantité de chaleur dégagée.



Saviez-vous?

4

***Prenez-vous soin de couper
l'alimentation électrique des
appareils lorsqu'ils ne sont
pas utilisés ?***



DISCUTER DE VOS RÉPONSES!

4

Débranchez l'alimentation des appareils inutiles



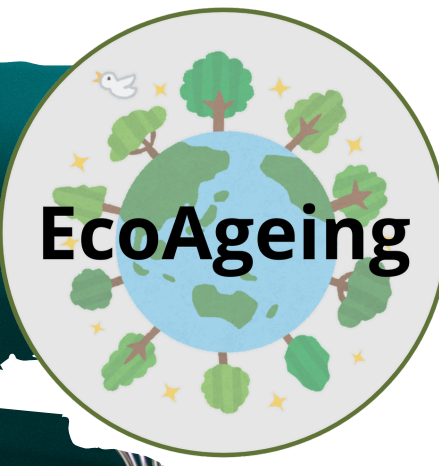
Utilisez une multiprise avec un bouton pour couper l'alimentation afin de vous assurer que les appareils électriques ne consomment pas d'électricité lorsqu'ils sont éteints. Soyez prudent lorsque vous interrompez des appareils qui peuvent entraîner la perte de données non enregistrées, comme cela peut être le cas avec les magnétoscopes.



Saviez-vous?

5

***Nettoyez-vous vos
appareils électriques du
tartre/incrustations ?***



DISCUTER DE VOS RÉPONSES!

5

Prévenir et réduire la formation de tartre



EcoAgeing

Les appareils entartrés consomment plus d'énergie et sont moins efficaces. De plus, le tartre favorise le développement des bactéries et est une cause fréquente de légionellose. Nettoyez régulièrement vos appareils pour augmenter leur efficacité et pour le bien de votre santé.



Saviez-vous?

6

Réglez-vous souvent la température de votre machine à laver au-dessus de 60 °C lorsque vous lavez vos vêtements ?



DISCUTER DE VOS RÉPONSES!

6

Ne pas laver avec de l'eau trop chaude



Il est rarement nécessaire de laver les tissus à 95° C. Dans la plupart des cas, grâce à l'utilisation de lessives modernes pour laver le coton ou d'autres tissus, 60° C et souvent 40° C sont une température de lavage suffisante. Vous pouvez ainsi économiser environ un tiers de la consommation d'énergie et réduire l'usure des tissus.



Saviez-vous?

7

Utilisez-vous un lave-vaisselle ?

Si oui, le remplissez-vous jusqu'à sa pleine capacité avant de le faire fonctionner ?



DISCUTER DE VOS RÉPONSES!

7

Utilisez des lave-vaisselle entièrement chargés



EcoAgeing

Les lave-vaisselle nous aident à économiser de l'énergie et de l'eau. Les lave-vaisselle modernes de classe A nécessitent environ 1 kWh d'électricité et 10 litres d'eau pour laver une charge. Pour laver la même quantité de vaisselle à la main de manière aussi efficace, vous consommerez environ un tiers d'énergie en plus et 5 à 10 fois plus d'eau, ce qui vous demandera également du temps supplémentaire.

Assurez-vous de profiter pleinement de votre lave-vaisselle en le mettant en marche uniquement lorsqu'il est complètement chargé.



Saviez-vous?

8

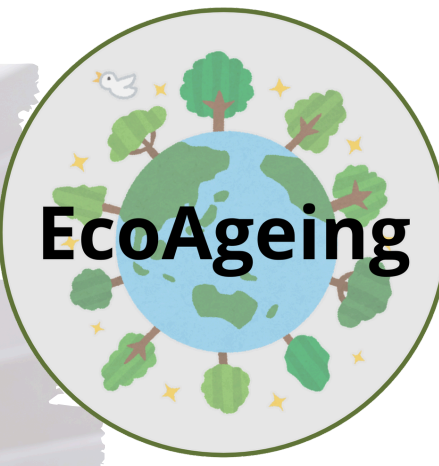
Vous arrive-t-il de laisser le robinet ouvert pendant que vous vous brossez les dents ou que vous vous rasez ?



DISCUTER DE VOS RÉPONSES!

8

Arrêter l'écoulement de l'eau



Lors du brossage ou du rasage, évitez de laisser couler l'eau. Ce rituel quotidien, à première vue anodin, peut se terminer par une dépense surprenante d'énergie et d'eau.



Saviez-vous?

9

***Faites-vous souvent
fonctionner votre
machine à laver en mode
prélavage ?***



DISCUTER DE VOS RÉPONSES!

9

Ne faites pas fonctionner la machine à laver avec le mode prélavage



EcoAgeing

Il est nécessaire de démarrer la machine à laver avec un prélavage uniquement pour les tissus très sales. Évitez d'utiliser le prélavage pour le linge peu sale. Vous économiserez ainsi de l'énergie et de l'eau.



Saviez-vous?

UN

Conseils supplémentaires pour économiser l'énergie



Installez des variateurs pour contrôler vos lumières

Installez des détecteurs de mouvement à l'extérieur, qui allument vos lumières uniquement lorsque quelque chose ou quelqu'un bouge

Séchez votre linge à l'air libre au lieu d'utiliser le sèche-linge

Maintenir le réfrigérateur et le congélateur à une température idéale

Dégivrez régulièrement votre congélateur

Utilisez le réglage « mode économique » sur les appareils

Lors de l'achat d'un nouvel appareil électronique, optez pour un modèle certifié « Energy Star »

Recherchez des astuces pour économiser l'énergie et appliquez-les à la maison

UN

Conseils supplémentaires pour économiser l'eau

Surveillez votre facture d'eau pour détecter une consommation inhabituellement élevée

Prendre des douches plus courtes

Éteignez le tuyau pendant que vous lavez votre voiture ou utilisez un seau et une éponge

Si vous installez de nouvelles toilettes, assurez-vous qu'elles disposent d'un système à double chasse d'eau

Arrosez vos plantes d'extérieur pendant les heures fraîches de la journée



Réparez tout robinet qui fuit, vérifiez si vos toilettes fuient

Installer un pommeau de douche à économie d'eau ou des limiteurs de débit

Utilisez de l'eau du robinet filtrée pour boire plutôt que de l'eau en bouteille, gourmande en énergie et en eau.

Récupérez l'eau de pluie ou l'eau de l'évier pour arroser les plantes

Mettez une couche de paillis autour de vos plantes/arbres dans le jardin pour ralentir l'évaporation de l'humidité



Combien de réponses avez-vous correctement trouvées ?



Co-funded by
the European Union

Projet n° 2023-2-TR01-KA220-ADU-000174188 Le programme Erasmus+ est soutenu par la Commission européenne. Cependant, ni la Commission européenne ni l'Agence nationale turque ne peuvent être tenues responsables des opinions exprimées ici.