cdc habitat

Caisse des Dépôts GROUPE

Conseils pratiques

Des gestes simples pour réduire votre consommation d'énergie



Maîtrisez votre consommation d'énergie

L'énergie coûte de plus en plus cher et les ressources se font de plus en plus rares. En réduisant votre consommation, vous maîtrisez votre budget, limitez la pollution et prolongez la durée de vie de vos appareils.

Chaque geste compte ! Adoptez les bons réflexes.

Agir au quotidien

L'éclairage

- Éteignez la lumière quand vous quittez une pièce.
- Utilisez la lumière du jour dès que possible.
- Remplacez vos ampoules par des LED : elles consomment jusqu'à 90 % d'énergie en moins.
- Dépoussiérez vos lampes : elles éclaireront mieux.

Réfrigérateur et congélateur

- Nettoyez la grille arrière : si elle est sale, l'appareil consomme beaucoup plus.
- Dégivrez régulièrement : le givre augmente la consommation.
- Ne mettez pas de plats chauds dans le réfrigérateur.

Le saviez-vous ?

L'éclairage représente 10 % à 15 % de la facture d'électricité.

Les appareils en veille consomment près de 500 kWh/an, soit l'équivalent de la consommation d'un réfrigérateur.

Lave-linge et lave-vaisselle

- Choisissez les programmes « éco » : ils consomment moins d'énergie et moins d'eau.
- Faites tourner vos machines seulement quand elles sont pleines.
- Lavez à 30 °C plutôt qu'à 90 °C → 3 fois moins énergivore.
- Séchez le linge à l'air libre : le sèche-linge consomme beaucoup.

Appareils électriques et cuisson

- Débranchez vos appareils ou utilisez une multiprise avec interrupteur pour éviter la veille.
- En cuisine, couvrez vos casseroles → jusqu'à 30 % d'économie d'énergie.
- Choisissez des appareils classés A ou A+ : ils consomment moins.





Pour en savoir +

Rendez-vous sur ***https://agirpourlatransition.ademe.fr/particuliers/economiser/energie***

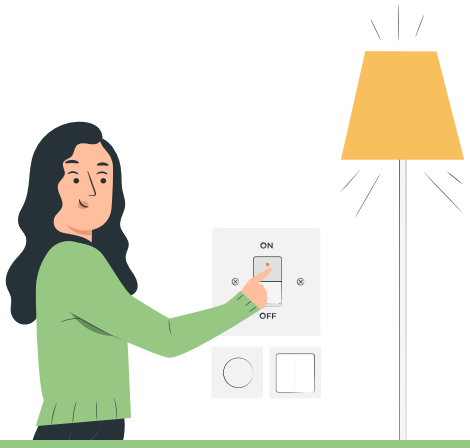


Astuces

Préférez un four à air pulsé ou combiné
→ 14 % d'économie par rapport
à un four classique.

Renseignez-vous sur les heures
creuses pour programmer
vos appareils.

Choisissez des produits durables
et réparez vos équipements
quand c'est possible.



NOTRE ENGAGEMENT

CDC Habitat s'engage pour préserver nos ressources.

Ensemble, protégeons l'environnement.

CDC Habitat – Avril 2026 – Maquette : V. Charlanne © Getty Images, Storyset - Imprimé sur du papier PEFC