



**DEFI** POUR **LA TERRE**

Maîtrisons  
l'énergie  
en faisant le plein  
d'économies !



La lutte contre le changement climatique est un défi planétaire mais concerne chacun d'entre nous. Notre mode de vie entraîne des consommations bien souvent excessives qui épuisent les ressources naturelles de la planète. Si tout le monde vivait comme les Européens, il faudrait 3 planètes pour répondre aux besoins de l'humanité ! Il est temps de se pencher sur nos dépenses d'énergie et d'adapter nos comportements.

## Maîtrisez l'énergie et faites le plein d'économies !

Notre société est actuellement très dépendante des énergies fossiles (pétrole, gaz, charbon). Or ces énergies sont à l'origine de 74% des émissions mondiales de CO<sub>2</sub>, gaz qui joue un rôle majeur dans l'augmentation de l'effet de serre et dans le réchauffement actuel. Avec la loi Grenelle 1, la France s'est engagée à diviser par 4 ses émissions de gaz à effet de serre d'ici à 2050.

L'énergie représente en outre un poste de plus en plus important dans nos dépenses (près de 8% de notre budget est consacré à l'énergie pour notre habitat et nos transports), dépenses qui vont encore croître en raison de la rarefaction et de l'inéluctable montée des prix des énergies fossiles.

Nos efforts doivent donc s'orienter vers une sobriété énergétique, bénéfique pour la planète... et également pour notre portefeuille !

Comment faire ?  
Par quoi commencer ?  
Suivez le guide !

Habitat page 4

Equipement de la maison page 8

Déplacements page 12

Ce qu'il faut savoir page 17



### **Prix des énergies et de l'eau utilisés pour les calculs d'économies financières proposés dans ce guide :**

*Fioul : 0,1016 euro par kWh*

*Granulés de bois : 0,0511 euro par kWh*

*Electricité : 0,11 euro par kWh*

*Gaz : 0,055 euro par kWh*

*Prix moyen du m<sup>3</sup> d'eau : 2,95 euros (INSEE, janvier 2007).*

## Faites des économies dans votre habitat

Les bâtiments participent pour 43% à l'énergie consommée en France et contribuent à hauteur de 22% aux émissions de gaz à effet de serre du pays. Il est donc très important d'agir pour limiter leurs impacts. L'État se fixe comme objectif, dans le cadre du Grenelle de l'Environnement, de réduire les consommations d'énergie du parc des bâtiments existants d'au moins 38% d'ici à 2020.

En 2006, les ménages consacraient 3,8% de leur budget à l'énergie domestique c'est-à-dire à l'énergie consommée à la maison. Cela représentait environ 590 € par habitant. Ces dépenses étaient principalement consacrées au chauffage (65%) suivies des dépenses pour l'éclairage et les appareils électroménagers (16,2%), pour l'eau chaude sanitaire (12,3%) et le reste pour la cuisson des aliments.

(Source : ADEME & INSEE)

**Agir sur le chauffage apparaît donc essentiel.** Choisir des équipements plus performants et adopter de nouvelles habitudes permettent à confort égal de gagner sur tous les tableaux : une consommation énergétique réduite et une facture allégée.

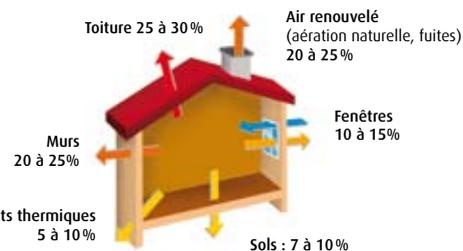
Voici quelques propositions d'actions pour vous permettre d'agir !

## Misez sur des équipements performants

### 1 Isoler : LA solution !

La meilleure façon de limiter sa facture d'énergie... c'est d'en consommer moins ! Un logement non isolé augmente votre consommation d'énergie destinée au chauffage et donc votre facture. Vous pouvez économiser jusqu'à 30% d'énergie en isolant vos combles et votre toit. Il est également recommandé d'isoler ses murs, son plancher, ses fenêtres, sans oublier d'améliorer la ventilation.

Origines des pertes de chaleur d'une maison individuelle non isolée



mon économie

jusqu'à  
**1300€**  
par an

A titre d'exemple

- Pour une maison de 87 m<sup>2</sup> de surface habitable, construite en 1960, située à Angers et chauffée au fioul :
- Avec l'isolation du toit, le propriétaire peut économiser de l'ordre de **1130 € par an**.
  - Avec le changement des fenêtres et la pose de vitrages à isolation renforcée, il peut réaliser une économie de l'ordre de **170 € par an** sur sa consommation d'énergie.

### 2 J'entretiens ma chaudière

Votre chaudière n'est plus toute jeune ? Profitez-en pour lui redonner un peu de tonus ! Une chaudière peu ou mal entretenue augmente votre consommation d'énergie et donc votre impact sur l'environnement : augmentation des émissions de gaz à effet de serre et rejets de poussières (du fait d'une mauvaise combustion).

mon économie

jusqu'à  
**105€**  
par an

A titre d'exemple

Une chaudière au gaz bien entretenue, c'est entre 8 à 12% de gain en termes d'efficacité énergétique soit une économie de 70 à 105 € par an.

### 3 Et si on changeait d'énergie ?

Il est parfois nécessaire de changer son système de chauffage ou de production d'eau chaude. Des **chaudières à condensation** performantes sont aujourd'hui disponibles sur le marché et peuvent permettre d'économiser jusqu'à 20% d'énergie par rapport à une chaudière standard actuelle.

#### Pourquoi ne pas passer aux énergies renouvelables ?

Une chaudière bois permet de limiter les émissions de CO<sub>2</sub> tout en réalisant de substantielles économies financières.

Pour l'eau chaude sanitaire, des panneaux solaires thermiques vous permettront de couvrir en moyenne 40 à 70% de vos besoins.



mon économie

jusqu'à

**1110€**  
par an

A titre d'exemple

Pour une maison de 87 m<sup>2</sup> de surface habitable, construite en 1980, située à Angers et chauffée au fioul, possédant une isolation du plancher et du toit :

- En remplaçant sa chaudière par une chaudière à condensation, on peut économiser jusqu'à **900 € par an**.
- Pour une famille de 2 ou 3 personnes utilisant un chauffe-eau au fioul, l'installation d'un chauffe-eau solaire (2,50 m<sup>2</sup> de panneaux) permettra de couvrir 40% des besoins et de réaliser une économie de l'ordre de **210 € par an** sur sa consommation d'énergie.

### Zoom sur le crédit d'impôt

Isoler son logement ou changer sa chaudière a évidemment un coût non négligeable. Toutefois, la dépense initiale est compensée au bout de quelques années grâce aux économies réalisées tous les ans sur votre facture d'énergie. Ce retour sur investissement est rendu plus rapide encore grâce aux crédits d'impôts accordés par l'Etat pour l'achat de ces équipements lorsqu'ils sont installés par un professionnel (matériaux d'isolation, chaudières à condensation, système de régulation du chauffage, certaines pompes à chaleur, panneaux solaires...).

Plus d'information sur [www.ademe.fr/credit-impot](http://www.ademe.fr/credit-impot)

Et pour les aides régionales, rendez-vous sur [www.cler.org/info/](http://www.cler.org/info/)

## De nouvelles habitudes pour plus d'économies

### 4 Je baisse la température

Baisser la température du chauffage de 20°C à 19°C génère une diminution d'environ 7% de la facture de chauffage et du même coup des émissions de CO<sub>2</sub> liées à la combustion des énergies fossiles.

Pour régler la température de votre logement en fonction de vos besoins, installez un système de régulation (thermostat d'ambiance, robinet thermostatique) et de programmation permettant de baisser le chauffage, de le relancer avant votre arrivée, d'abaisser la température la nuit...

De plus, l'installation de ce type de matériel bénéficie d'un crédit d'impôt (voir page 6).



mon économie

jusqu'à

**80€**  
par an

A titre d'exemple

Dans un habitat collectif et pour un appartement de 65 m<sup>2</sup>, construit en 1970, situé en Bretagne et chauffé à l'électricité, réduire la température d'1°C, en passant de 20°C à 19°C pendant 6 mois de chauffage permet une économie d'environ 7% soit **80 €**.

### Zoom sur l'éco-prêt à 0%

Sans conditions de ressources et d'un montant maximum de **30 000 € par logement**, il est destiné aux travaux visant un seuil minimal de performance énergétique et est **cumulable au crédit d'impôt** jusqu'au 30/12/2010.

Parmi les usages de l'énergie à la maison, on peut distinguer deux grandes catégories. D'une part les usages qui peuvent utiliser plusieurs sources d'énergie comme le chauffage (électricité, gaz, fioul), la cuisson des aliments (électricité, gaz) et l'eau chaude (électricité, gaz, fioul).

## L'équipement de la maison, ça compte aussi !

D'autre part, les usages qui ne peuvent utiliser que l'électricité (le froid, l'éclairage, l'électroménager et tous les appareils que nous utilisons). Si cette dernière catégorie représente aujourd'hui une part encore peu importante du budget des ménages, elle ne cesse toutefois d'augmenter. Ainsi les consommations d'électricité spécifiques ont augmenté de 75% depuis 1990 dans le secteur résidentiel français. Cette évolution est surtout due à l'accroissement du nombre d'appareils électroménagers et de l'équipement multimédia — TV, lecteur DVD, Hifi, micro-informatique, "boîtier internet", etc. — présents dans chaque foyer français.

Pour faire des économies, quelques bons réflexes s'imposent : choisir des appareils à moindre consommation d'énergie, les installer et les entretenir correctement et penser à éviter le suréquipement.

Voici quelques propositions d'actions pour vous permettre de faire des économies.

### 5 Je choisis mon éclairage

Très gourmandes et rarement nécessaires, les lampes halogènes sont à proscrire. Un geste économique : les remplacer par des lampes basse consommation (LBC) ou fluocompactes. Malgré un prix d'achat plus élevé, elles sont vite rentabilisées car elles consomment **5 fois moins d'électricité** et durent 6 à 8 fois plus longtemps que les ampoules à incandescence.



mon économie

jusqu'à  
**176€**  
pour 10  
ampoules

A titre d'exemple

En remplaçant 10 ampoules classiques à incandescence de 100 W par 10 LBC de 20 W, on économise 800 W soit 132 à 176 € sur leur durée de vie.

### 6 Et si on coupait la veille !

Ordinateurs, télévisions, lecteurs DVD, fours à micro-ondes sont branchés 24 h sur 24 et restent en veille. Un lecteur DVD utilise plus de 90% de sa consommation électrique annuelle... quand il ne fonctionne pas. Couper les veilles est facile : il suffit de brancher les appareils concernés sur une multiprise à interrupteur.

mon économie

jusqu'à  
**55€**  
par an

A titre d'exemple

Couper ses veilles permet à chaque foyer d'économiser 300 à 500 kWh par ménage et par an et de réaliser une économie de 33 à 55 € par an.

Si cette économie peut paraître petite à l'échelle individuelle, elle devient grande à l'échelle nationale car elle est multipliée par le nombre de ménages.

*Ex. : si tous les ménages français coupaient la veille de leurs appareils électriques, on économiserait l'énergie nécessaire à l'éclairage public de l'ensemble du territoire français.*

## 7 J'économise l'eau... ET l'énergie !

Prendre une douche rapide de 4 à 5 minutes plutôt qu'un bain, c'est diviser au minimum par 4 sa consommation d'eau et d'autant l'énergie nécessaire pour la chauffer. Il en est de même pour la vaisselle qui, faite avec un peu de méthode – du moins sale au plus sale et sans laisser couler l'eau en continu pour laver et rincer – peut être économe en eau comme en énergie. Ne dit-on pas que les petits ruisseaux font les grandes rivières ?



mon économie

jusqu'à  
**403 €**  
par an

A titre d'exemple

Pour un individu prenant une douche courte (50 l) à la place d'un bain (200 l) pendant une année, à raison d'une douche par jour et chauffant l'eau à l'énergie électrique :  
Economie d'eau : 162 €  
Economie de chauffage : 241 €  
Total gain financier : 403 €

## 8 C'est chaud pour le froid !

La production de froid est forte consommatrice d'énergie et utilise des fluides frigorigènes, puissants gaz à effet de serre lorsqu'ils sont libérés dans l'air : attention aux fuites lors de l'entretien et de la fin de vie du matériel. Afin de limiter la consommation électrique de ces appareils, il faut prendre garde à la chaleur en évitant leur proximité avec des appareils de cuisson (four...) et l'introduction de plats chauds à l'intérieur. De plus, il est indispensable de dégivrer votre appareil sans utiliser d'objet tranchant et ceci dès l'apparition de givre. En effet, s'il y a du givre, la consommation d'énergie d'un réfrigérateur augmente de 5% à 30%.

mon économie

jusqu'à  
**10 €**  
par an

A titre d'exemple

Pour un réfrigérateur-congélateur de classe A+, consommant 300 kWh par an, une couche de givre de plus de 3 mm c'est 30% de consommation énergétique supplémentaire, soit **10 € de plus par an**.

## 9 Je me pose la question : ce nouvel achat est-il vraiment nécessaire ?

Les économies faites sur la consommation d'énergie dans la maison peuvent vite être annulées par le suréquipement en matériel électrique. Remplacer son fer à repasser par une centrale vapeur, ajouter un sèche-linge au lave-linge, installer un nouveau congélateur, s'équiper d'un deuxième poste de télévision... voilà autant de sources d'augmentation de la facture d'électricité. Alors, avant de s'équiper, posons-nous la question de savoir si nous en avons vraiment besoin...

mon économie

jusqu'à  
**...**  
€  
par an

A compléter par l'usager

A calculer vous-même en fonction de la consommation d'énergie de l'achat évité !  
La consommation d'électricité d'un écran plat LCD de 66 cm coûte **177 à 200 € sur 10 ans**.

La consommation d'un écran d'ordinateur laissé tout le temps allumé coûte **150 € sur 5 ans**.  
...à quoi il faut ajouter l'économie réalisée sur le prix de l'achat évité.

En 2006, les ménages consacraient en moyenne 3,5% de leur budget pour les carburants et les lubrifiants de leurs véhicules. Cela représentait une moyenne de 550 € par habitant et par an. Les transports représentent près de 35% des émissions de CO<sub>2</sub> et contribuent donc de manière importante à l'augmentation des gaz à effet de serre responsables du réchauffement de la planète.

Source : INSEE

## Soyez vigilants sur vos déplacements

Un premier moyen d'action consiste donc à limiter autant que possible l'usage de la voiture. Tout compris, une petite voiture coûte environ 5300 € par an, soit plus de 440 € par mois ! Lorsque le recours à la voiture est nécessaire et vu les aléas des prix des carburants, cela vaut vraiment la peine d'adopter les bons réflexes avec au final un triple bénéfice : une meilleure santé pour tous, une limitation du réchauffement planétaire et des économies substantielles !

Des solutions existent pour baisser sa consommation de carburant !

### Le saviez-vous ?

50% des trajets quotidiens font moins de 3 km !  
Pour les petits trajets, essayons d'adopter les transports en commun, le vélo ou la marche.

Pour faire 3 km en ville, il faut en moyenne :

|  |       |       |
|--|-------|-------|
| A pied   | _____ | 36 mn |
| A vélo   | _____ | 12 mn |
| En bus (trafic fluide)                             | _____ | 7 mn  |
| En bus (bouchon)                                   | _____ | 18 mn |
| En voiture (trafic fluide et stationnement facile) | _____ | 7 mn  |
| En voiture (bouchons et stationnement rare)        | _____ | 27 mn |

Source : Gart

## 10 Changer de mode de transport

Comparons le coût d'une voiture avec d'autres modes de transport plus écologiques et plus économiques.

|  |   |
|--|---|
| Petite voiture                                     | 5368 €/an soit 450 €/mois tout compris (dont l'achat)   |
| Vélo   | 180 €/an (prix d'achat inclus)  |
| Vélo à assistance électrique                       | > 0,10 €/100 km + prix d'achat du vélo (de 900 € à 2500 €) et hors entretien et remplacement de batterie  |
| Transport en commun (tram, bus, métro, hors train) | en moyenne 324 €/an (hors Ile-de-France)  |
| Auto-partage                                       | Inscription : 40 à 50 € et une caution<br>Abonnement : 10 à 15 € par mois<br>Usage selon le type de voiture : 2 €/h et 0,35 €/km (carburant inclus) |
| Vélo-partage                                       | 29 €/an + 1 à 4 € au-delà de la 1re demi-heure d'utilisation pour le Vélip  |
| Une paire de chaussures de marche                  | 90 €  |

Sources : Gart & Ademe



mon économie

à partir de  
**2500€**  
par an

A titre d'exemple

En fonction des choix que vous pourrez faire et de leur mise en œuvre, votre économie s'échelonne de 2 500 à 5 000 € maximum sur un an si vous vous séparez de votre voiture. Rien n'empêche de mixer ces alternatives comme se rendre à la gare en vélo pour prendre un transport en commun par la suite.

[www.ademe.fr/calcullette-eco-deplacements](http://www.ademe.fr/calcullette-eco-deplacements)  
pour les trajets domicile-travail

[www.ademe.fr/eco-deplacements](http://www.ademe.fr/eco-deplacements) pour les déplacements.

## 11 Se regrouper pour diviser les frais

70% des Français utilisent leur véhicule personnel pour aller travailler, et 80% d'entre eux voyagent seuls. Le taux moyen de remplissage des voitures françaises est par conséquent faible (1,25). Pour l'augmenter, rien de tel que le covoiturage qui met en relation des personnes effectuant seules tout ou partie d'un trajet identique, afin qu'elles voyagent à plusieurs. Si chacun de nous partageait une voiture ne serait-ce qu'une seule fois par semaine, ce serait 20% de trafic en moins pour les trajets réguliers. Donc moins de pollution, de CO<sub>2</sub>, d'embouteillages... et de frais. Car le covoiturage permet de partager certains coûts liés au déplacement.

mon économie

jusqu'à  
**2 000 €**  
par an

A titre d'exemple

Avec deux passagers quotidiens et le partage des frais, ou en alternant entre les véhicules des uns et des autres, vous pouvez économiser de 500 à 2000 € par an (en fonction du kilométrage) !



*Nota : les évaluations des gains de consommation et de coût prennent comme référence le parc français 2007 et son activité. 36% des distances sont parcourues par des véhicules à essence et 64% par des véhicules Diesel. Les calculs reposent sur une hypothèse de coûts carburant fixés à 1,50 €/l pour l'essence et 1,45 €/l pour le gazole.*

## 12 Utiliser une voiture sans la posséder

Une voiture reste en stationnement... 95% de son temps. Dès lors, utiliser une voiture sans en être propriétaire est une alternative idéale en ville : c'est l'auto-partage. Il s'agit de voitures gérées par une société, une collectivité publique, une coopérative, une association ou même un individu. La flotte de véhicules ainsi constituée est mise à la disposition, 24 h/24 et 7 j/7, des membres du service d'auto-partage selon différentes modalités, avec généralement un abonnement et un prix modique à chaque utilisation du véhicule, fixé selon le type de véhicule, la durée de l'utilisation... L'auto-partage est plus pratique, souple et économique que la location traditionnelle pour des déplacements relativement réguliers et sur de petites distances.

mon économie

jusqu'à  
**3 600 €**  
par an

A titre d'exemple

Considérons un abonné qui ne possède pas de voiture, se rend à son travail à vélo et se sert d'une voiture en auto-partage une à deux fois par semaine pour faire 500 km, il lui en coûte environ 150 à 200 € par mois, soit une économie de 250 à 300 € par mois ou de 3 000 à 3 600 € par an par rapport aux dépenses d'un propriétaire d'une petite voiture.

## 13 En voiture autrement

Et si votre voiture vous est indispensable, adoptez les bons comportements :

### Lever le pied

Une conduite agressive en ville peut augmenter la consommation de carburant de 40% soit autant de dépenses inutiles. Démarrer en douceur, adopter une conduite sans à-coups (fluide), anticiper pour réduire les freinages et changements de vitesse inutiles et éviter de rouler en "sur régime" — rester par exemple en 3<sup>e</sup> lorsqu'il faut passer la 4<sup>e</sup> — c'est une économie de 4 € pour 100 km. Enfin, pensez à couper le moteur en cas d'arrêt prolongé (conversation téléphonique, livraison, gros bouchons).

mon économie

jusqu'à  
**200 €**  
par an

A titre d'exemple

Passer d'une conduite agressive à une conduite souple réduit de 5 à 25% la consommation de carburant des véhicules, et entraîne une économie annuelle de l'ordre de 200 €.

## Rouler moins vite : un double bénéfice !

Diminuer sa vitesse sur autoroute, c'est bon pour votre sécurité avec une réduction des risques d'accident, mais aussi bon pour la planète avec une diminution des émissions de CO<sub>2</sub> ainsi que pour votre portefeuille.

mon économie

jusqu'à  
**7€**  
/500 km

A titre d'exemple

Diminuer sa vitesse de 10 km/h sur autoroute, c'est économiser jusqu'à 5 litres de carburant et gagner 7 € sur un trajet de 500 km.

## Du bon usage de la climatisation

Sachez que la surconsommation moyenne de carburant avec une climatisation est de 15 à 25% en ville et de 3 à 10% sur route. Tenez-vous en à 5°C de moins que la température extérieure et éteignez-la dès que possible. Et n'oubliez pas, la climatisation suppose un entretien régulier pour éviter des fuites de liquide frigorigène, libérant alors des gaz à effet de serre.

## Pas de prise au vent

Utilisez des porte-vélos à l'arrière du véhicule plutôt que sur le toit et, pour les chargements volumineux, une remorque plutôt qu'une galerie. Lorsqu'ils ne sont pas utilisés, retirez galerie, porte-vélos et autres coffres de toit. Les laisser c'est consommer 10% de carburant en plus et dépenser autant d'euros supplémentaires.

## Un entretien régulier

Un véhicule doit être réglé et révisé régulièrement. Un filtre à air encrassé consomme 3% de carburant en plus et un moteur mal entretenu, encore davantage. A vérifier : la pression des pneumatiques au moins tous les deux mois, sans oublier la roue de secours à l'occasion d'une opération d'entretien. En cas de changement, adopter des pneus "basse consommation", c'est faire jusqu'à 5% d'économie.

mon économie

jusqu'à  
**5 pleins**  
par an

A titre d'exemple

Si vous adoptez les bons comportements en voiture, c'est jusqu'à 5 pleins d'économisés par an. Réduire sa consommation de carburant, c'est aussi réduire ses émissions de CO<sub>2</sub>.

## Ce qu'il faut savoir

L'usage de l'énergie représente près de la moitié de nos émissions de CO<sub>2</sub>. Pour les diviser par 4 d'ici 2050, il faut miser en priorité sur la réduction de sa consommation.

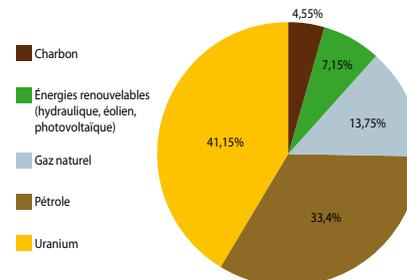
### Le cycle de l'énergie de sa production à sa consommation



- 1- Matières premières** : charbon, gaz, pétrole, uranium... leur extraction et leur rareté sont à l'origine de profondes transformations des paysages et peuvent générer des pollutions de l'air, des eaux et des sols fragilisant la biodiversité.
- 2- Transport** par camions, bateaux ou pipelines : les matières premières sont acheminées sur les lieux d'utilisation, ce qui consomme beaucoup d'énergie, rejette des polluants locaux nocifs pour la santé et peut provoquer des atteintes graves à l'environnement.
- 3- Transformation** : elle a lieu dans les centrales thermiques (combustion d'énergies fossiles très émettrices de CO<sub>2</sub>) ou dans des centrales nucléaires.
- 4- Distribution** : l'électricité est transportée par des lignes électriques, notamment à haute tension, qui sont à l'origine de transformations majeures des paysages.
- 5- Consommation** : nous utilisons cette énergie tous les jours pour faire fonctionner nos appareils électriques toujours plus nombreux.

### L'énergie en France : ressources primaires utilisées (2007)

Source : MEEDDAT, L'énergie en France, édition 2008



Part des énergies renouvelables = 7,15% — Part des énergies non renouvelables = 92,85%

## A quelle famille ressemblez-vous ?



Sur la base d'une étude établie en 2007 par le Credoc (Centre de recherche pour l'étude et l'observation des conditions de vie), la Fondation Nicolas Hulot pour la Nature et l'Homme a réalisé en avril 2009 une estimation de la consommation énergétique de 2 ménages de 4 personnes habitant une maison de 100 m<sup>2</sup>, l'un caractérisé par des comportements peu économes, l'autre attentif à son mode de consommation et ayant fait le choix d'équipements économes.



### Famille Gaspi

Chauffage et eau chaude au gaz : 27 600 kWh/an  
Température >20

**Eclairage : 1 600 kWh/an**  
Lampes à incandescence halogènes

**Cuisson : 320 kWh/an**  
Four électrique et micro-ondes

**Lavage : 1 250 kWh/an**  
Lessive à 90°, vaisselle programme non éco, sèche-linge [C]

**Froid : 700 kWh/an**  
Réfrigérateur-congélateur américain

**Loisirs-Culture : 650 kWh/an**  
TV, magnétoscope, décodeur, chaîne HI-FI en veille

**Bureau : 350 kWh/an**  
Ordinateur en veille, imprimante laser, box internet en fonctionnement continu

**Total famille gaspi > 27 600 kWh/gaz/an**  
**4 870 kWh/électrique/an**



### Famille Econome

Chauffage et eau chaude au gaz : 24 000 kWh/an  
Température <20

**Eclairage : 120 kWh/an**  
Lampes basse consommation

**Cuisson : 220 kWh/an**  
Four électrique et micro-ondes

**Lavage : 320 kWh/an**  
Lessive à 40°, vaisselle programme éco, pas de sèche-linge

**Froid : 380 kWh/an**  
Réfrigérateur-congélateur européen [A+]

**Loisirs-Culture : 360 kWh/an**  
TV, magnétoscope, décodeur, chaîne HI-FI éteints

**Bureau : 160 kWh/an**  
Ordinateur et box internet éteints et débranchés, imprimante jet d'encre

**Total famille économe > 24 000 kWh/gaz/an**  
**1 560 kWh/électrique/an**

### Potentiel d'économies réalisables avec l'adoption de comportements économes

| Différence de consommation par postes<br>entre les 2 familles en kWh/an |              | Economies<br>potentielles en €/an |
|---|--------------|-----------------------------------|
| Chauffage & eau chaude  | 3 600        | Jusqu'à 200 €                     |
| Eclairage   | 1 480        | Jusqu'à 160 €                     |
| Lavage  | 930          | Jusqu'à 100 €                     |
| Froid   | 320          | Jusqu'à 35 €                      |
| Loisirs-Culture   | 290          | Jusqu'à 30 €                      |
| Bureau (Informatique)   | 190          | Jusqu'à 20 €                      |
| Cuisson   | 100          | Jusqu'à 10 €                      |
| <b>TOTAL</b>  | <b>6 910</b> | <b>Jusqu'à 555 €</b>              |

\* Sur la base de : Gaz = 0,055 euro/kWh - Électricité = 0,11 euro/kWh

# Ensemble, relevons le Défi pour la Terre

Depuis sa création en 1990, la Fondation Nicolas Hulot pour la Nature et l'Homme s'est donné pour mission de modifier les comportements individuels et collectifs pour préserver notre planète dans une perspective de développement durable et solidaire.

Reconnue d'utilité publique et dédiée à l'éducation à l'environnement, la Fondation Nicolas Hulot est une ONG apolitique et non confessionnelle dont les actions visent à :

- > Inciter les citoyens à agir au quotidien, notamment avec le Défi pour la Terre.
- > Mobiliser les décideurs politiques et économiques à travers son initiative du Pacte écologique.
- > Initier et soutenir des projets en France et à l'international.

[www.fnh.org](http://www.fnh.org)

[www.defipourlaterre.org](http://www.defipourlaterre.org)

avec le soutien de ses partenaires fondateurs :



des partenaires thématiques Climat :

et du :

