



L'énergie la moins chère et la moins polluante est celle que l'on ne consomme pas !

Le défi "Familles à énergie positive", c'est réaliser au moins 8% d'économie sur ses factures énergétiques par rapport à l'hiver précédent, et **SANS investissement !**

En équipe mesurez vous aux autres et tentez, de façon conviviale, de dépasser les 200 € d'économie*.

Résultats quiz:

1=8; 2=8; 3=6; 4=10; 5=8; 6=6; 7=4; 8=6; 9=4; 10=4

1=3; 2=6; 3=2; 4=6; 5=6; 6=4; 7=2; 8=1; 9=1; 10=2

Plus de 75 points: Bravo ! vous êtes un as des éco-gestes; ils sont pour vous, naturels. Votre nouveau challenge: partager vos connaissances avec votre entourage et être capitaine d'une équipe du défi énergie. **Entre 75 et 50 points:** Les éco-gestes font déjà partis de votre quotidien. Ce quiz vous donne un premier aperçu des 100 éco-gestes que vous pourrez découvrir durant le défi pour faire encore plus d'économies. **Entre 50 et 25 points:** Vous avez déjà des notions d'économies d'énergie, profitez du défi énergie pour aller plus loin dans la démarche et la réduction de vos factures. Des petits gestes sont encore possibles. **Moins de 25 points:** Grâce au défi vous pourrez rapidement faire d'importantes économies d'énergie. C'est bon pour votre portefeuille et la planète ! Alors inscrivez-vous, venez partager un moment convivial avec nous et tentez d'être sur le podium national !

*économie moyenne par famille constatée lors des précédentes éditions

www.familles-a-energie-positive.fr



Relevez le défi !



QUIZZ

20

éco gestes

Cet hiver, je tente de faire plus de 8 % d'économie d'énergie



10 gestes +++

✓ Cochez les gestes que vous pourriez mettre en place ou améliorer.



- 1 Installer des rideaux épais et/ou des volets à toutes les fenêtres des pièces
- 2 Fermer les portes des pièces les moins chauffées
- 3 Contrôler la qualité de l'eau du circuit de chauffage hydraulique tous les ans
- 4 Baisser de 1 ou 2°C la température de chauffage des pièces
- 5 Régler le thermostat selon l'occupation quotidienne ou hebdomadaire
- 6 Régler la température du chauffe-eau entre 55 et 60°C
- 7 Équiper les robinets et pommeaux de douche de mousseurs économes
- 8 Prendre des douches de moins de 5 min
- 9 Éviter d'utiliser le sèche-linge
- 10 Vérifier régulièrement la température intérieure du réfrigérateur et du congélateur

Le saviez-vous ?

Au-delà de 20°C, chaque degré de plus coûte en moyenne 7% sur la facture de chauffage.

10 gestes +

- 1 Aérer 5 minutes par jour, même en hiver (en l'absence de VMC)
- 2 Isoler les tuyaux d'eau chaude et du circuit de chauffage hydraulique
- 3 Remettre systématiquement les mitigeurs sur la position froide
- 4 Dégivrer le réfrigérateur/congélateur dès qu'il y a 5mm de givre
- 5 Couper systématiquement les veilles de tous les appareils
- 6 Régler l'ordinateur en mode "économies d'énergie"
- 7 Utiliser le plus souvent des cycles courts à basse température
- 8 Utiliser des néons dans le garage ou la cave
- 9 Mettre un couvercle sur la casserole en cuisinant
- 10 Décongeler les aliments dans le frigo plutôt qu'au micro-onde



Point trop n'en faut !

Mieux vaut 2 gestes tenus dans le temps que 10 abandonnés rapidement.

