

CONSOMMER ET ÉCONOMISER



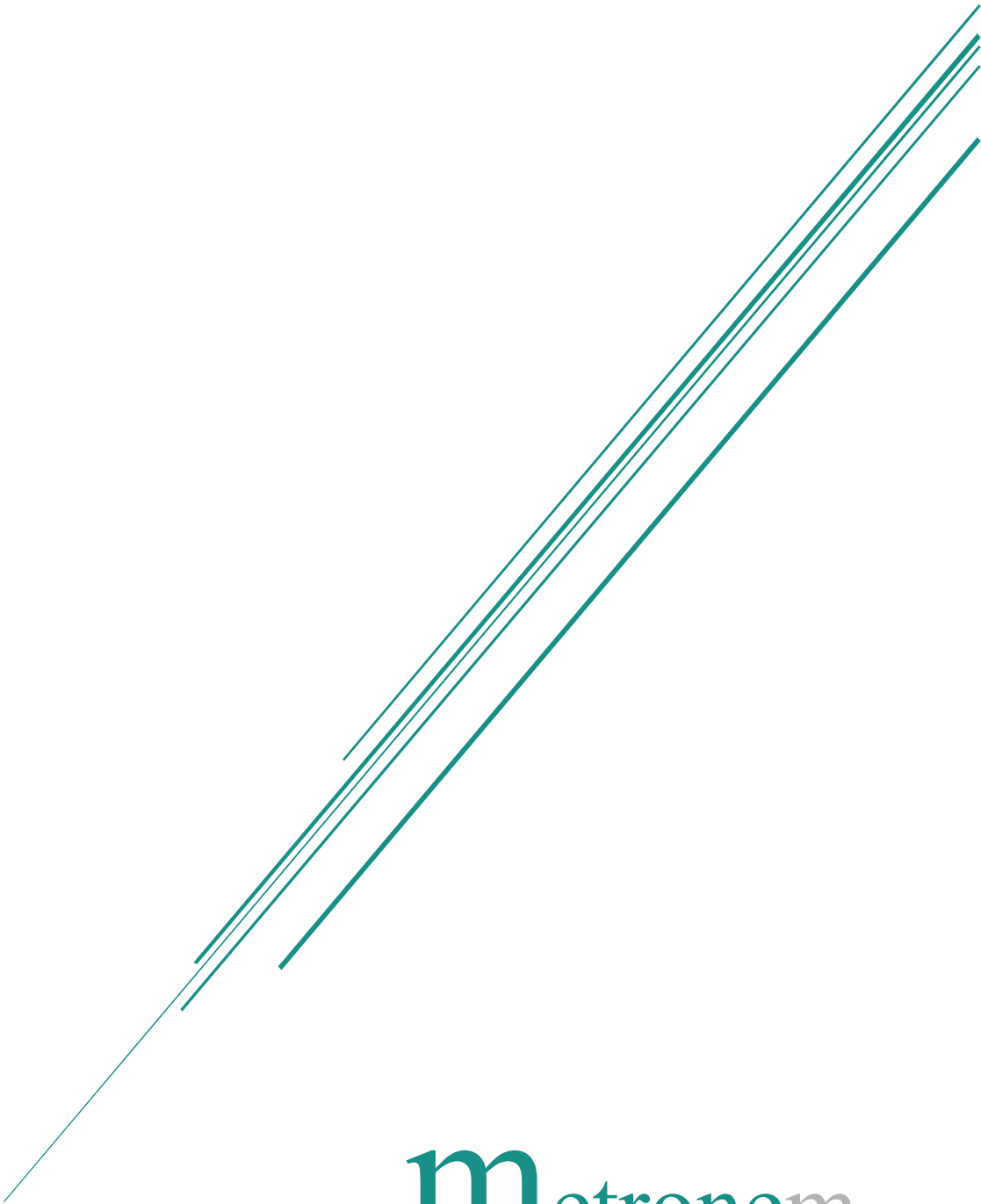
CHAUFFAGE



EAU



ÉLECTRICITÉ



metronem

This image shows a single sheet of white paper with horizontal blue ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There is no handwriting or other markings on the paper.

Sommaire

Économiser sur votre facture de chauffage	p. 4
Statistiques de chauffage	p. 5
Économiser sur votre facture d'eau	p. 6
Statistiques d'eau	p. 7
Économiser sur votre facture d'électricité	p. 8
Statistiques d'électricité	p. 9



Conseils pour économiser sur votre facture de chauffage

Conseil n°1 – Baisser la température

Baissez la température des pièces pendant la nuit et à 15° en cas de longue absence, car cela vous permettra d'économiser jusqu'à 10% de frais de chauffage ! Abaissez les stores et fermez les volets ainsi que les rideaux.

Conseil n°2 – Aérer les pièces

Ouvrez vos fenêtres 2 à 3 fois par jour pendant 5 minutes. L'humidité de l'air est donc chassée avec une perte thermique minimale. Attention, les bâtiments récents sont souvent équipés d'une installation d'amenée et d'évacuation d'air.

Conseil n°3 – La chaleur gratuite

Utilisez l'apport d'autre source de chaleur comme le rayonnement solaire ou les gains de chaleur générés par la cuisine. Les vannes thermostatiques et électriques programmables fonctionnent automatiquement en tenant compte des gains de chaleur.

Conseil n°4 – Adapter la chaleur

Pour le salon, une température de 20° à 21° est considérée comme appropriée. Dans la chambre, par contre, des températures plus basses comme 18° ou 19° suffisent.

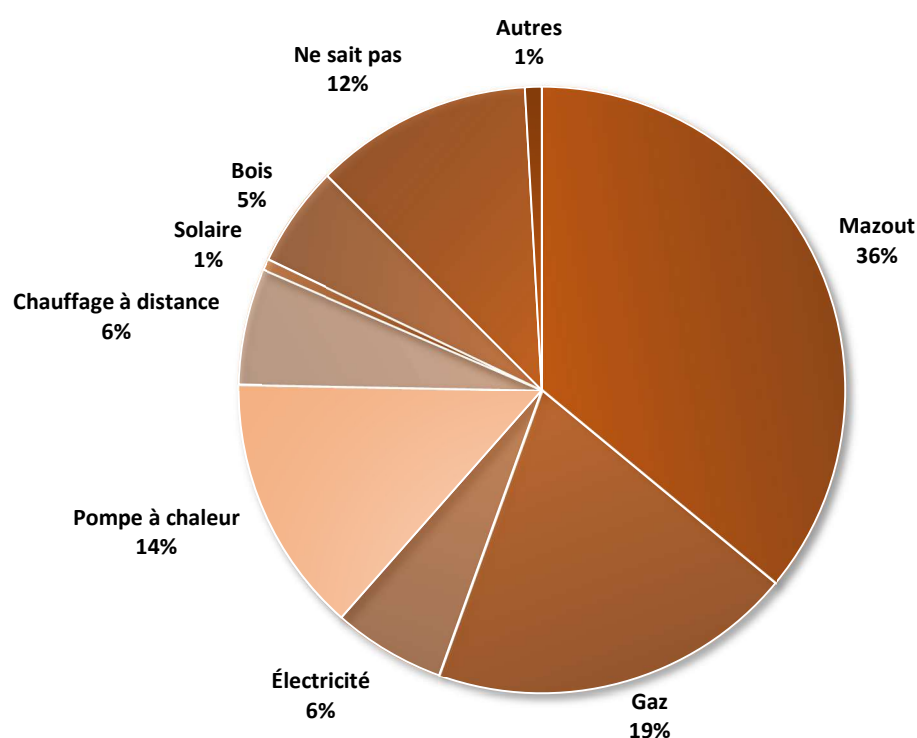
« Une température ambiante contrôlée, une humidité de l'air bien dosée et ainsi qu'une température adaptée, vous permettra de faire des économies »





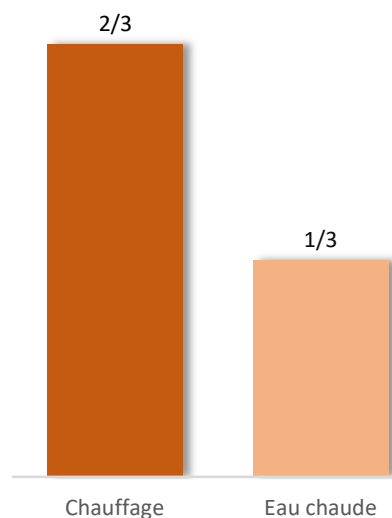
Statistiques chauffage

Répartition des différents systèmes de chauffage



« La consommation de chauffage annuelle au m² habitable est en moyenne de 40 kWh »

Dépenses pour la production d'énergie



« Les dépenses en énergie pour la production d'eau chaude représentent en moyenne 1/3 de la facture globale de chauffage »

*Source Suisse énergie



Conseils pour économiser sur votre facture d'eau

Conseil n°1 – Éviter les bains

Un bain consomme plus de 100 litres d'eau, alors qu'une douche 20 à 40 litres, celle-ci est donc plus économique à condition qu'elle soit courte.

Conseil n°2 – Appareils économiques

Utilisez des limiteurs de débit pour tuyaux de douche et robinets (mousseur), cette solution peut vous permettre d'économiser jusqu'à 50% de votre consommation, sans réduire votre confort.

Mais aussi privilégier des appareils électroménagers économiques comme un lave-vaisselle qui consommera moins que si vous faites la vaisselle à la main.

Conseil n°3 – Chasse d'eau

Installez une chasse d'eau économique (3l/6l), si celle-ci n'est pas adaptable vous pouvez toujours appuyer moins longtemps ou même installer un objet dans le réservoir afin de lui faire perdre du volume d'eau.

Conseil n°4 – Ne pas consommer inutilement

L'eau doit être consommée nécessairement en cas de besoin, par exemple pensez à fermer le robinet quand vous vous brossez les dents ou vous savonnez, préparez la quantité nécessaire pour cuisiner et réparer les robinets ainsi que les chasses d'eau qui fuient.

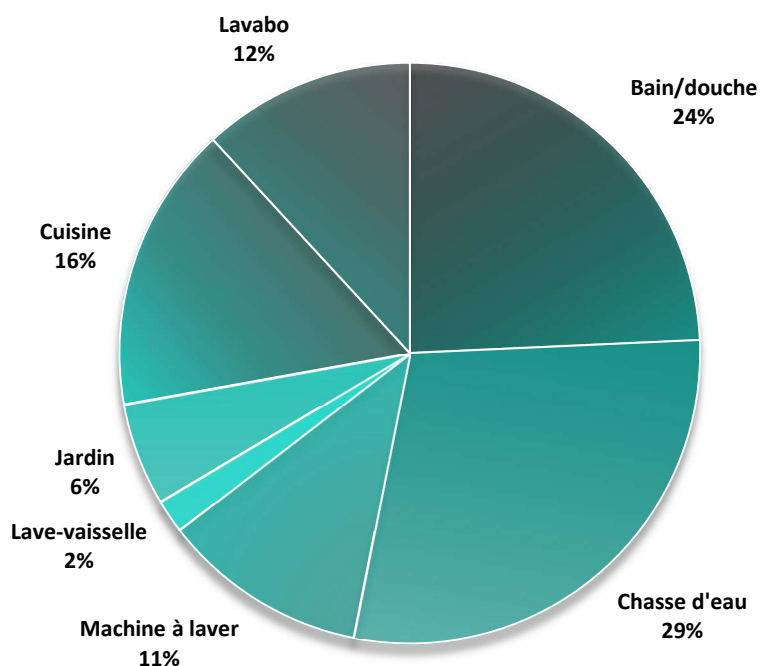
« Tous vos petits efforts auront de grandes conséquences sur votre facture ainsi vous participerez à la préservation de nos ressources »



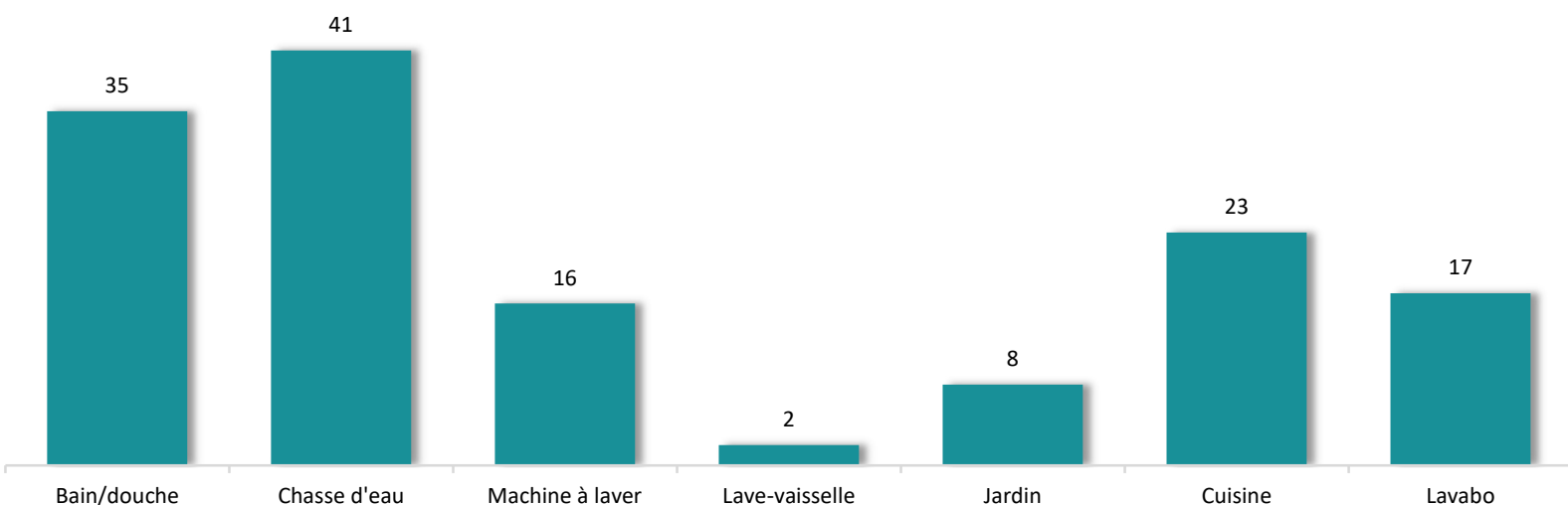


Statistiques eau des ménages

Consommation moyenne d'eau par ménage



Consommation moyenne d'eau en litres par personne



« La consommation moyenne d'une personne à son domicile est de 142 litres par jour, soit presque 52 000 litres par année »

*Étude faite sur la base de données Metronem



Conseils pour économiser sur votre facture d'électricité

Conseil n°1 – Les appareils électriques

Programmez vos appareils électroménagers comme le lave-vaisselle ou la machine à laver la nuit afin de consommer un minimum, aussi bien choisir ses équipements électriques lors de vos achats, privilégier des appareils économiques.

Conseil n°2 – Ampoule LED

Remplacez vos vieilles ampoules par des lampes à LED ou à basse consommation et éteindre la lumière quand on quitte une pièce.

Conseil n°3 – La cuisine

N'oubliez pas de couvrir vos casseroles afin éviter de la perte de chaleur, optez pour des plaques de cuisson à induction qui sont moins énergivores que des plaques électriques traditionnelles ou que des plaques en vitrocéramiques.

Conseil n°4 – Les consommations inutiles

Dès qu'un appareil électronique est fini d'être chargé, pensez à le débrancher et ainsi que le chargeur. Vous pouvez éteindre votre ordinateur plutôt que de le laisser allumer, mais encore investir dans des multiprises avec interrupteur afin d'éteindre les veilles inutiles en un clic.

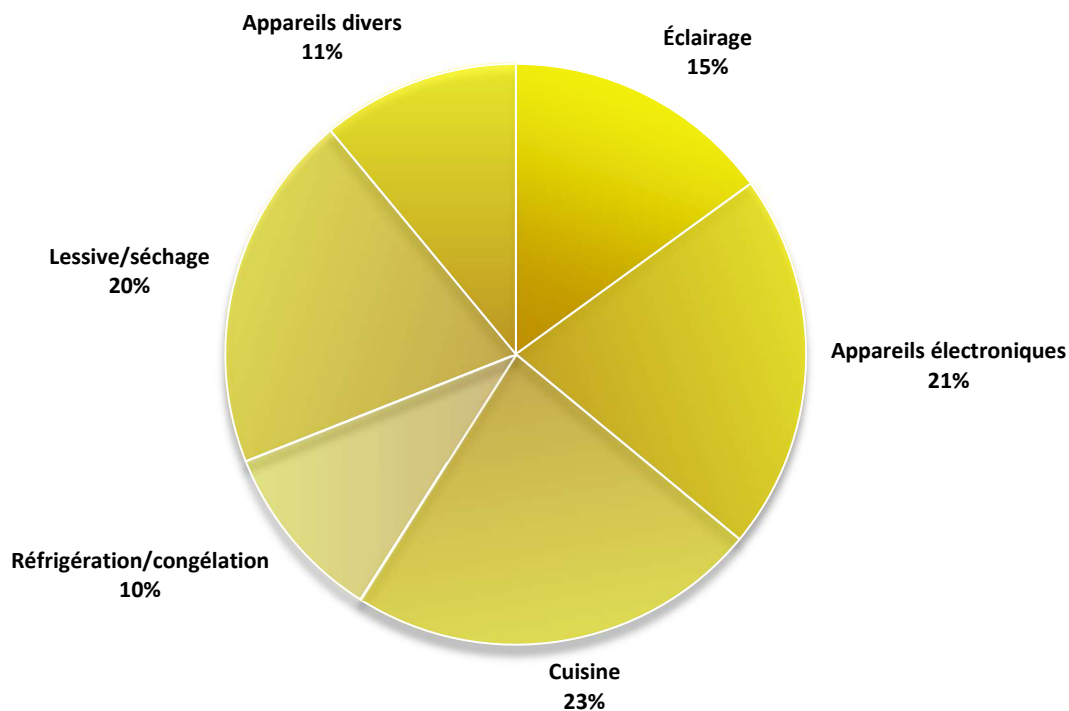
« La maîtrise de votre consommation garantira vos économies, tout simplement »



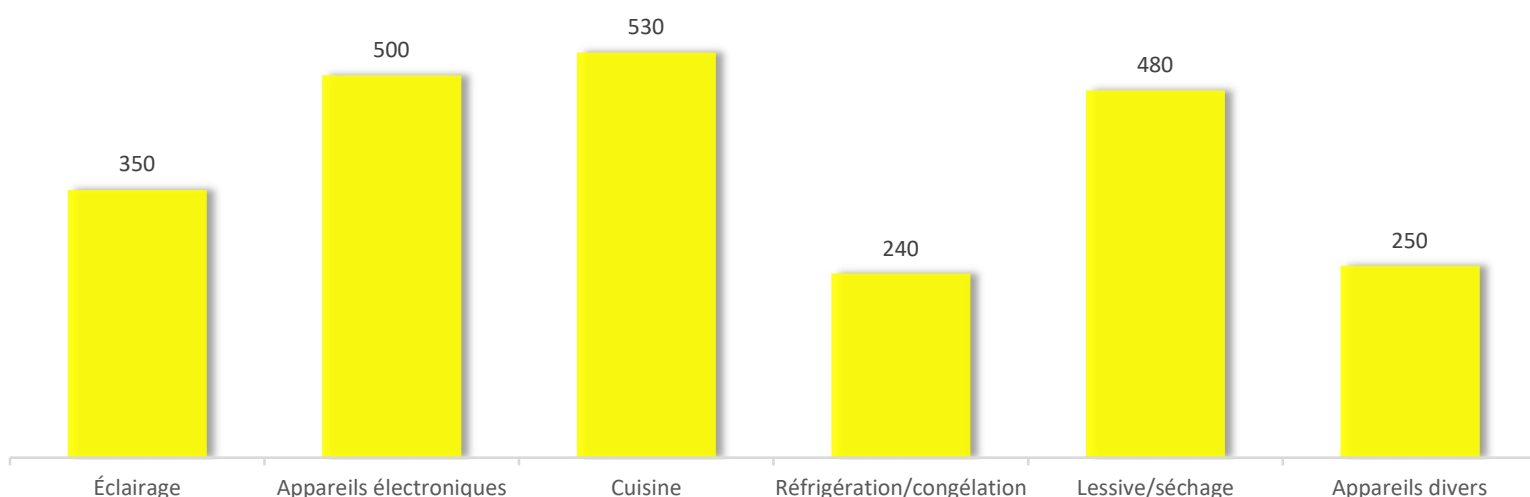


Statistiques électriques des ménages

Consommation moyenne électrique par ménage



Consommation moyenne électrique en kWh pour deux personnes



« La consommation moyenne électrique pour deux personnes est de 2 350 kWh par an »

*Source Suisse énergie



DÉCOMPTES



RELEVÉ & GESTION



BUREAU D'ÉTUDE



SERVICE TECHNIQUE

Metronem Sàrl
Rue du Pays d'Enhaut 80
1630 Bulle
+41(0)26 912 98 60
info@metronem.ch
www.metronem.ch

Metronem
