



Constructyts

Votre partenaire compétences

COMMENT AGIR POUR L'ENVIRONNEMENT ?

Agir pour la planète, ça commence chez soi



La réduction de la consommation d'énergie est devenue un enjeu majeur pour lutter contre le changement climatique et préserver notre environnement.

Selon l'Ademe (Agence de l'environnement et de la maîtrise de l'énergie), les ménages **français** consomment en moyenne **136 kWh/m²/an** d'énergie pour le chauffage et l'eau chaude sanitaire. En 2019, la facture d'énergie moyenne pour un ménage français était de **1 649 euros par an**, selon l'Observatoire national de la précarité énergétique.

En prenant **des mesures simples** pour réduire notre consommation d'énergie, nous pouvons **économiser jusqu'à 25% sur notre facture d'énergie** et réduire notre empreinte environnementale de manière significative. Il est donc essentiel d'agir pour limiter notre impact sur l'environnement tout en réduisant nos dépenses énergétiques.



www.constructyts.fr

10 HABITUDES À ADOPTER POUR UN FOYER ÉCO- RESPONSABLE



#1 Éteignez vos lumières et vos appareils électroniques lorsqu'ils ne sont pas utilisés

→ En France, les appareils en veille représentent environ 7% de la consommation électrique, pensez à les éteindre.

#2 Utilisez des ampoules basse consommation

→ Les ampoules basse consommation utilisent environ 80% d'énergie en moins que les ampoules incandescentes, ce qui permet de réduire considérablement votre facture d'électricité.



#3 Limitez la durée des douches

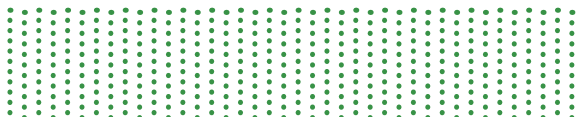
→ Diminuer la durée de vos douches vous permet de réduire la consommation d'eau chaude, qui représente environ 13% de la facture d'énergie.

#4 Évitez le gaspillage alimentaire

→ Le gaspillage alimentaire représente environ 10 millions de tonnes de CO₂ émis chaque année en France.

#5 Privilégiez les produits locaux de saison en limitant sa consommation de viande

→ Le transport et la production de viande sont responsables d'une grande partie des émissions de gaz à effet de serre liées à l'alimentation ce qui représente jusqu'à 30% de l'empreinte carbone des produits alimentaires.





Utilisez un programme de lavage à basse température

#6

- Les programmes de lavage à basse température peuvent réduire votre consommation d'énergie jusqu'à 40%.

Nettoyez régulièrement les filtres de votre système de ventilation

#7

- Les filtres sales de votre système de ventilation peuvent réduire son efficacité, ce qui augmente la consommation d'énergie nécessaire pour chauffer ou refroidir votre maison.

Évitez l'utilisation de l'éclairage artificiel

#8

- Lorsque cela n'est pas nécessaire, préférez l'utilisation de la lumière naturelle, cela participera à la réduction de votre consommation d'énergie.

Installez des rideaux thermiques

#9

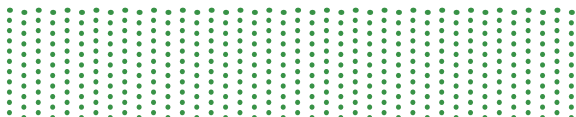
- Les rideaux thermiques peuvent aider à maintenir la chaleur à l'intérieur de votre maison, réduisant ainsi la consommation d'énergie nécessaire.

Évitez de surchauffer sa maison

#10

- Maintenir la température de votre maison à 19°C peut réduire la consommation d'énergie nécessaire jusqu'à 7%.

*Sources ADEME et Ministère de la transition écologique.



Agir pour la planète, ça commence chez soi

Contactez dès à présent
votre Conseiller ConstructyS
pour en apprendre
davantage sur la transition
écologique !



www.constructyS.fr