



Les écogestes : eau, énergie, déchets

GRENOBLE HABITAT
**AU SERVICE DE
SES LOCATAIRES**





L'eau

L'eau est un bien précieux. Éviter le gaspillage et les consommations inutiles dépend de gestes simples que chacun peut faire au quotidien. En agissant en faveur de l'environnement, vous faites aussi de belles économies !

LES GESTES POUR RÉDUIRE SA CONSOMMATION QUOTIDIENNE

Remplissez bien le lave-linge et le lave-vaisselle avant de les utiliser et privilégiez le programme « éco ».

Prenez une douche plutôt qu'un bain, fermez les robinets pendant le brossage des dents, utilisez la double commande de la chasse d'eau, etc.

HALTE AU GASPILLAGE !

Si vous devez acheter de nouveaux appareils ménagers, reportez-vous à l'étiquette énergie : elle indique aussi la consommation d'eau.

Installez des réducteurs de débit ou des mousseurs sur tous vos robinets, même dans le pommeau de douche.

Surveillez et réparez les fuites et les goutte à goutte. Un robinet ou une chasse d'eau qui fuit peut entraîner des pertes très importantes.

1 DOUCHE
=
3 FOIS MOINS
D'EAU
QU'UN BAIN

1 ROBINET
QUI GOUTTE
=
120 LITRES
D'EAU
PAR JOUR

ASTUCE...

AVANT D'ACHETER UN NOUVEL APPAREIL MÉNAGER OU INFORMATIQUE, CONSULTEZ LE SITE **GUIDETOPTEN.FR** POUR DÉCOUVRIR LES PLUS ÉCONOMES EN EAU (ET EN ÉNERGIE !).



L'électricité

Il est possible de réduire sa consommation d'électricité en choisissant des équipements performants et en adoptant les bons réflexes. Des choix gagnants, autant sur le plan environnemental que financier.

L'ÉCLAIRAGE ET LA LUMIÈRE

La lumière du soleil est gratuite ! Aménagez votre intérieur pour en profiter au maximum : couleurs claires sur les murs, espaces de travail ou de lecture près des fenêtres, emplacement des meubles, etc.

Les ampoules LED se sont imposées pour leur faible consommation. En les dépoussiérant régulièrement, vous préservez leur luminosité.

N'oubliez pas d'éteindre la lumière lorsque vous quittez une pièce !

IMPORTANT !

La maîtrise de votre facture d'électricité passe avant tout par un abonnement adapté à vos besoins.

APPAREILS
EN VEILLE
=
JUSQU'À 10 %
DE LA FACTURE
D'ÉLECTRICITÉ

CONSUMATION
ÉLECTRIQUE
1 TÉLÉVISEUR
DE 160 CM
(DIAGONALE)
=
3 TÉLÉVISEURS
DE 80 CM

LES APPAREILS ÉLECTROMÉNAGERS

Grâce à l'étiquette énergie, choisissez les appareils les plus économes. Surtout, évitez les équipements surdimensionnés par rapport à vos besoins.

Les appareils en veille continuent à consommer. Il est préférable de les éteindre lorsqu'ils sont inutilisés (ordinateur, TV, box Internet, etc.).

Le réfrigérateur et le congélateur sont les plus gourmands en énergie. Pour limiter leur consommation, nettoyez leur grille arrière et dégivrez les régulièrement.



Les déchets

L'efficacité de la filière de traitement des déchets dépend de notre tri quotidien. Mais l'enjeu est de réduire la quantité de déchets en faisant attention à nos achats et en faisant durer nos équipements !

CHAQUE JOUR, LE RÉFLEXE DU TRI

- **Poubelle verte « Je trie »** (jetés en vrac) : papiers (journaux, livres, prospectus, etc.) et emballages en carton (boîtes, briques alimentaires), plastique (pots, barquettes, films) et métal (boîtes, canettes, bouteilles).
- **Poubelle marron** : déchets alimentaires compostables.
- **Poubelle grise** : ordures ménagères : mouchoirs, mégots, couches, etc.
- **Conteneur à verre** : bouteilles, pots et bocaux.

Les déchets spécifiques (piles, ampoules, médicaments, produits toxiques, etc.) doivent être recyclés avec soin. Chacun possède sa propre filière. Renseignez-vous !

Les objets encombrants sont à déposer à la déchèterie de votre secteur. Évitez de les stocker sur votre balcon ou dans les parties communes.

LE COMPOSTAGE INDIVIDUEL :
UNE SOLUTION ASTUCIEUSE POUR VOS DÉCHETS VERTS ET RESTES ALIMENTAIRES, MÊME EN APPARTEMENT.

OBJECTIF 0 DÉCHET !

De plus en plus de produits sont proposés en vrac ou au détail (alimentation, lessive, shampoing, etc.). Ne payez plus pour les emballages !

Pensez à la location, au prêt ou au marché de l'occasion, particulièrement développé pour les vêtements, le multi-média et les livres.

Faites durer vos appareils électroménagers et multimédias en les faisant réparer. Certaines pannes sont facilement réparables ou évitables en entretenant régulièrement son matériel.

VOUS INFORME

DES RÉPONSES À VOS QUESTIONS SUR...

- grenoblealpesmetropole.fr
(rubriques « déchets »)
- quefairedemesdechets.fr
- ecosystem.eco



La température du logement

Hiver comme été, avoir un logement à la bonne température n'est pas seulement une question de confort. C'est aussi le moyen de faire des économies et de limiter les émissions de gaz à effet de serre.

SE CHAUFFER À LA BONNE TEMPÉRATURE

La température idéale du logement ? Entre et 19 et 20 ° C pour les pièces à vivre, 17° C pour les chambres pendant la nuit.

Toutes les pièces n'ont pas besoin d'être chauffées de la même manière. Si votre logement en est équipé, les thermostats permettent de réguler la température pièce par pièce, et de la réduire pendant la nuit ou en cas d'absence.

L'hiver, le soleil qui entre par les fenêtres est une vraie source de chaleur. La nuit, pensez à fermer les volets et les rideaux pour empêcher la chaleur de sortir.

IMPORTANT !

La ventilation est essentielle pour la qualité de l'air intérieur, mais également pour votre sécurité : ne bouchez jamais les bouches d'aération et nettoyez-les régulièrement.

IL FAIT TRÈS CHAUD ? LE VENTILATEUR :

IL VOUS RAFRAÎCHIT EN FACILITANT L'ÉVAPORATION DE LA TRANSPIRATION.

IL FAIT UN PEU FRAIS ?
LE PULL-OVER :
LE SYSTÈME LE PLUS ÉCONOME POUR AVOIR CHAUD !

FRAÎCHEUR ET CONFORT D'ÉTÉ

L'été, dès que le soleil tape, gardez les fenêtres et les volets fermés. La nuit, c'est l'inverse : ouvrez les fenêtres pour profiter du rafraîchissement nocturne.

Cuisiner peut dégager beaucoup de chaleur. Attention à certains modes de cuisson (four, vapeur, etc.) !

Une question ? Besoin d'un conseil ?

CENTRE DE RELATION CLIENTÈLE

04 76 84 03 44

locataire@grenoble-habitat.fr

www.grenoble-habitat.fr

44 avenue Marcelin Berthelot
38 100 Grenoble

