



## La cuisine

Au quotidien je peux agir sur ma consommation d'énergie !



### L'évier

- Ne jetez pas dans l'évier les matières grasses, produits chimiques et médicaments.
  - De façon générale, n'hésitez pas à diluer les produits ménagers avec de l'eau.
  - Fermez bien les robinets et surveillez la qualité des joints.
  - Choisissez des produits d'entretien labellisés (NF Environnement et écolabel européen) à base de substances végétales non polluantes.
- Ou mieux : fabriquez-les ! (cf. notre dernier BULLETIN COMMUNAL TA02 sept. 2014)

### Le réfrigérateur

- Placez le réfrigérateur loin d'une source chaude.
- Évitez les ouvertures répétées de la porte.
- Pensez à dépoussiérer la grille d'aération à l'arrière du réfrigérateur une fois par an.
- Dégivrez régulièrement le congélateur => *5 cm de givre double la consommation électrique.*
- N'y rangez pas d'aliments tièdes.

### La cuisinière

- Pensez à mettre un couvercle sur votre casserole quand vous faites bouillir de l'eau  
⇒ *pour 2 litres d'eau, c'est 4 fois moins d'énergie consommée.*
- Éteignez les plaques électriques avant la fin de la cuisson (elles continuent de dégager de la chaleur *sans consommer d'électricité pendant 15 min*).

### Les odeurs de cuisson

Parfumez votre maison en mettant une ou deux gouttes d'huiles essentielles sur une compresse déposée discrètement sur un coin de vos radiateurs, effet immédiat garanti !

### Les équipements

#### **Utilisez les bons équipements électroménagers**

Avant d'acheter un appareil, pensez à consulter son étiquette « énergie ». La consommation de votre lave-linge et de votre réfrigérateur peut être divisée par 3, à performance égale.