

SIMIANE-COLLONGUE

# **Vous et l'énergie** au quotidien



L'association ECOPOLENERGIE et son Espace Info Energie ont déménagé notez bien les nouvelles coordonnées :  
 Maison le Pesquier  
 Quartier le Pesquier  
 RD 58  
 13120 Gardane  
 Tél : 04 42 58 22 40  
 Mail : eie@ecopolenergie.com  
 Site : www.ecopolenergie.com



Les permanences de l'Espace Info Energie :

#### A l'association :

Mardi : 15h - 19h  
 Mercredi : 14h - 18h  
 Vendredi : 9h - 13h

#### Sur la commune de Bouc Bel Air au Complexe des terres blanches :

Tous les 3ème mercredi du mois 14h -18h

#### Sur la commune de Simiane Collongue au Complexe Culturel et Sportif :

tous les 1er Mercredi du mois 14h -18h



#### Des conseillers Energie sont à votre disposition. Ils vous accompagnent dans votre projet :

- Matériaux de construction
- Isolation
- Ventilation
- Economie d'énergie
- Systèmes de chauffage
- Energies renouvelables

#### Les conseillers Energie vous apportent :

- Des réponses à vos questions dans le domaine des économies d'énergies et énergies renouvelables
- Une documentation généraliste et technique adaptée à vos besoins.
- Des listes de professionnels compétents (organismes, installateurs, bureaux d'études...)
- Des renseignements sur les aides financières, les déductions fiscales et pré-instruisent le dossier de demande d'aide de la CPA pour les installations solaire thermique.
- Des exemples concrets en organisant des visites de sites chez des particuliers qui ont déjà fait la démarche.

# La maîtrise de l'eau et de l'énergie

Dans toutes habitations on retrouve des consommations d'eau et d'énergie.

Il est important de savoir qu'elles sont les usages et/ou appareils responsables de ces consommations pour en maîtriser l'utilisation.

Le plus performant des appareils est efficace uniquement s'il est utilisé de façon rationnelle ; les mauvaises habitudes sont les plus grosses consommatrices.

Vous trouverez ci-dessous les bases pour comprendre et diminuer vos factures ainsi que votre impact sur l'environnement.

#### Bon à savoir :

Ordre de grandeur :

- 1 à 2 L/jour en boisson
- 3 à 12 L pour une chasse d'eau
- 5 à 7 L pour une toilette au lavabo
- 10 L/jour pour l'entretien ménager.
- 10 à 12 L pour une vaisselle manuelle
- 15 L/jour pour la cuisson
- 50 L pour une douche
- 200 L pour un bain

#### Trucs & astuces :

- Je démonte et nettoie mes têtes de robinet (mousseurs) au moins une fois par an, ce sont de vrai nid à microbe.
- Lorsque j'achète une machine à laver la consommation d'eau par cycle est précisée sur l'étiquette énergie du produit.
- Je vérifie régulièrement que je n'ai pas de fuite.

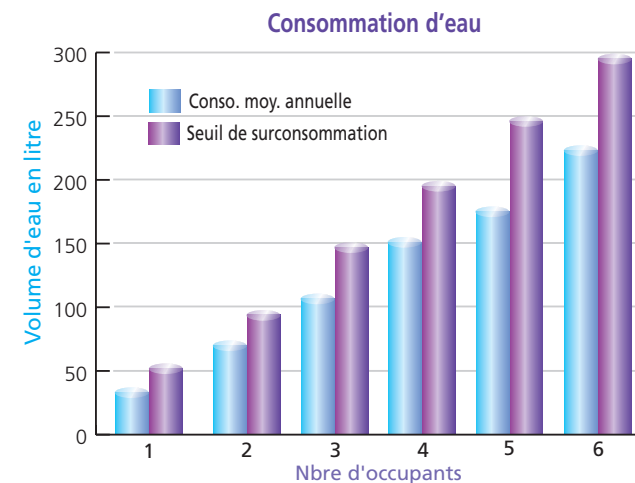
#### Des solutions simples :

- J'équipe les robinets qui ne servent pas au remplissage de récipient de réducteur de débit. (C'est un mousseur qui tout en gardant le confort d'utilisation permet de diminué le débit d'eau)
- J'installe un système de double chasse dans mes toilettes.

## 1. L'eau dans la maison

Les consommations d'eau d'une habitation se répartissent généralement de la façon suivante : Le(s) évier(s) de la cuisine, le(s) lavabo(s) de la salle d'eau, la(les) baignoire(s), la(les) douche(s) et la(les) machine(s) à laver.

Pour l'ensemble de ces points d'eau on compte en moyenne 40 m<sup>3</sup> par personne et par an. Au-delà de 5 personnes la valeur baisse légèrement certains usages étant mutualisés (entretien ménager ; cuisine). Ci-contre un tableau donnant la consommation moyenne et le seuil de surconsommation en fonction du nombre d'occupant du logement.



## 2. L'électricité spécifique

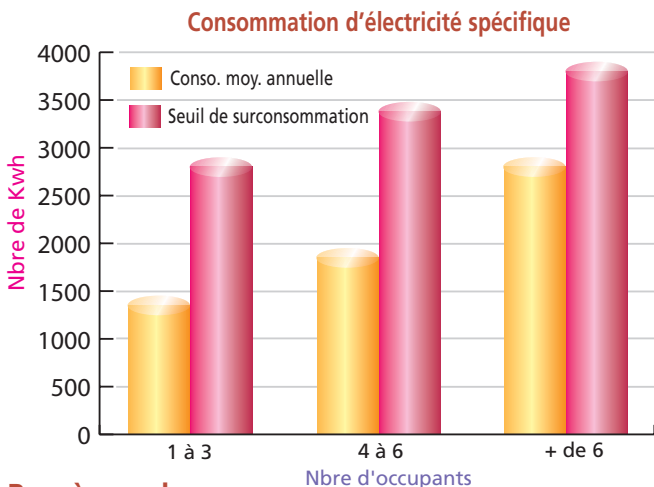
L'électricité spécifique comprend toutes les consommations d'électricité à l'exception du chauffage électrique et du cumulus.

On peut répertorier ces appareils électriques en 4 catégories :

l'éclairage ; l'électroménager ; la bureautique ; La HIFI.

La plupart des usages de l'électricité sont mutualisés le nombre d'occupant a donc moins d'impact que pour l'eau.

Ci-dessous un tableau donnant la consommation moyenne et le seuil de surconsommation en fonction du nombre d'occupants du logement.



### Bon à savoir :

#### Comprendre :

Tous les appareils électriques sont caractérisés par une puissance. Elle s'exprime en Watt (W) et représente la capacité de travail (consommation instantanée) de l'appareil. Pour savoir combien consomme un appareil électrique il suffit de multiplier la puissance par le temps de fonctionnement.

**Exemple :** 1 kW = 1000 W donc si j'utilise mon four à micro onde d'une puissance de 1200 W pendant 1/2h j'ai consommé :  
 $1200W = 1,25 \text{ kW} \text{ fois } 0,5 \text{ heures soit } 0,6 \text{ kWh}$

### Trucs & astuces :

- Lorsque j'achète un appareil électrique son étiquette énergie me donne soit sa consommation annuelle (réfrigérateur) ou sa consommation par cycle (machine à laver).
- Je favorise les multiprises avec interrupteur qui me permettent d'éteindre réellement tous les appareils.
- Les surconsommations peuvent simplement résulter d'un suréquipement électrique. A chacun de bien définir ses besoins et son luxe.
- Je ne branche pas plusieurs multiprises les unes sur les autres cela augmente les risques d'incendie électrique et mon assurance ne me couvrira pas.

### Des solutions simples :

- Je vérifie que mon abonnement électrique correspond à mes besoins  
[Je n'ai que des consommations spécifique abonnement 3 kW ; j'ai des consommations d'électricité spécifique et un cumulus abonnement 6 kW ; je suis en tout électrique (chauffage) abonnement 9kW voir plus.]
- Je pense à éteindre tous mes appareils (veilles comprises) lorsque je n'en ai pas l'utilité. (notamment quand je m'absente : télévision ; box ; ordinateur ; etc.).

