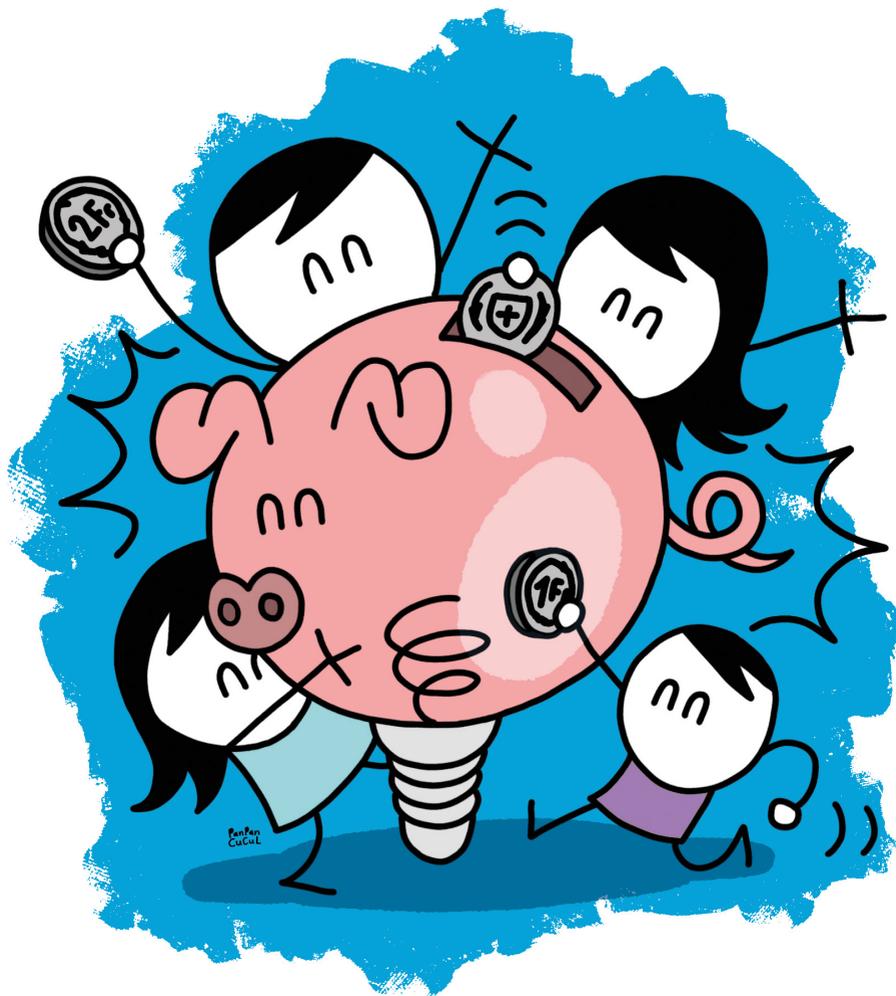


GUIDE À L'USAGE DES LOCATAIRES

MON APPARTEMENT

PETITS GESTES QUOTIDIENS, GRANDES ÉCONOMIES



WWW.LANCY.CH

Ville de Lancy



DANS MA CUISINE



CUISINER MALIN !

- **Poser un couvercle sur une casserole** permet, par la conservation de la chaleur, d'économiser jusqu'à 25% d'énergie.
- **Chauffer l'eau avec une bouilloire** au lieu d'une casserole consomme moins d'énergie pour la même quantité d'eau.
- **Éteindre le four ou les plaques un peu avant le temps nécessaire** (2-3 minutes pour les cuissons courtes, 5-10 minutes pour les cuissons longues). La chaleur résiduelle sera suffisante pour achever la cuisson.
- **Éviter de préchauffer le four** lorsqu'on prévoit une longue cuisson et ne pas ouvrir inutilement la porte.

UN CAFÉ ?

Penser à **éteindre la machine à café après utilisation**, à moins qu'elle possède une fonction « économie d'énergie ». Allumée, elle continue à utiliser de l'électricité pour maintenir sa température.

LA VAISSELLE EN MODE « ÉCONOMIE D'ÉNERGIE »

Démarrer le lave-vaisselle seulement lorsqu'il est plein et opter pour le programme « économique ». À ne pas confondre avec le programme rapide (ou express) qui consomme davantage d'énergie. Avec le programme économique, la durée de lavage est rallongée, mais la quantité d'électricité utilisée est plus faible (pareil pour la machine à laver le linge, voir p. 4).

L'EAU, UNE RESSOURCE À ÉCONOMISER

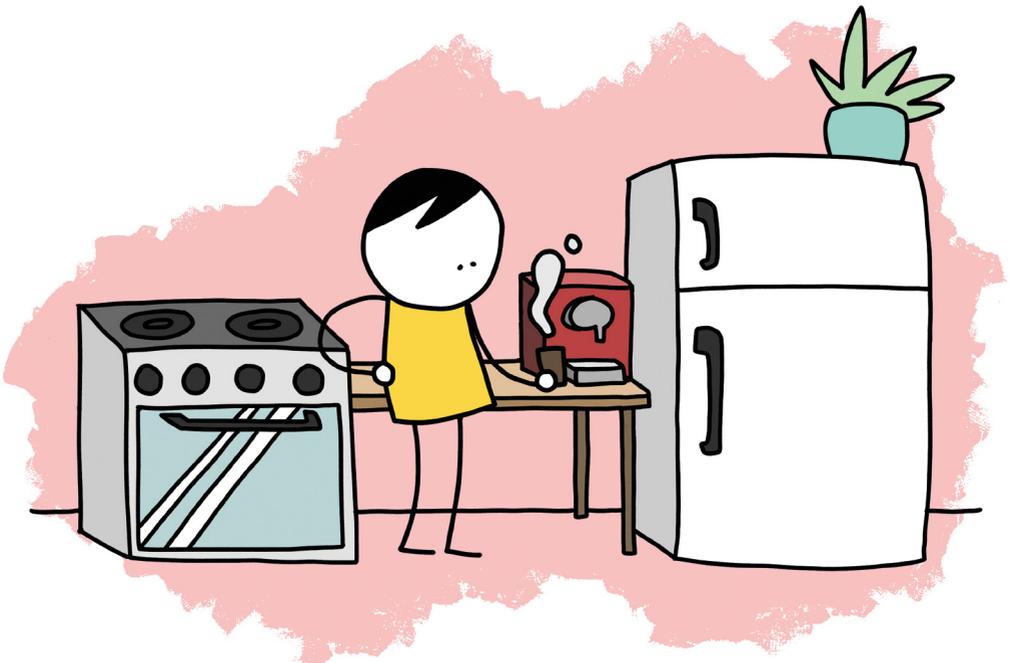
Voir les astuces pour économiser l'eau en page 4.

FRIGO ET CONGÉLATEUR : 24H SUR 24

Le frigo et le congélateur fonctionnent jour et nuit. Ils représentent donc une part importante des dépenses énergétiques.

- Commencer par **bien placer son réfrigérateur** : l'éloigner des sources de chaleur, éviter la lumière directe du soleil, respecter la distance recommandée par le fabricant entre l'appareil et le mur pour permettre au système de refroidissement d'évacuer l'air chaud.
- **Vérifier que le joint de porte soit parfaitement étanche** (la porte doit légèrement résister à l'ouverture).
- **Régler la température du frigo à 5° et du congélateur à -18°** (pas en-dessous).
- **Laisser refroidir les aliments avant de les ranger au froid.**
- **Vider et dégivrer régulièrement frigo et congélateur** (par exemple, avant de partir en vacances). La formation de givre dans les appareils entraîne une surconsommation électrique et les use plus rapidement.

Voir les recommandations pour le choix de vos appareils en page 6.



DANS MA SALLE DE BAINS

OBJECTIF : ÉCONOMISER L'EAU

- **Si le robinet possède un levier tournant (mitigeur), prendre l'habitude de placer ce levier à droite (côté eau froide) quand on le baisse.** On évitera ainsi de soutirer inutilement de l'eau chaude la prochaine fois qu'on relèvera machinalement le levier.
- **Fermer le robinet pendant qu'on se brosse les dents** ou pendant qu'on se rase, cela permet d'économiser 5 à 10 litres d'eau par minute.
- **Préférer les douches**, à condition qu'elles soient brèves car passer 10 minutes sous l'eau consomme généralement davantage qu'un bain.
- **S'assurer que les robinets soient bien fermés**: une goutte qui tombe à chaque seconde, c'est 18 litres de gaspillé par jour.
- **La pose d'un brise-jet pour robinet** permet d'économiser jusqu'à 50% d'eau tout en gardant le même confort d'utilisation.

C'EST LE JOUR DE LA LESSIVE ?

- Comme pour le lave-vaisselle (voir p. 2), **utiliser la fonction «éco»** si elle est disponible sur la machine à laver. Le programme dure souvent plus longtemps, mais utilise moins d'eau et moins d'électricité. Ne pas confondre le mode «éco» avec le programme rapide (ou express).
- **Éviter le prélavage** (sauf si le linge est particulièrement sale).
- **Faire tourner la machine seulement lorsqu'elle est pleine.**
- Le sèche-linge est un très gros dévoreur d'électricité, qui de surcroît fatigue le linge et les vêtements. **Si possible, utiliser un étandage, été comme hiver.**
- **Nettoyer régulièrement le filtre du sèche-linge** permet de faciliter la circulation d'air.

Voir les recommandations pour le choix de vos appareils en page 6.



AVEC MES APPAREILS ÉLECTRIQUES

COMMENT BIEN CHOISIR SES APPAREILS ÉLECTRIQUES ?

Le choix des appareils électriques et la manière dont ils sont utilisés peuvent avoir de grandes répercussions sur la consommation.

- D'une manière générale, regarder l'étiquette énergétique lors de l'achat d'un appareil et **privilégier des appareils de la meilleure classe d'efficacité énergétique possible.**
- Il est intéressant de savoir que **la taille d'un téléviseur LED** entre aussi en considération : doubler la diagonale équivaut environ à multiplier par 4 la consommation pour une même classe d'efficacité énergétique !
- Un ordinateur portable de 15 à 17 pouces consomme environ 57% de moins qu'un ordinateur fixe avec écran de 19 pouces.

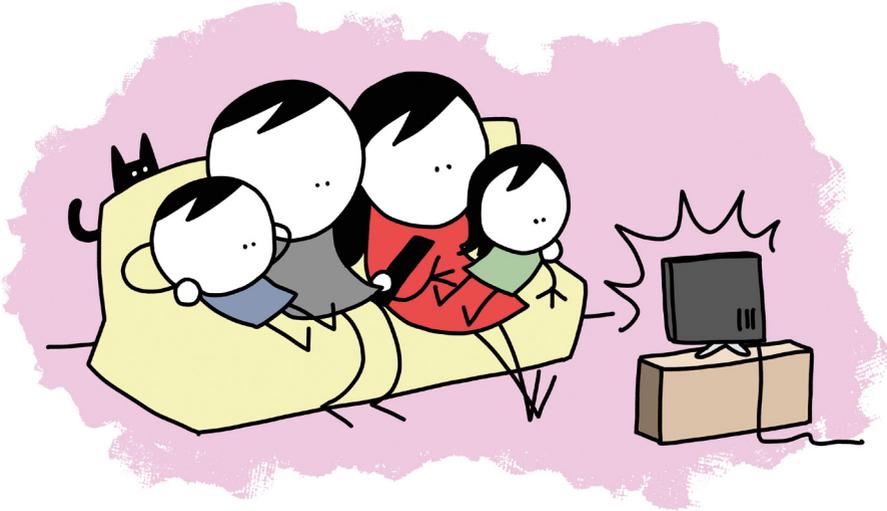
ASTUCES POUR LES AQUARIOPHILES

Avec ses lampes allumées dix heures par jour, un filtre à eau, un aérateur et un chauffe-eau branchés en permanence, un aquarium peut devenir le premier consommateur d'électricité du ménage !

Quand on aime, on ne compte pas ! Mais pour optimiser sa consommation et ménager son porte-monnaie, on peut régler l'eau à la température idéale pour les poissons (et pas plus élevée), opter pour un éclairage LED adapté aux plantes et animaux, bien placer son aquarium, en laissant un espace d'au moins 2 cm avec le mur pour favoriser la circulation d'air ou encore nettoyer régulièrement le filtre.

LUMIÈRE SUR LES LAMPES LED

Avec l'arrivée des LED, la part de l'éclairage dans la consommation électrique des ménages a beaucoup baissé. Cependant, dans les foyers, il reste encore de nombreuses lampes halogènes qui consomment 6 à 8 fois plus d'énergie. Mais ce n'est pas parce qu'on a des lampes LED qu'il faut les laisser allumées sans raison, ni multiplier les éclairages. **En quittant une pièce, penser à éteindre systématiquement.**

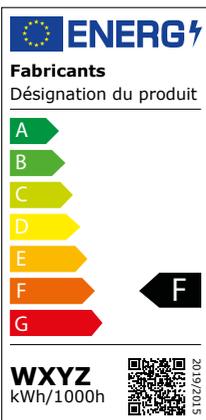


ON/OFF

Afin d'éviter le gaspillage d'énergie, **regrouper les appareils qui consomment en mode veille et les brancher à une multiprise équipée d'un interrupteur.** Cela permet de stopper la consommation inutile de vos appareils en veille et d'en préserver l'usure.

ON DÉBRANCHE !

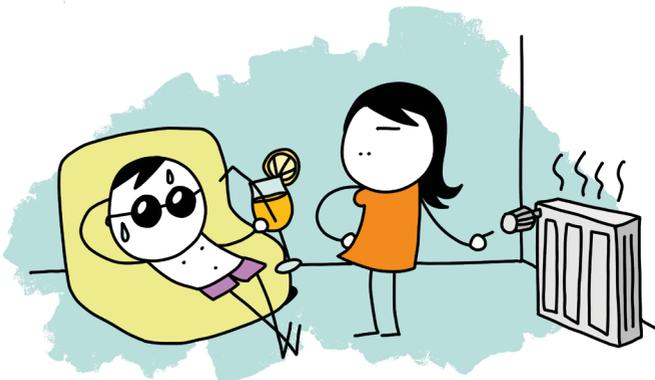
La plupart des chargeurs (de smartphone, tablette, radio, etc.) continuent de soutirer de l'électricité quand la batterie est chargée ou quand l'appareil auquel ils sont reliés est éteint. **Pour réduire la consommation à zéro, il faut impérativement les débrancher.**



Les nouvelles étiquettes-énergie affichent encore plus d'informations sur les produits, pour permettre une meilleure comparaison.

Pour en savoir plus
www.newlabel.ch/fr

CONFORTABLE EN HIVER



CHAUFFAGE PAR RADIATEUR

Un thermostat, comment ça marche ?

Une vanne thermostatique permet de maintenir automatiquement la température d'une pièce (figure 1). Le mécanisme à l'intérieur du bouton tournant se dilate ou se contracte en fonction de la température ambiante et ouvre ou referme l'arrivée d'eau chaude dans le radiateur. Il est important que le volant thermostatique soit en contact avec l'air ambiant. **Ne pas cacher le radiateur par un rideau ou un meuble et ne rien mettre devant ou au-dessus** du radiateur afin qu'il puisse convenablement chauffer la pièce.

CHAUFFAGE AU SOL

Une solution écologique

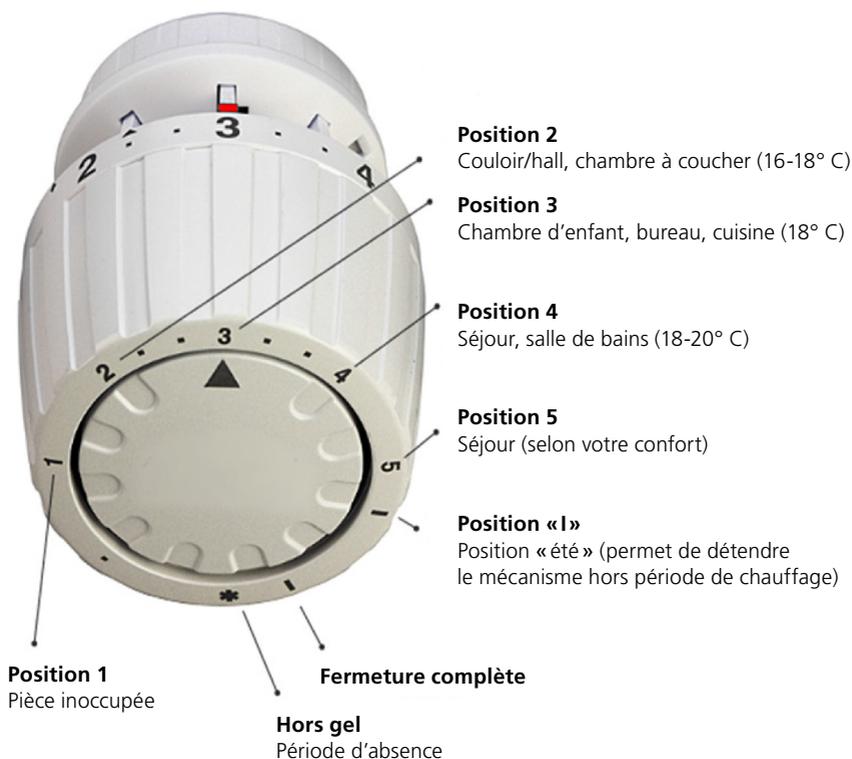
Si votre appartement est équipé d'un système de chauffage au sol, il convient d'éviter les tapis trop épais ou les moquettes non adaptées. Eviter également les grands meubles ou lits allant jusqu'au sol, sans ouverture en dessous.

ASTUCES

- En hiver, lorsque le chauffage fonctionne, ne pas laisser de fenêtre ouverte en permanence : **aérer 5 minutes, 3 fois par jour suffit.**
- **À la tombée de la nuit, pour ne pas gaspiller le chauffage, fermer les volets ou les stores.** Ils créent une zone tampon (isolante) entre le vitrage et l'air extérieur.

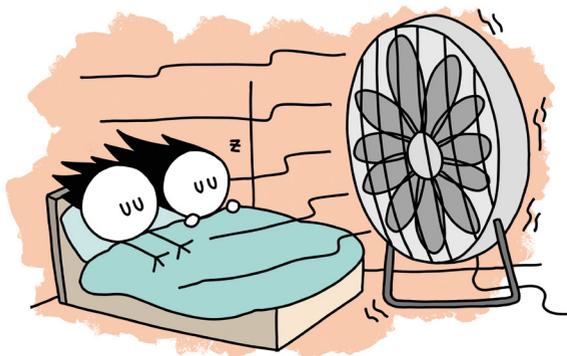
COMMENT BIEN UTILISER LES VANNES THERMOSTATIQUES ?

Figure 1 — Les valeurs ci-dessous sont indicatives et dépendent du réglage du chauffage et du logement.



L'ÉTÉ AU FRAIS

Le renouvellement d'air s'effectue grâce un système de ventilation mécanique situé en principe dans la salle de bains, les toilettes et la cuisine. Dans un bâtiment MINERGIE, l'air neuf arrive par des bouches d'entrée et l'air vicié est aspiré par des bouches d'aspiration. Dans tous les cas, il est impératif de ne pas obstruer ces conduits.



ALTERNATIVES AU CLIMATISEUR

- Il est tentant de s'équiper d'un climatiseur mobile. Or, ces appareils consomment beaucoup d'électricité, surtout en période de canicule et peuvent entraîner des frais d'électricité importants. Par exemple, une petite climatisation mobile d'une puissance de 2 kW fonctionnant la moitié de la journée peut entraîner une dépense allant jusqu'à 200 francs par mois.
- De ce fait, **à Genève, les climatiseurs, même mobiles, doivent faire l'objet d'une autorisation.**
- **Opter pour un ventilateur** qui a une bien plus faible consommation d'énergie et coûte souvent moins cher à l'achat.

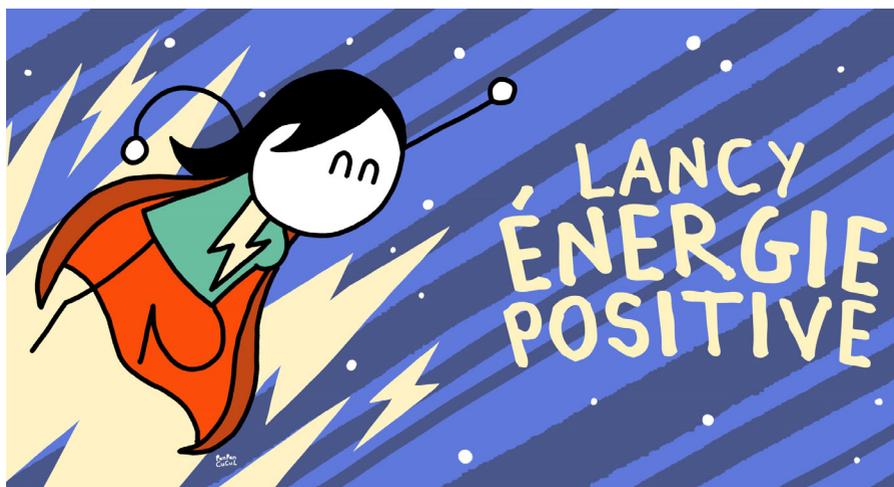
ATTENTION AUX CHOCS THERMIQUES

- Les nouveaux vitrages sont très isolants. Il peut arriver avec une forte exposition au soleil, qu'ils se fissurent si un élément de couleur foncée, comme un meuble ou un sofa, se trouve à moins de 30 cm de la fenêtre.

COMMENT SE PROTÉGER DE LA CHALEUR SANS UTILISER DE CLIMATISEUR ?

DÈS QUE LA CHALEUR S'INSTALLE, OPTER POUR DES GESTES SIMPLES ET DU BON SENS

- **Pendant la journée, fermer non seulement les volets et les stores, mais aussi les fenêtres.** Car si le soleil brille, il fera certainement plus chaud dehors qu'à l'intérieur. Pour autant, il ne faut pas plonger son appartement dans l'obscurité : il suffit d'éviter l'impact direct du rayonnement solaire.
- La nuit, entre 22 h et 6 h du matin, le défi est d'évacuer la chaleur tout en aspirant de l'air frais. Il s'agit de **créer des courants d'air**, par exemple, en ouvrant des fenêtres des deux côtés d'un appartement traversant.
- **Attendre le plus tard possible pour aérer et refermer tôt le matin**, car le moment le plus frais se situe juste avant le lever du soleil. Il est essentiel d'ouvrir en grand à ce moment-là. L'objectif n'est pas seulement de remplacer l'air chaud par de l'air frais, mais aussi de refroidir la masse des murs, des sols, des plafonds et des meubles. Ainsi, refermer les fenêtres de bon matin, permet donc de conserver la fraîcheur durant la journée.
- **Éviter les sources de chaleur inutiles** en éteignant les lampes et appareils électriques non utilisés.
- **Trouver ses « zones de confort » en fonction des saisons.** Il y a toujours des pièces dans son logement où il fait un peu plus chaud en hiver ou plus frais en été. Alors quand le mercure grimpe, il est bon de se créer un « coin de fraîcheur » à l'endroit le plus agréable et le moins exposé.



La Ville de Lancy est fortement engagée dans la voie du développement durable qu'elle intègre dans toutes ses actions afin d'agir de façon responsable dans les domaines environnementaux, économiques et sociaux.

WWW.LANCY.CH



COLLECTIVITÉ ENGAGÉE 2021



IMPRESSUM

Ville de Lancy

Alain Eretzian, Service des travaux, de l'urbanisme et de la mobilité
Claudia Bogenmann, Service de l'environnement et du développement durable
Sandra Maliba, Service de la culture et de la communication

www.energie-environnement.ch

Illustrations : PanpanCucul

Impression : ATAR Roto Presse SA

Août 2021