

En partenariat avec l'ADEME et son réseau d'information et de conseil de proximité, l'Espace Info-Energie de Dax, Le Syndicat d'Équipement des Communes des Landes vous offre cette réglette afin de vous accompagner dans l'apprentissage des gestes éco-citoyens.



Des conseils pratiques et gratuits sur la maîtrise de l'énergie et les énergies renouvelables.

ESPACE INFO → ENERGIE

45 avenue Victor Hugo – 40100 DAX

☎ : 05.58.74.12.56.

✉ : infoenergie@pactdeslandes.org



Service énergie du SYDEC

Assistance des communes pour la maîtrise des consommations d'énergie - sensibilisation du public sur les thèmes environnementaux

55 rue Martin Luther King

40006 MONT DE MARSAN - BP 627

☎ : 05.58.85.71.71

La voiture : quelques conseils

- Achetez la voiture qui correspond à vos besoins et peu émettrice de Co2 (carte grise moins chère).
- 4 trajets sur 10 sont inférieurs à 2 kms, mieux vaut se déplacer à pied ou en vélo (c'est bon pour la santé !).
- Entretien correctement sa voiture, c'est moins de pollution, moins de consommation et un gage de sécurité pour tous.
- Déposez les produits toxiques (batteries, huiles de vidange...) dans les centres agréés.
- Nettoyez votre voiture dans un centre de lavage.
- Surveillez la pression des pneus (usure rapide, surconsommation)
- Privilégiez les transports en commun et le covoiturage
- Roulez tranquillement (consommation moindre, moins d'usure du véhicule).



EVA®Marque et modèle déposé.Mastercom 01.2007

Economiser nos énergies, c'est économiser notre argent !



Illustration de Agathe GAUBERT



AMPOULE	Economies réalisables sur l'année	
HALOGENE	Utilisez des lampes basse consommation ou des basse tension. Nettoyez les ampoules régulièrement.	40€
LAVE-LINGE	Préférez des éclairages classiques ou utilisez des ampoules moins puissantes.	40€
SECHE LINGE	Préférez des classes A avec essorage puissant. Branchement sur eau chaude (30°C). Mise en marche différée.	30€
LAVE-VAISSELLE	Si le linge est bien essoré il sèche plus vite donc il consommera moins. Programmez en heures creuses.	20€
REFRIGERATEUR	Rincez les couverts très sales. Utilisez le programme économique. Programmez en heures creuses.	40€
CONGÉLATEUR	Dégivrer régulièrement, nettoyer la grille arrière, contrôler la température (5°). Préférez des classes A++	40€
AUDIOVISUEL	Dégivrer fréquemment, vérifiez l'étanchéité des joints, évitez les sources de chaleur rapprochées. Nettoyez la grille arrière.	70€
INFORMATIQUE	Télévision, décodeurs, antenne satellite, chaîne hifi, magnétoscope : éteignez les veilles.	45€
DOUCHE	Unité centrale, écran, imprimante, modem : éteignez les veilles et préférez les portables.	30€
BAIN	Utilisez les douchettes à turbulence ou à pression ainsi que des robinets thermostatiques.	100€
EVIER et LAVABO	Préférez la douche (30 litres contre 200 l). Utilisez des robinets thermostatiques.	220€
TOILETTES	Utiliser des mousseurs économiques et robinets thermostatiques.	120€
JARDIN	Préférez le goutte à goutte et l'arrosoir, récupérez les eaux pluviales. Arrosez le soir ou tôt le matin.	100€
MURS et COMBLES	Isolez avec des matériaux nouvelle génération. Des déductions fiscales sont possibles.	160€
VITRES	Posez du double vitrage, fermez les volets la nuit, tirez les rideaux, calfeutrez les huisseries.	260€
CHEMINEE	Fermez la trappe en cas de non utilisation. Utilisez un insert à air pulsé ou raccordé au circuit de chauffage.	140€
CHAUDIERE	Effectuez une révision par an. Changez pour une chaudière nouvelle génération (gain 250€).	80€
CHAUFFE EAU	Effectuez un détartrage régulier, isolez les tuyaux. Utilisez un adoucisseur d'eau.	60€
CHAUFFAGE	Baissez la température ambiante d'un degré, utilisez les thermostats d'ambiance et les programmateurs.	40€
RADIATEUR	Nettoyez régulièrement les convecteurs. Utilisez des robinets thermostatiques électroniques.	135€
		110€