

hellio

**52 astuces pour
économiser toute
l'année !**

hellio

Hellio : la garantie d'une baisse de la consommation d'énergie

Alors que les prix de l'énergie enregistrent une augmentation fulgurante, Hellio œuvre au quotidien pour réduire les factures d'énergie de millions de Français. L'acteur de référence de la maîtrise de l'énergie accompagne les ménages et tous les consommateurs d'énergie (industries, collectivités, secteurs tertiaires et agricoles) dans la réalisation de travaux d'efficacité et de rénovation énergétique, ainsi que l'obtention des aides pour les réaliser. À la clé : des économies importantes et durables !

Hellio simplifie les démarches et apporte des solutions sur-mesure aux particuliers. Aujourd'hui, plus de 80 000 logements ont été rénovés avec Hellio. Travaux d'isolation, changement de systèmes de chauffage, installation de panneaux photovoltaïques, rénovation globale... avec son réseau d'artisans RGE agréés, Hellio permet de ne plus gaspiller l'énergie et d'apporter confort dans le logement.

Ces travaux coûtent chers, mais de nombreuses aides contribuent à alléger l'investissement. MaPrimeRénov', prime énergie... Hellio avance le montant des aides sur le devis des travaux.

Les équipes Hellio vous accompagnent dans la réalisation de vos projets d'économies d'énergie

particulier.hellio.com

Réaliser des travaux de rénovation énergétique est un premier pas vers des économies sur vos factures d'énergie, plus de confort et un geste pour la planète ! Chaque action compte.

Hellio vous délivre dans ce guide des astuces simples, peu onéreuses et efficaces pour économiser toute l'année.

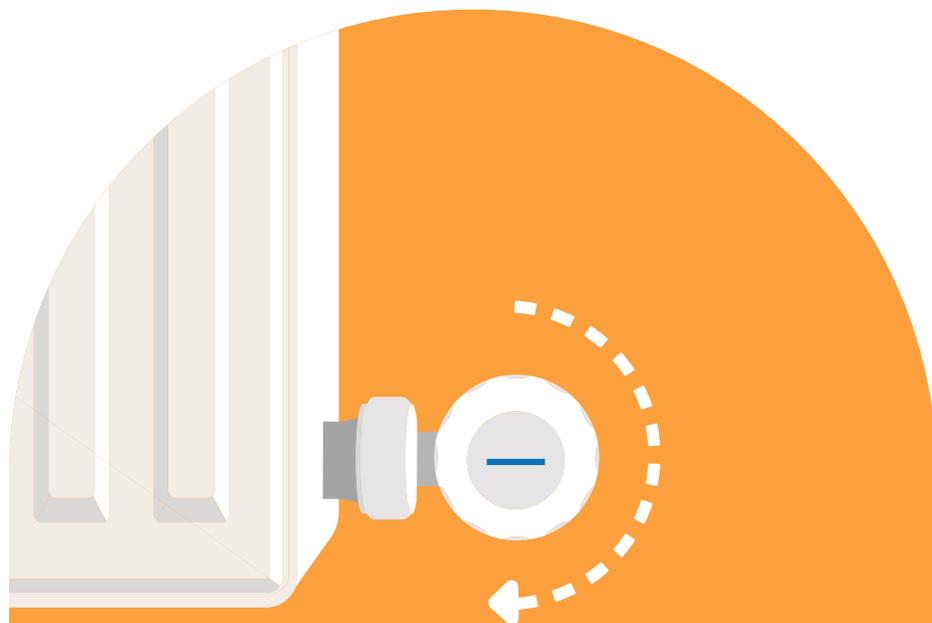
Bonne lecture !

Sources :



N°1

hellio



Baisser le chauffage de 1°C

À la clé : - 7 % d'énergie consommée !

N°2

hellio

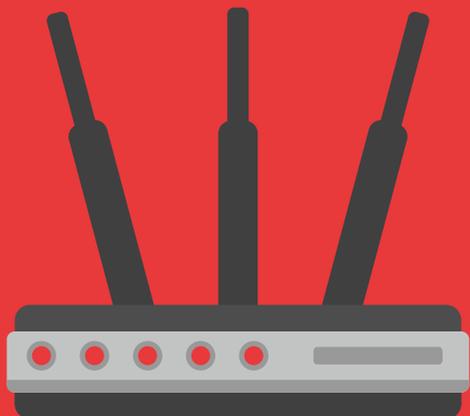


La douche, c'est 5 minutes chrono !

Économisez jusqu'à 50% sur votre facture d'eau en réduisant votre temps de douche. Astuce : installez un sablier ou un minuteur dans la salle de bain.

N°3

hellio

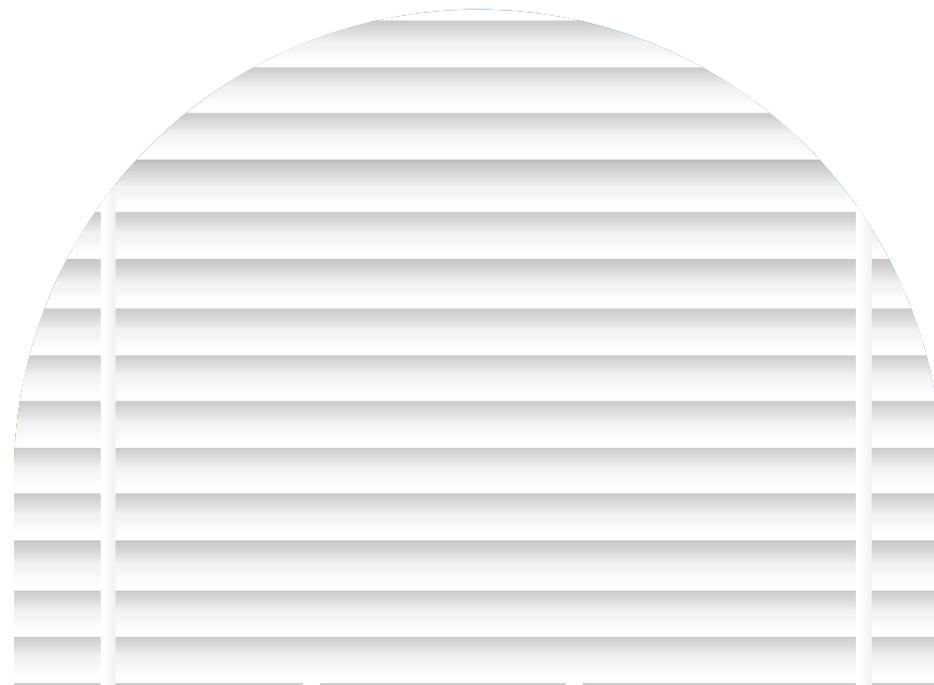


Débranchez votre box internet

Une box allumée 24h/24 est égale à
la consommation d'un réfrigérateur.

N°4

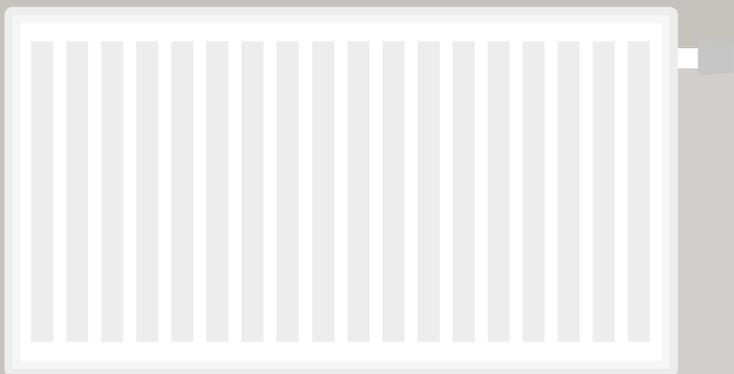
hellio



La nuit, fermez les volets, stores et rideaux

Vous pouvez grâce à ce geste réduire de 60 %
la déperdition de chaleur d'une fenêtre.

Évitez les radiateurs d'appoint



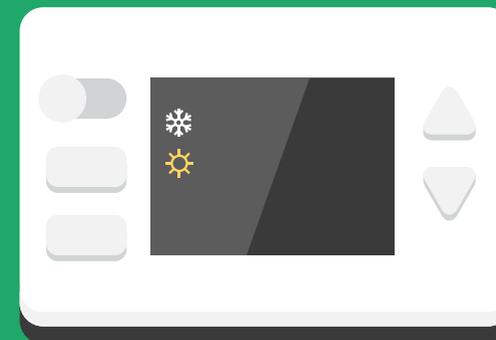
Si vous n'avez pas le choix, privilégiez un radiateur électrique rayonnant ou à bain d'huile.

Utilisez du bois sec de plus de 2 ans

Brûler du bois humide baisse fortement le rendement énergétique de votre système de chauffage et engendre des risques de pollution de l'air.

Offrez des jacinthes à la Saint Valentin

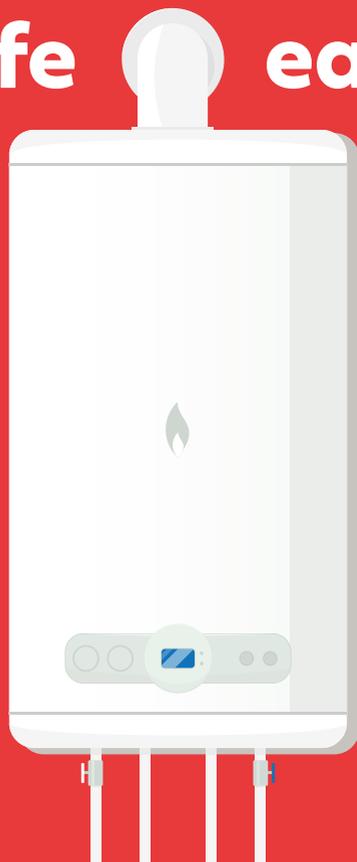
Un bouquet de 25 roses pollue autant qu'un trajet de 20 km en voiture. Les roses sont importées ou cultivées en plein hiver sous serre chauffée.



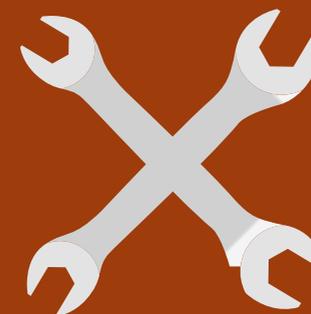
Installez un système de régulation et de programmation

Avec un thermostat connecté, jusqu'à 15 % d'économies peuvent être réalisées.

Réglez la température de votre chauffe eau



La température idéale est entre 55°C et 60°C.



Faites vérifier votre chaudière 1 fois par an

Le mauvais entretien ou réglage d'une chaudière peut réduire son efficacité (entre 8 et 12 %). C'est obligatoire pour les chaudières gaz, fioul et bois.

Absence prolongée ? Mettez votre chauffage en mode hors gel

Tout en prenant bien soin de ne pas surchauffer à votre retour de vacances.



Privilégiez la position froide lorsque vous fermez les robinets mitigeurs

Cela permet d'économiser de l'eau chaude à chaque utilisation et donc de baisser votre facture d'énergie !



Lavez votre linge à 30°C

Laver son linge à 30°C au lieu de 60°C, permet de réaliser une économie sur votre facture d'énergie de plus de 60 % !



Dégivrez votre congélateur/ réfrigérateur régulièrement

Dès que la couche de givre dépasse 2 à 3 mm, pensez à dégivrer : c'est jusqu'à 30 % d'énergie consommée inutilement.



Adaptez la puissance de l'éclairage selon vos besoins

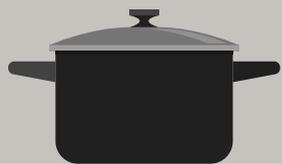
20 W pour lire ou travailler,
5 W pour regarder la télévision.



Privilégiez une connexion type ADSL

La 4G consomme 23 fois plus
d'énergie que l'ADSL, la fibre ou
le Wi-Fi.

Préférez les plaques de cuisson par induction

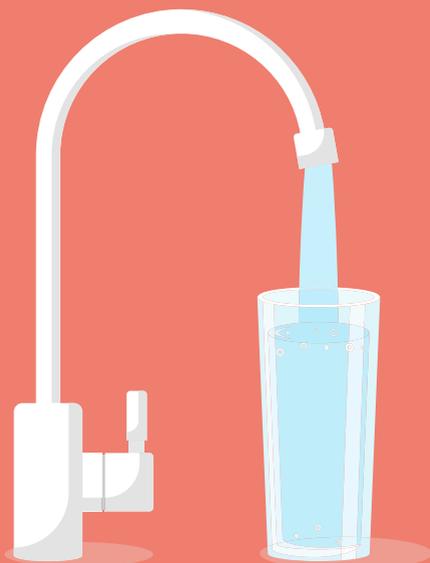


Elles permettent une économie d'environ 20 % par rapport aux vitrocéramiques, et de 25 % par rapport aux plaques de cuisson classiques.

Ménage de printemps : dépoussiérez !

Pensez à dépoussiérer les voies d'aération de vos radiateurs, VMC et climatiseurs.





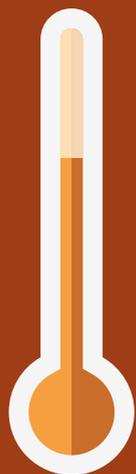
Installez des mousseurs sur vos robinets

Grâce à cette action, le débit du robinet est réduit de 30 à 50 %. La pression, elle, ne diminue pas !



Remplacez vos ampoules à incandescence par des LEDs

Elles consomment 90 % d'énergie en moins et leur durée de vie est estimée entre 50 000 et 100 000 heures (contre 1 000 heures pour une ampoule classique).

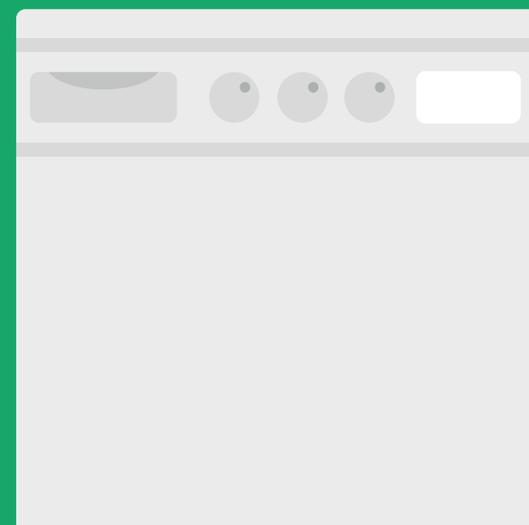


Réglez correctement la température intérieure

19°C maximum dans les pièces occupées
la journée, et à 17°C la nuit et en journée
dans les pièces peu occupées.

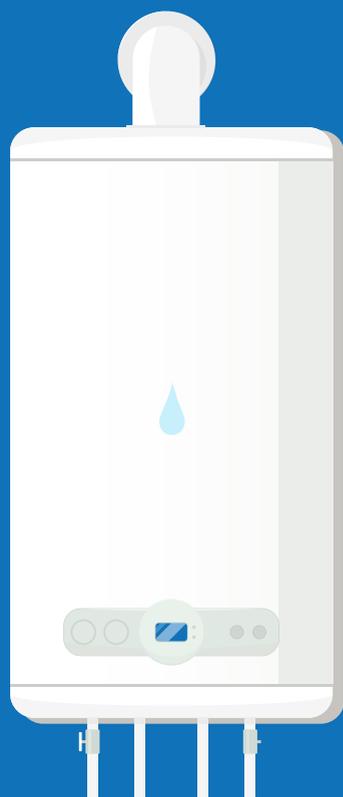
Privilégiez le programme « Éco » de votre lave-vaisselle

Il permet de réduire jusqu'à 45 % la
consommation du lave-vaisselle par rapport
au programme intensif.

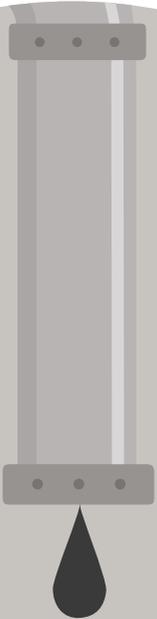




L'été, basculez votre chaudière individuelle en mode « eau chaude seule »



À la clé : vous éviterez
le fonctionnement
inutile de la chaudière
et du circulateur en
mode chauffage.



Faites désembouer le circuit hydraulique du chauffage

L'embouage peut entraîner jusqu'à 40 %
de perte de la performance.

Laissez sécher votre linge à l'air libre

La consommation électrique d'un sèche-linge représente environ 15 % de la facture d'électricité des ménages français.



Éteignez vos appareils en veille

À l'aide d'une multiprise à interrupteur :
c'est 10 % d'électricité économisée.





Récupérez l'eau de pluie

Une économie naturelle pour arroser
les plantes et laver la voiture.

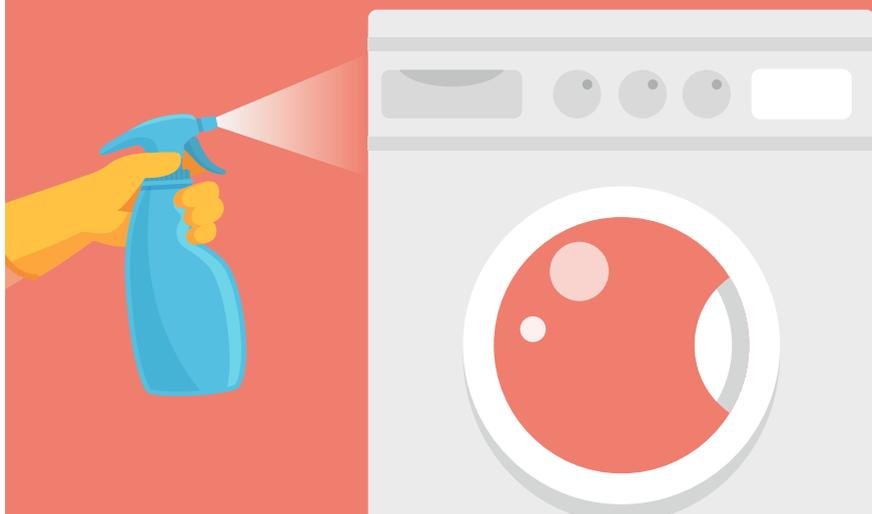


Nettoyez la grille derrière votre frigo

Cela évite une surconsommation de
30 % de votre équipement.

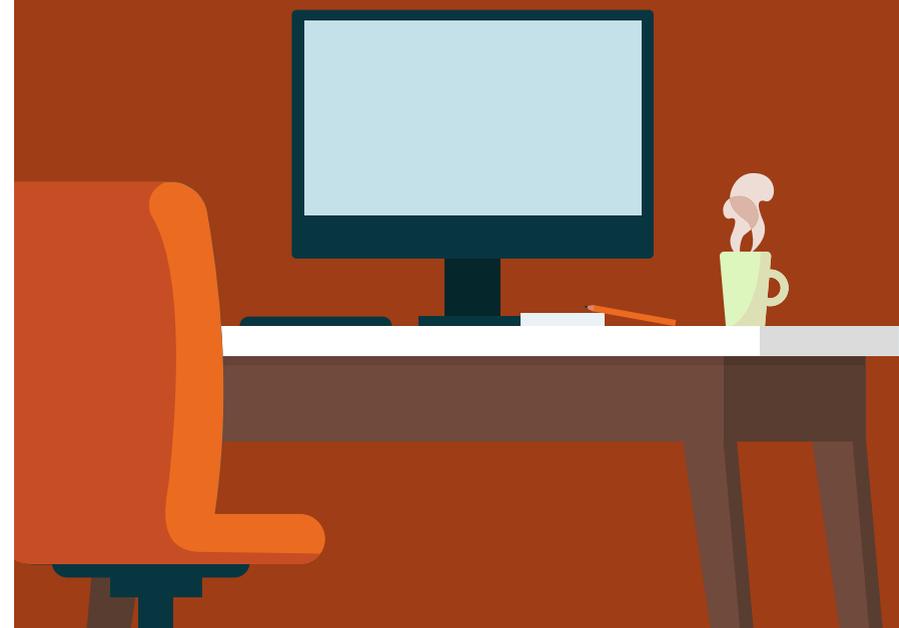
Détartrez votre lave-linge avec du vinaigre

Le tartre entraîne une surconsommation d'énergie. Remplacez régulièrement l'assouplissant par du vinaigre blanc.

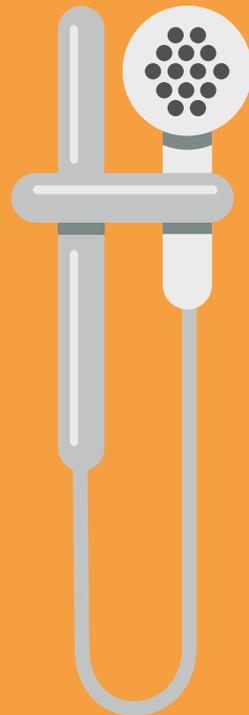


Paramétrez votre ordinateur

Éteignez-le dès qu'il n'est pas utilisé et choisissez un fond noir plutôt que le mode veille animé.



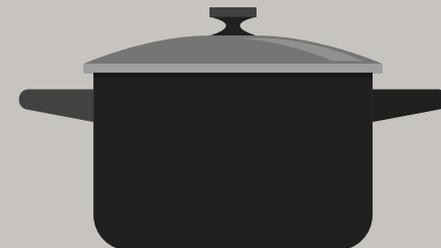
**Remplacez
vos pommeaux
de douche
classiques
par des
douchettes
hydro-
économiques**



À la clé : une baisse de votre
consommation d'eau de 60 % !

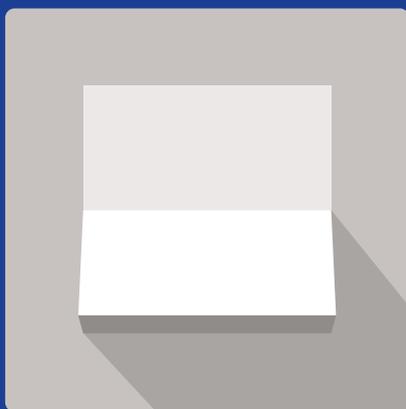
**Couvrez
les casseroles
pendant
la cuisson**

Cela permet de consommer 4 fois
moins de gaz ou d'électricité.



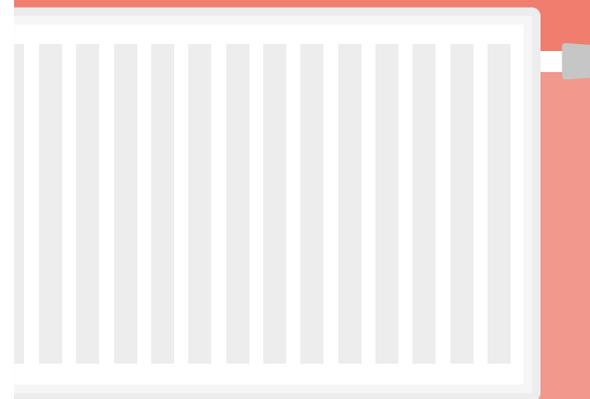
Éteignez les lumières quand vous quittez une pièce

Un réflexe qui permet de réaliser de belles économies d'énergie.



Purgez les radiateurs hydrauliques

Une action à réaliser au moins une fois par an.





Adaptez le programme d'essorage du sèche-linge

Choisissez un essorage à une vitesse supérieure,
dans l'idéal jusqu'à 1 000 tours/minute.

Laissez refroidir vos plats avant de les mettre au réfrigérateur

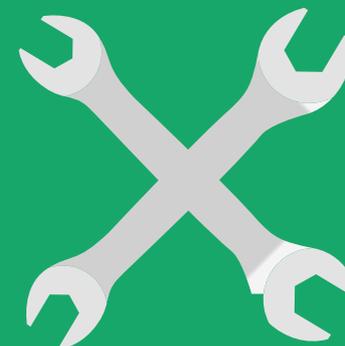
Cela évite une surconsommation
de votre appareil.





Programmez vos appareils en heures creuses

Si vous avez souscrit un contrat heures creuses - heures pleines, ce sont des économies à la clé !



Réparez vos appareils plutôt que de les remplacer

Par exemple, garder son lave-vaisselle
14 ans au lieu de 11 ans, est égal
à 105 € économisés !



Installez une bouteille d'eau dans le réservoir des toilettes

Grâce à cette astuce, vous passerez
de 10L d'eau/chasse à 8,5L.



Branchez le lave-linge/ lave-vaisselle sur l'arrivée d'eau chaude

Lorsque c'est possible, cette astuce est
économique car 80 % de l'électricité
consommée par votre appareil sert à
chauffer l'eau.

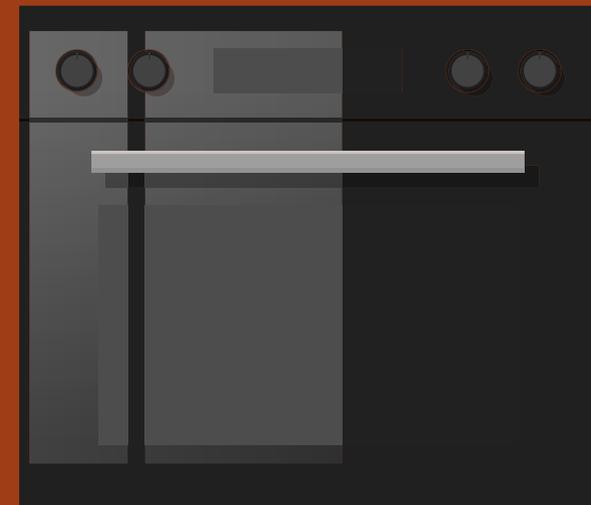
Évitez de prendre des bains

Un bain consomme jusqu'à 200L
d'eau contre 60L pour une douche.



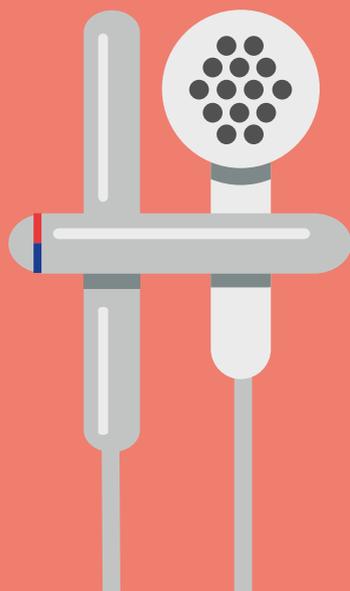
Vérifiez les joints du four

Un four avec des joints défectueux
entraîne une surconsommation
pouvant aller jusqu'à 30 %.



Dans la salle de bain : équipez-vous de robinets thermostatiques

Cela vous permet d'économiser jusqu'à 30 % d'énergie par rapport à un robinet mélangeur.



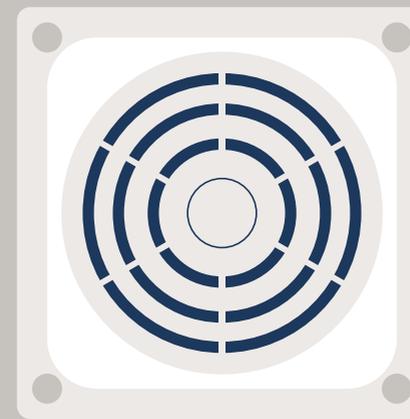
Nettoyez les ampoules et luminaires

Un appareil poussiéreux peut produire un flux lumineux inférieur de 40 % par rapport à un appareil propre.



Réglez votre frigo et votre congélateur à la bonne température

Entre 4 et 5° pour le frigo,
- 18°C pour le congélateur.



Une absence de plus de 4 jours ? Coupez la VMC !

En effet, une VMC fonctionne
grâce à un petit moteur électrique.

Si vous avez des problèmes
d'humidité, ne la coupez pas.



Aérez 10 min par jour, même en hiver !

Très important pour purifier l'air
de la maison et pour chasser l'humidité.
Attention à éteindre les radiateurs avant.

Choisissez un sapin écologique

Bannissez le sapin en plastique
(fabriqué à partir de pétrole
et majoritairement en Asie).
Privilégiez un sapin en pot si vous
pouvez le repoter. Sinon DIY* !

**Do It Yourself : faites le vous même*



Optez pour des guirlandes à LEDs

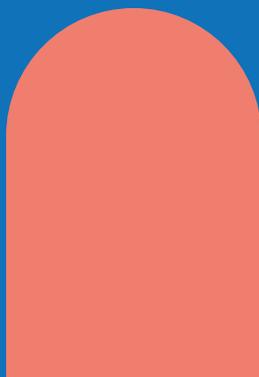
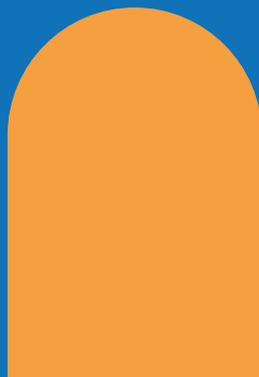
À Noël, faites le choix de guirlandes à LED peu gourmandes en électricité et plus durables dans le temps !



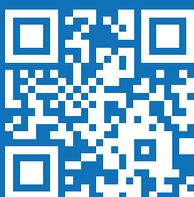
Ne conservez pas tous les produits au réfrigérateur

Certains produits se conservent très bien dans un cellier frais ou à l'extérieur en hiver.





Les équipes Hellio vous accompagnent dans
la réalisation de vos projets d'économies
d'énergie : particulier.hellio.com



Suivez-nous sur
les réseaux sociaux



**Votre
énergie
a de l'impact**
hellio