

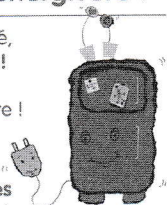
DOC 1. Les bons gestes pour économiser l'énergie

10 GESTES POUR SAUVER LA PLANÈTE

1 Le Réfrigérateur : un énergivore !

Sais-tu qu'un réfrigérateur mal dégivré, consomme **30 % d'énergie en plus** !
Rappelle-le à tes parents !
Ils économiseront aussi sur leur facture !

Aussi, pense bien à ce que tu veux avant d'ouvrir cet énergivore ! Après chaque ouverture, il lui faut **15 minutes** pour retrouver sa température initiale !



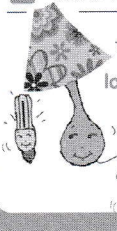
6 Le confort : OUI ! Trop de chauffage : Non !

Essaie d'avoir une température de **19°C** dans ta chambre et **pas un degré de plus**, ainsi toute la famille pourra **économiser 7 % d'énergie** !
Rappelle-le à tes parents, ils économiseront aussi sur leur facture !

En hiver, pense à une bonne grosse couette.



2 Vive les ampoules "basse conso" !

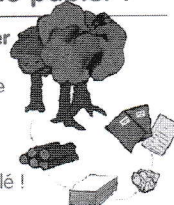


Elles consomment jusqu'à **5 fois moins d'énergie** et durent jusqu'à **8 fois plus longtemps** que les ampoules classiques...

Compte combien il y en a chez toi ! Tes parents ont-ils pensé à remplacer leurs ampoules traditionnelles par des ampoules à économie d'énergie ?

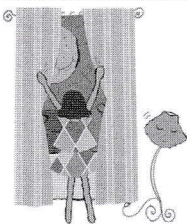
7 Halte au gaspillage du papier !

Pense à utiliser tes feuilles de papier des deux côtés quand tu écris ou dessines... et n'utilise l'imprimante de tes parents que si c'est vraiment nécessaire ! Et pour être encore plus écolo, demande à tes parents d'acheter des cahiers en papier recyclé !

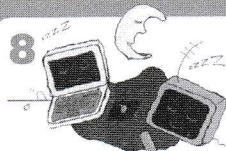


3 Eteins la lumière !

N'oublie pas d'éteindre la lumière en sortant de ta chambre... et des autres pièces ! **Profites-en aussi pour ouvrir tes rideaux au lieu d'allumer la lumière.** La lumière naturelle est gratuite et plus saine !

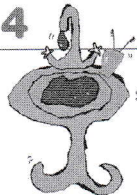


8 Ils consomment... même en dormant !



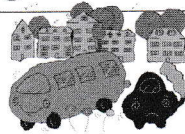
La télévision, l'ordinateur, la box Internet... Tous ces appareils consomment énormément d'électricité même en veille ! Demande à tes parents de les éteindre quand vous ne les utilisez pas, et de ne pas laisser leurs chargeurs de téléphone portable dans la prise. Ils consomment de l'électricité même lorsqu'ils ne servent pas à charger le téléphone.

4 Economise l'eau !



Ferme le robinet pendant que tu te savonnes les mains ou que tu te brosses les dents ! Tu peux économiser jusqu'à **10 000 litres d'eau par an** !
Pense aussi à prendre une douche rapide plutôt qu'un bain !

9 Pense aux transports en commun

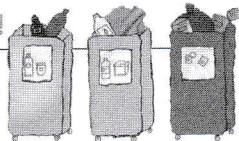


Les voitures polluent beaucoup plus que les transports en commun ! En plus, dans les transports on peut lire, se reposer et... gagner du temps !
En effet, les bus, les trams et les métros circulent fréquemment sur des voies qui leur sont réservées.

5 Trie tes déchets !

Demande à tes parents de bien séparer les déchets pour permettre le recyclage : d'une part le verre, d'autre part les plastiques, cartons et emballages en métal puis tout le reste dans une autre poubelle.

Grâce à ce tri, qu'on appelle le tri sélectif, tu faciliteras le recyclage et participeras à la préservation de notre planète !



10 Défi à la Maison

Applique tous ces conseils et sensibilise toute ta famille ! Tu pourras demander à tes parents de vérifier si leur facture a baissé, ils te remercieront de les avoir aidés à faire des économies !

