

**L'énergie est limitée.**

**Ne la gaspillons pas.**

# 5 recommandations pour économiser l'énergie des appareils ménagers



## Remplir entièrement les appareils:

un lave-vaisselle, un lave-linge ou un sèche-linge à moitié vide consomme autant d'électricité qu'un appareil plein. Démarrez vos appareils uniquement lorsqu'ils sont entièrement remplis, sans pour autant les surcharger. Utilisez le mode Éco.

## Régler correctement les thermostats:

la température des réfrigérateurs et congélateurs est souvent trop basse. Réglez le thermostat de votre réfrigérateur sur 7°C et celui de votre congélateur sur -18°C.

## Ne pas préchauffer le four:

en renonçant au préchauffage, vous économisez environ 20% d'énergie.

## Utiliser la technologie LED:

les lampes halogènes conventionnelles consomment beaucoup plus d'électricité que les lampes LED modernes. Équipez votre maison de luminaires LED et économisez de l'électricité en un tournemain.

## Éteindre vos appareils à l'aide d'une prise multiple:

éteignez vos appareils plutôt que de les laisser en veille. Un interrupteur ou une prise multiple peuvent vous simplifier la tâche et vous permettre d'économiser l'électricité de plusieurs appareils en un seul clic.

Rendez-vous sur **[stop-gaspillage.ch](http://stop-gaspillage.ch)** pour découvrir d'autres conseils et tout savoir sur la situation énergétique en Suisse.



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

Département fédéral de l'environnement, des transports,  
de l'énergie et de la communication DETEC

Département fédéral de l'économie,  
de la formation et de la recherche DEFR

