

# Check-list des 7 objets indispensables à avoir chez soi pour faire des économies ! (+1 conseil bonus)



## Copyright & mentions légales

Le Code de la propriété intellectuelle interdit les copies ou reproductions destinées à une utilisation collective.

Toute représentation ou reproduction intégrale ou partielle faite par quelque procédé que ce soit, sans le consentement de l'auteur ou de ses ayants droit ou ayant cause, est illicite et constitue une contrefaçon, au terme des articles L.335-2 et suivants du Code de la propriété intellectuelle.

À l'acquisition et à la lecture de ce livre numérique offert par le site [trucastucesmaison.com](http://trucastucesmaison.com), vous agréez que, lors de l'utilisation des informations qu'il contient, vous vous conformerez aux lois en vigueur.

Vous agréez également que l'auteur de ce livre ne pourra en aucun cas être tenu responsable de vos faits et gestes.

En vous souhaitant une très bonne lecture.

L'équipe de [trucastucesmaison.com](http://trucastucesmaison.com)

## Table des matières

Introduction.....	4
• Réducteur de débit pour douche pour économiser l'eau .....	5
• Gourde ou carafe d'eau.....	5
• Savon/shampooing solide pour économiser sur le lavage.....	6
• Ampoule led pour consommer moins d'électricité.....	6
• Récupérateur d'eau de pluie.....	7
• Thermostat réglable.....	7
• Lumières solaires pour l'extérieur.....	7

## Introduction

De nos jours, l'énergie est de plus en plus coûteuse. Il est donc normal de votre part de chercher à économiser de l'énergie pour réduire vos factures d'eau, d'électricité, de chauffage, etc.

Plus qu'une question d'argent, économiser de l'énergie est également essentiel pour limiter son impact écologique. En effet, les différentes énergies que nous consommons quotidiennement contribuent largement au réchauffement climatique. Il est ainsi primordial d'agir en vue de protéger notre environnement.

Mais comment faire pour économiser de l'énergie ? Plusieurs actes au quotidien sont déjà essentiels pour y parvenir, comme le fait de baisser le chauffage, d'éteindre la lumière, de prendre des douches moins chaudes, etc. Par ailleurs, il existe des équipements et des accessoires qui permettent d'économiser efficacement votre consommation énergétique.

À travers cet ebook, découvrez alors la liste des 7 objets à avoir chez soi pour économiser de l'énergie.



- **Réducteur de débit pour douche pour économiser l'eau**

Le réducteur de débit pour douche est un dispositif permettant de réduire le débit à la sortie d'une douche. Il se pose entre le flexible et le pommeau de douche ou entre le robinet et le flexible.

Quand la pression de l'eau qui arrive sur le réducteur augmente, il réduit le passage de celle-ci. Dans le cas contraire, c'est-à-dire quand vous réduisez l'ouverture du robinet, vous aurez un débit constant et inférieur au débit normalement obtenu sans ce réducteur.

Le réducteur de débit pour douche est tout à fait bénéfique pour limiter votre consommation en eau. Supposons que vous passez 10 minutes sous la douche. Sans ce dispositif, vous disposez d'un débit de 20 litres par minute, soit 200 litres au total. Pourtant, ce sera de 8 litres par minute (80 litres au total) si vous utilisez le réducteur de débit pour douche. Il vous permet donc de faire une économie de 120 litres, ce qui est tout à fait avantageux sur le long terme.

- **Gourde ou carafe d'eau**

Les bouteilles en plastique sont un réel fléau pour l'environnement, pourtant, elles font partie de notre quotidien. Limiter son utilisation est alors un moyen efficace pour contribuer à la préservation de l'environnement. Pour cela, vous pourrez adopter une gourde d'eau ou une carafe d'eau. Étant réutilisable, elles sont une véritable alternative à l'utilisation de bouteille en plastique.



Vous devrez savoir que la production, tout comme le recyclage de bouteilles plastiques entraînent de la pollution terrestre, marine et aérienne. La gourde et la carafe d'eau n'entraînent pas de tels dégâts, d'autant plus que vous pourrez les réutiliser à souhait.

Un autre avantage de la gourde ou de la carafe d'eau est qu'elle peut se remplir à tout moment. Il suffit de vous servir auprès d'un point d'eau. Inutile alors de chercher une boutique vendant de l'eau minérale et de vous encombrer avec une bouteille en plastique non réutilisable.

- **Savon/shampooing solide pour économiser sur le lavage**

Le shampooing solide n'est autre qu'un shampooing sous forme de galet ou de cannelé dur. Il a une texture semblable à un bloc de savon. Le savon solide est à la fois sain, naturel et écologique.

S'adaptant à tous types de cheveux, il est constitué de 90 % d'eau. Contrairement au shampooing liquide, il ne requiert pas d'emballage comme une bouteille ou un flacon. Il produit donc moins de déchet, ce qui est tout à fait à l'avantage de l'environnement.



- **Ampoule led pour consommer moins d'électricité**

La lampe à diode électroluminescente ou lampe à LED est un composant semi-conducteur électronique utilisant des diodes électroluminescentes pour l'éclairage.

Les ampoules LED assurent une très faible consommation d'énergie.

En effet, elles consomment 10 fois moins qu'une ampoule à incandescence classique et 5 fois moins que les ampoules basse consommation fluo compactes.

Quant à la durée de vie de l'ampoule LED, cela varie de 30 000 à 100 000 heures, contrairement à une ampoule à incandescence qui est de 1 000 à 1 200 heures.

- **Récupérateur d'eau de pluie**

Récupérer l'eau de pluie promet de nombreux avantages. Il permet de faire d'importantes économies étant donné que l'eau de pluie est abondante et gratuite. Vous pourrez, par la suite vous en servir pour arroser votre jardin, vos plantes d'intérieur, laver votre voiture, etc.

Un tel geste est aussi un moyen de préserver notre environnement. L'eau de pluie n'est pas calcaire et si vous l'utilisez pour votre lave-linge et vos toilettes, vous n'aurez plus besoin de les entretenir. Il est donc inutile d'acheter des produits anti-calcaire qui sont très polluants.

Par ailleurs, l'eau de pluie est un moyen de préserver les nappes phréatiques en réduisant l'usage d'eau potable. Le marché offre un large choix de récupérateur d'eau.

- **Thermostat réglable**

Le thermostat réglable s'avère tout à fait intéressant pour réduire votre facture d'électricité. Sachez qu'un chauffage électrique représente environ 54 % de votre facture d'électricité.

En utilisant un thermostat électronique, vous pourrez économiser jusqu'à 10 % de vos coûts de chauffage annuels, tout en profitant d'un réel confort. En plus d'assurer une température uniforme et stable, ce dispositif capte en permanence la température ambiante et l'indique avec une nette précision.

- **Lumières solaires pour l'extérieur**

Les lumières solaires contribuent essentiellement à la réduction de votre facture électrique. Fonctionnant indépendamment du réseau électrique, elles sont dotées de module solaire et de batterie remplaçant le câble d'alimentation.

Le jour, le module absorbe la lumière du soleil pour la transformer en énergie électrique à l'effet photovoltaïque, pour ensuite la stocker dans la batterie. Quand la

nuit tombe, l'énergie stockée alimente l'ampoule pour qu'elle s'allume. Vous avez le choix entre des lampes solaires, des balises, des bornes, des spots, etc.



**Notre conseil bonus** : nettoyez régulièrement la grille derrière votre frigo et effectuez un dégivrage récurrent.

Un dégivrage régulier est idéal pour faire des économies d'énergie. En effet, 3 millimètres de givre accumulés à l'intérieur du réfrigérateur suffisent pour augmenter de 30 % la consommation énergétique de l'appareil.

Pour le grillage derrière le frigo, vous pourrez utiliser votre aspirateur pour éliminer la poussière accumulée sur le condenseur. Cela améliorera la performance énergétique de votre équipement tout en facilitant l'évacuation de la chaleur.

Nous vous remercions pour votre lecture, à bientôt sur notre site : <https://trucastucesmaison.com>

