



# éco-gestes

Les clefs pour agir !

## Comment limiter ma consommation d'énergie au travail ?

Réaliser des économies d'énergie sur les bâtiments implique souvent de mettre en œuvre des travaux d'efficacité énergétique, **mais nos comportements individuels ont également un rôle important à jouer.**



### Avec le chauffage

**J'évite de laisser les fenêtres ouvertes trop longtemps**

**Je ferme les portes de communication** avec les espaces peu ou pas chauffés

**J'adapte ma tenue vestimentaire**

Si j'ai la main dessus, **je baisse ou j'éteins le chauffage, s'il fait trop chaud**

Baisser le chauffage de **1° C** permet d'économiser jusqu'à **7 %** de consommation énergétique.



### Avec la climatisation

**J'aère le matin** pour laisser entrer la fraîcheur et créer des circulations d'air

**Je garde les fenêtres et stores fermés**

**J'adapte ma tenue vestimentaire**

Si j'ai la main dessus : **j'évite la climatisation**, j'allume quand la pièce dépasse les 26°C et je ne descends pas en dessous de 25°C

4h/jour de climatiseur = **+ 15%** de consommation d'énergie par mois

### LE SAVIEZ-VOUS ?

Le secteur de la santé représente jusqu'à **11%** de la consommation du secteur tertiaire.

Le chauffage est le poste de consommation le plus important des établissements sanitaires et médico-sociaux. C'est pourquoi, travailler sur la consommation énergétique permet de lutter contre le réchauffement climatique **tout en diminuant les coûts pour les établissements de santé.**

Il faut savoir que la consommation d'énergie d'un établissement santé peut représenter jusqu'à **7%** des dépenses, hors masse salariale...

Alors quelles températures idéales doit-on viser ?

**20 à 22°C** dans les bureaux

**16 à 18°C** dans les ateliers pour une activité physique moyenne

**14 à 16°C** dans les ateliers pour une activité physique soutenue



### J'Y PENSE !

- **Je signale les dysfonctionnements que je constate** au gestionnaire de l'établissement : bureaux surchauffés ou sous-chauffés, climatisation trop poussée ou inefficace.
- **Je redouble de vigilance sur l'extinction de tous les appareils** confondus en prévision des jours de repos ou période de congés.