



Comment réduire vos consommations d'énergie ?

Dans le contexte social, économique et environnemental actuel, inCité vous informe sur les gestes et dispositifs existants en matière d'écogestes. Objectif : vous accompagner pour réduire vos consommations d'énergie.

• J'agis sur ma consommation et je la réduis

Une campagne d'information nationale a été lancée pour sensibiliser et inciter les Français à un ensemble de gestes en vue de limiter leurs dépenses énergétiques : « Je baisse, j'éteins, je décale »

Je baisse

Votre bailleur inCité a choisi de baisser la température de chauffe, de la maintenir entre 19 et 20 degrés la journée et entre 17 et 18 degrés la nuit. Cela permet de réaliser 7 % d'économies d'énergie par an.

J'éteins

Éteindre complètement vos appareils électriques et électroniques plutôt que de les laisser en veille, c'est jusqu'à 10 % d'économies d'électricité par an. Vous pouvez utiliser des multiprises à interrupteur pour éteindre simultanément tous vos équipements et éviter qu'ils ne restent en veille.

Je décale

Décaler l'utilisation de vos appareils électriques en dehors des heures de pointe soit entre 20h et 8h et entre 13h et 18h. Vous pouvez aussi par exemple privilégier pour votre lave-linge ou votre lave-vaisselle, un programme « éco » et un remplissage complet afin d'optimiser les lavages.

Pour découvrir d'autres façons de faire des économies d'énergies : www.ecologie.gouv.fr



• Je m'informe



[L'outil ÉcoWatt](#) (site internet et application mobile) calcule en temps réel le niveau d'électricité disponible en France.

Cet outil vous permet d'adopter les bons gestes afin de réduire votre consommation d'électricité.

Vous pouvez télécharger l'application EcoWatt pour savoir à quel moment réduire votre consommation et éviter les coupures. Elle permet aussi de recevoir une notification si un signal orange ou rouge est envoyé 3 jours à l'avance (cette application ne collecte aucune donnée personnelle).



[Le site internet Écogaz](#) informe les Français en temps réel du niveau de consommation de gaz et de la situation du réseau pour permettre à chacun d'adapter sa consommation.

Pour recevoir les alertes, renseignez votre adresse mail et/ou votre numéro de téléphone sur le site internet d'Écogaz.



La plateforme « Mes droits sociaux »

[« Mes droits sociaux »](#) est un portail universel destiné à tous, que vous soyez en activité, sans emploi ou à la retraite. Il vous permet de : visualiser et comprendre vos droits et prestations, de simuler vos droits sociaux, de réaliser vos démarches en ligne etc.