

Ce site utilise et partage avec des tiers (partenaires ou prestataires) des cookies et autres traceurs à des fins de statistiques et de mesure d'audience, de partage de contenu sur les réseaux sociaux et d'utilisation d'outils de visualisation multimédia.

Le dépôt de ces cookies est soumis à l'obtention de votre consentement préalable à l'exception de certains cookies nécessaires au fonctionnement du site et des cookies de mesures d'audience pouvant être regardés comme exempts de consentement. Vous pouvez paramétrer votre choix, finalité par finalité, en cliquant sur « Paramétrer » et modifier votre choix à tout moment lors de votre navigation sur le site en cliquant sur l'onglet « Gérer les cookies » (accessible sur le site, en bas de page). Pour plus d'informations, [voir notre politique Cookies](#).

[ACCEPTER](#)

## ASTUCES ET CONSEILS POUR DIMINUER VOS FACTURES D'ÉNERGIE AVEC LE MÉDIATEUR NATIONAL DE L'ÉNERGIE

Date de publication : 26/11/2021 - Energie/environnement

Stéphane : "Ma facture d'énergie pèse lourd sur mon budget. Qu'est-ce que je peux faire pour la réduire ?".

Vous avez raison de poser cette question, Stéphane, car réduire sa facture d'énergie, est un enjeu financier, mais aussi environnemental.

Dans un contexte d'augmentation des prix de l'énergie, 4 Français sur 5 estiment que leurs factures représentent une part importante des dépenses totales du foyer.

### Alors, comment faire pour être plus économe et respectueux de la planète ?

Vous pouvez avant tout adopter des éco-gestes. Par exemple, éteindre vos appareils au lieu de les laisser en veille permet d'économiser jusqu'à 10 % sur votre facture d'électricité hors chauffage, mais aussi de préserver votre matériel.

Selon L'ADEME, les veilles des appareils électriques consomment de 300 à 500 kWh par an. Les prises multiples "coupe-veille" sont très pratiques pour couper la veille simultanée de tout votre matériel informatique.

Pour des économies plus importantes, envisagez des travaux de rénovation énergétique. Vous trouverez des renseignements sur la rénovation énergétique, l'agrément des professionnels et les aides qui existent sur le site public [faire.fr](http://faire.fr)

**Ok, il y a les éco-gestes et la rénovation, mais y-a-il autre chose ?**

Oui, en changeant de fournisseur ou d'offre, vous pouvez aussi faire des économies sur votre facture. Choisissez une puissance adaptée en électricité et une option tarifaire, base ou heures pleines / heures creuses, correspondant à vos habitudes.

Pour trouver l'offre la plus économique pour vous, utilisez le comparateur gratuit et indépendant du médiateur national de l'énergie sur le site : [comparateur.energie-info.fr](http://comparateur.energie-info.fr)

**En résumé :**

- 4 français sur 5 estiment que leurs factures représentent une part importante des dépenses totales du foyer,
- les veilles consomment de 300 à 500 kWh par an,
- envisagez des travaux de rénovation. Visiter le site [faire.fr](http://faire.fr),
- éteindre complètement vos appareils vous permet d'économiser - 10 % sur votre facture d'électricité,
- en changeant de fournisseur et d'offre, vous pouvez faire des économies. Utilisez le comparateur sur le site : [comparateur.energie-info.fr](http://comparateur.energie-info.fr).