



MON GUIDE

DES

GESTES

VERTS

Des actions pour améliorer
votre cadre de vie

RIVP



Votre résidence a fait l'objet d'une réhabilitation « plan climat » par une équipe spécialisée.

C'est maintenant à vous d'agir !

Prendre soin de votre habitat, c'est agir pour votre bien-être, réaliser des économies et participer aux enjeux environnementaux.

C'est grâce à vous et à vos gestes quotidiens que vous maintiendrez le confort de votre logement et ferez baisser durablement vos charges.

Vous trouverez dans ce guide, un ensemble d'informations, de « trucs et astuces » pour entretenir votre logement et profiter des nouveaux aménagements des parties communes.

Bienvenue dans votre nouveau chez-vous.

Les équipes de la RIVP

ÉTIQUETTES ÉNERGÉTIQUES

Pour la réhabilitation de votre immeuble, la RIVP a respecté les exigences du Plan Climat de la ville de Paris et intègre, quand c'est possible, une démarche de certification NF Habitat*. Ces prescriptions garantissent la qualité de confort de votre logement, et vous permettent de réaliser des économies d'énergie.



* NF Habitat est une certification de référence dans le domaine du logement, délivrée par CERQUAL Qualitel Certification, filiale de l'association QUALITEL.



* Consommation exprimée en énergie primaire.

SOMMAIRE

01

page 05

L'électricité, lumière sur
une consommation économique

02

page 09

Ma consommation d'eau,
des économies à la source

03

page 13

Le chauffage – Cap à 19°

04

page 17

Aérer votre logement, c'est respirer!

05

page 21

Environnement : trier pour mieux recycler
et respect de la biodiversité

06

page 25

Les aléas climatiques



L'ÉLECTRICITÉ, LUMIÈRE SUR UNE CONSOMMATION ÉCONOMIQUE



SCANNEZ-
MOI POUR
EN SAVOIR+!

Retrouvez également notre vidéo :

« Les éco-gestes : l'électricité »
sur notre page YouTube RIVP

LE SAVIEZ-VOUS ?



> Couvrir la casserole lorsqu'on fait bouillir de l'eau, c'est **20 à 30 %** d'énergie économisée.



> Utiliser les programmes éco des machines à laver, c'est économiser **50 %** d'eau et d'électricité.



> Dégivrer votre congélateur, vous permet **d'économiser entre 10 € et 30 € par an**, selon l'usage et le modèle de votre appareil.



> En éteignant vos appareils électriques (box, ordinateur...) vous réalisez une économie de **80 € par an**.



> Une ampoule basse consommation consomme 4 fois moins qu'une ampoule classique et dure **10 fois plus longtemps !**

LES BONS RÉFLEXES / GESTES

• Les jours de congés, c'est aussi pour vos appareils !

Utilisez des multiprises à interrupteur et débranchez les objets que vous n'utilisez pas. Vous éviterez ainsi de surcharger vos prises et de prendre des risques.

• **Privilégiez un éclairage LED ou des ampoules basse consommation**, vous réduirez votre consommation et vos factures.

• **Lors de vos nouveaux achats, consultez l'étiquette énergétique du produit** (A = basse consommation / G = forte consommation).

• **N'intervenez jamais sur l'installation électrique** sans avoir au préalable coupé le courant de votre tableau électrique (même pour changer une ampoule).

• **Si vous avez des enfants en bas âge, protégez-les** en utilisant des cache-prises. N'hésitez pas à sensibiliser les plus grands aux règles de sécurité.

• **Éteignez la lumière** quand vous quittez une pièce : « C'est pas Versailles ici ! ».

TRUCS ET ASTUCES

• Pensez à remplacer les interrupteurs, prises de courant, fusibles, ampoules et tubes lumineux trop anciens par du matériel plus moderne, plus sécurisé et basse consommation. N'hésitez pas à prendre conseil auprès de professionnels, et n'oubliez pas d'appliquer les règles de sécurité si vous réalisez vous-même ces installations.

• Gardez les vitrages propres pour limiter la perte de lumière. La lumière du jour est gratuite !

Votre installation électrique a été vérifiée et mise en sécurité. Il vous appartient de remplacer les interrupteurs, prises de courant, fusibles, ampoules et tubes lumineux, en respectant les règles de sécurité de base.

LE SAVIEZ-VOUS ?



> Un lave-linge consomme en moyenne 60 litres d'eau à chaque lessive.



> Laisser un robinet ouvert, c'est 12 litres d'eau consommés par minute en moyenne.



> Si vous utilisez un lave-vaisselle, cela vous permet de réduire **deux à trois fois la consommation d'eau.**



> Privilégier la douche plutôt qu'un bain vous fait économiser **50 % d'eau.**

LES BONS RÉFLEXES / GESTES

- Lorsque vous installez des robinets mitigeurs plutôt que des robinets classiques, vous réalisez **une économie de 30 % de votre consommation d'eau.**
- **Utilisez à bon escient la double chasse des WC** est également une manière d'économiser de l'eau : le petit bouton = 3 litres d'eau et le gros bouton = 6 litres d'eau.
- **Pensez à activer le mode éco** sur vos appareils électroménagers.
- **N'oubliez pas de nettoyer régulièrement vos dispositifs sanitaires** avec du vinaigre blanc pour éliminer les dépôts de calcaire, ainsi vous conserverez votre installation plus longtemps et faciliteriez la circulation de l'eau.
- Si vous faites la vaisselle à la main, **utilisez une bassine d'eau dans l'évier et évitez le filet d'eau courante.**
- Vous pouvez vous procurer **un réducteur de débit** notamment pour la douche.

TRUCS ET ASTUCES

- Pensez à vérifier régulièrement l'évolution de votre consommation grâce à vos compteurs et vos relevés. Une surconsommation soudaine révèle souvent une anomalie et alourdit la facture.
- Lorsque vous remarquez une fuite sur vos robinets ou dans vos toilettes, faites réparer au plus vite pour éviter le gaspillage.

LE SAVIEZ-VOUS ?



> Le Code de l'énergie stipule qu'en dehors des périodes d'inoccupation, l'ensemble des locaux doivent afficher **une température intérieure de 19 °C, en moyenne***.

En cas d'absence, le thermostat peut être réglé autour de 16/17 °C.

Une chambre d'adulte peut aisément être chauffée à 17 ou 18 °C, tandis que la salle de bain et les pièces de vie, lorsqu'elles sont occupées, peuvent afficher une température plus confortable.

* Article 241-25 du Code de l'énergie de 1978

> 1 °C de plus en chauffage électrique fait augmenter la consommation de 6 % à 11 %.

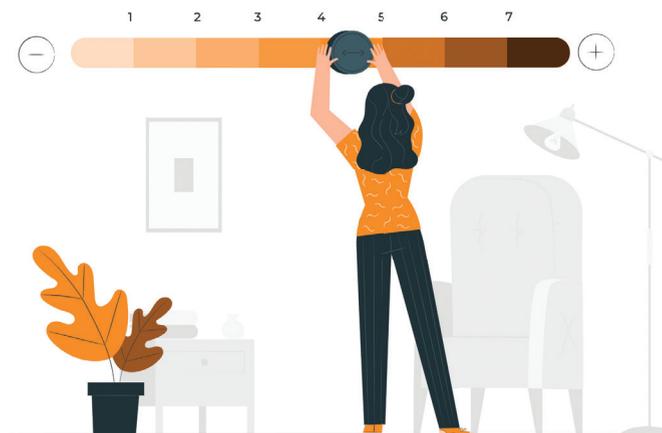
> 1 °C de plus augmente en moyenne de 7 % la facture de gaz.

LES BONS RÉFLEXES / GESTES

- **Lorsque vous fermez les volets en fin de journée**, et les portes entre les pièces, vous évitez les pertes de chaleur.
- **Pensez à baisser la température de votre radiateur quand vous êtes absent**, et ne les couvrez pas, vous risqueriez de déclencher un incendie.
- **En journée, ouvrez vos rideaux et volets** pour profiter de la chaleur naturelle du soleil pendant l'hiver.
- **Dépoussiérez les radiateurs 1 fois par an** permet d'améliorer la température ambiante et de conserver une bonne qualité de l'air à l'intérieur.
- **Lorsque les fenêtres sont ouvertes**, pensez à éteindre vos radiateurs.

TRUCS ET ASTUCES

Le thermostat programmable est un outil permettant d'ajuster efficacement la température de votre logement. Des équipements intelligents permettent de déterminer et de paramétrer une température idéale pour chaque pièce.



CE QUE JE FAIS DÉJÀ :

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

CE QUE JE PEUX FAIRE EN PLUS :

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



**AÉRER
VOTRE LOGEMENT,
C'EST RESPIRER !**

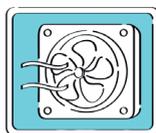
LE SAVIEZ-VOUS ?



> Ouvrir les fenêtres 5 à 10 min par jour élimine l'humidité et réduit la pollution intérieure (ex : odeurs de cuisson, tabac, produits ménagers).



> Les fenêtres double vitrage assurent un meilleur confort thermique en limitant l'entrée de la chaleur en été et du froid en hiver.



> Sans ventilation, l'air intérieur est 4 fois plus pollué (et donc plus nocif) que l'air extérieur d'une grande ville !

LES BONS RÉFLEXES / GESTES

- **Pensez à aérer votre logement** tous les jours pendant au moins 10 min.
- **Laissez les entrées d'air¹ et bouches d'extraction² dégagées**, sans mobilier ou matériel devant qui gênerait leur bon fonctionnement.
- **Évitez d'utiliser des chauffages d'appoint** qui peuvent être dangereux et sont très énergivores (consomment plus d'électricité).
- **Évitez de boucher les grilles de ventilation.**
- **Privilégiez les produits d'entretien avec un écolabel**, moins toxiques.

¹ Les entrées d'air sont situées dans les chambres et les séjours.

² Les bouches d'extraction sont situées dans les pièces humides : WC, cuisine, salle de bain.

TRUCS ET ASTUCES

Pour entretenir vos systèmes d'aération (VMC*) et garantir ainsi leur bon fonctionnement, il est conseillé de les nettoyer 2 fois par an (voir ci-dessous).

* Ventilation Mécanique Contrôlée

Les bouches d'extraction



1 Déclipser la grille d'habillage



2 Laver la grille et la base à l'eau savonneuse



3 Remonter le tout

Les entrées d'air



1 Déclipser en tirant sur la grille



2 Enlever les mousses

3 Laver la grille à l'eau savonneuse (ne pas mettre au lave-vaisselle)

CE QUE JE FAIS DÉJÀ :

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

CE QUE JE PEUX FAIRE EN PLUS :

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



**ENVIRONNEMENT :
TRIER POUR MIEUX
RECYCLER ET RESPECT
DE LA BIODIVERSITÉ**

TRI DES DÉCHETS

LE SAVIEZ-VOUS ?



➤ **Ces produits du quotidien ne sont pas recyclables :** mouchoir, gant, masque ou lingette, film plastique alimentaire, polystyrène, pot de yaourt, emballage sale.

➤ Vous pouvez déposer vos ampoules usées dans le bac de recyclage à votre disposition dans vos magasins / hypermarchés ou en déchetterie.

➤ À partir du 1^{er} janvier 2024, tous les foyers français devront avoir un bac à compost chez eux.

LES BONS RÉFLEXES / GESTES

- **Pensez à vous équiper d'une poubelle multibac pour faciliter le tri**, et invitez toute la famille à les utiliser au quotidien.
- **Jetez les déchets recyclables dans la poubelle jaune en vrac.** Si vous les mettez dans un sac plastique, ils ne pourront pas être recyclés. C'est dommage.
- **Lorsque vous souhaitez vous débarrasser d'objets encombrants**, profitez des dispositifs mis en place par la Mairie de votre commune.
- **Vos déchets doivent-être jetés dans les conteneurs disposés dans le local poubelle de votre résidence.** Les déposer dans les parties communes, c'est mettre en danger vos voisins, dégrader votre lieu de vie et vous exposer à une amende de 135 €.

TRUCS ET ASTUCES

Une seconde vie pour vos objets :

- La plupart des grandes surfaces ou des magasins d'électroménagers proposent de récupérer les appareils, souvent contre des bons d'achat.
- Renseignez-vous auprès d'associations, de recycleries, ou de plateformes d'échanges (www.geev.com) pour faire don des objets qui vous encombrant.
- Que faire de ses déchets ? Renseignez-vous sur le site de votre Mairie.

BIODIVERSITÉ

LE SAVIEZ-VOUS ?

La RIVP c'est* :



> 425 résidences sur 761 qui disposent d'un espace extérieur.

> 63 ha de surface extérieure, dont 58 % sont végétalisés.

> 3 770 arbres environ.

* D'après une étude effectuée en 2020 par Urbalia.

LES BONS RÉFLEXES / GESTES

• **Lorsque vous respectez les espaces verts de votre résidence en évitant de les dégrader**, vous contribuez à améliorer votre cadre de vie, préservez la biodiversité et favorisez les îlots de fraîcheur.

TRUCS ET ASTUCES

- Vous pouvez installer un composteur d'appartement et transformer vos déchets organiques (épluchures) en compost pouvant servir d'engrais à vos plantes.
- Il existe peut-être dans votre résidence des activités vous permettant de profiter des extérieurs (jardinage, sport, etc.). Renseignez-vous auprès de votre gardien ou de votre agence.



LES ALÉAS CLIMATIQUES

TEMPÊTES ET INONDATIONS

LE SAVIEZ-VOUS ?

On parle de tempête / inondation lorsqu'une perturbation atmosphérique (ou dépression) génère des vents dépassant 89 km/h. Ces vents violents s'accompagnent de fortes précipitations et parfois d'orages qui peuvent entraîner des inondations.

EN CAS DE TEMPÊTE

LES BONS RÉFLEXES / GESTES

À l'extérieur :

- Il est important de rentrer les objets susceptibles d'être emportés par le vent (jardinière, tables, chaises...) et qui pourraient causer des incidents sur la voie publique.
- Évitez de vous déplacer.

À l'intérieur :

- Débranchez les appareils électriques.
- Fermez les portes-fenêtres et les volets.
- Prévoyez des moyens d'éclairage de secours.

Solidarité / Voisinage :

- Si possible, apportez votre aide à vos voisins les plus isolés (sans prendre de risque).

EN CAS D'URGENCE :
COMPOSEZ LES NUMÉROS MIS À DISPOSITION
LORS DE CES INTEMPÉRIES (VOIR PAGE 32).



LORS D'INONDATIONS

LES BONS RÉFLEXES / GESTES

- Coupez le courant et n'utilisez surtout pas d'équipements communs : ascenseurs, portes automatiques, portes de parking...
- Informez-vous de la montée des eaux (mairie ou www.vigicrues.gouv.fr).
- Ne prenez pas votre voiture, car 30 cm d'eau suffisent à emporter une voiture.
- Restez à l'abri et n'évacuez votre domicile que sur ordre des autorités.

TRUCS ET ASTUCES

En prévention, vous pouvez placer les produits ménagers / toxiques en hauteur afin d'éviter leur déversement dans l'eau.

CONSTITUER SON KIT DE PREMIERS SECOURS ?

Eau, nourriture, lait pour les nourrissons, médicaments, vêtements chauds, couvertures, papiers d'identité, lampe de poche, etc.

www.gouvernement.fr/risques/se-preparer-a-une-situation-durgence

CONFORT D'ÉTÉ :

MIEUX SUPPORTER LA CANICULE ET LA SÉCHERESSE

LORS D'UNE CANICULE / SÉCHERESSE

LE SAVIEZ-VOUS ?

Les périodes de grandes chaleurs et les périodes de sécheresses peuvent engendrer des restrictions d'usage de l'eau décidées par les autorités départementales.

LES BONS RÉFLEXES / GESTES

- Hydratez-vous. Buvez régulièrement de l'eau (1,5 L par jour) et encouragez votre entourage à en faire autant, notamment les personnes âgées.
- Évitez de sortir aux heures les plus chaudes, et n'hésitez pas à profiter des îlots de fraîcheur et des salles de rafraîchissement mis à votre disposition.
- Évitez les efforts physiques.

TRUCS ET ASTUCES

Pour maintenir votre logement frais : fermez fenêtres et volets la journée, et ouvrez-les le soir lorsque la température intérieure est plus élevée que la température extérieure.

CONFORT D'HIVER :

FAIRE FACE AU GRAND FROID

LE SAVIEZ-VOUS ?

Le grand froid est un épisode de temps froid caractérisé par sa persistance, son intensité et son étendue géographique. Il dure au moins deux jours, durant lesquels les températures atteignent des valeurs nettement inférieures aux normales saisonnières de la région concernée.

LES BONS RÉFLEXES / GESTES

- Maintenez la température ambiante de votre domicile à 19°C.
- Pensez à contrôler le bon fonctionnement de vos installations de chauffage et de production d'eau chaude, ainsi que des ventilations.
- Pensez à aérer votre appartement au moins 15 minutes par jour.

TRUCS ET ASTUCES

- N'oubliez pas de vous hydrater.
- Fermez vos rideaux la nuit (et surtout les volets, si votre logement en est équipé) pour conserver la chaleur.

QUIZZ RIVP : QU'AVEZ-VOUS RETENU ?

> Une ampoule basse consommation consomme 4 fois moins et dure 10 fois plus longtemps qu'une ampoule classique.

- a. Vrai b. Faux

> Combien de litre d'eau consomme le gros bouton de la chasse d'eau ?

- a. 2 L b. 3 L c. 4 L d. 6 L

> Quelle est la température intérieure recommandée par le Code de l'énergie dans les pièces à vivre ?

- a. 18 °C b. 19 °C c. 20 °C d. 21 °C

> Quel équipement permet de renouveler l'air de votre logement et garder un intérieur sain ?

- a. Le HQE b. Le FSC c. La VMC d. Le WWF

> La loi du 10 février 2020 relative à la lutte anti-gaspillage, obligera tous les foyers français à s'équiper d'un bac à compost à partir du 1^{er} janvier 2024.

- a. Vrai b. Faux

> Combien y a-t-il d'arbres sur l'ensemble des résidences de la RIVP ?

- a. Moins de 1000 b. Plus de 3500
 c. Plus de 5000



POUR ALLER PLUS LOIN

➤ **Agence de l'environnement et de la maîtrise de l'énergie (Ademe)**
www.ademe.fr

➤ **Agence Parisienne du Climat**
www.apc-paris.com

➤ **Agence nationale de l'habitat (ANAH)**
www.anah.fr

➤ **Agence régionale de la biodiversité**
www.arb-idf.fr/

➤ **Agence de l'eau Seine-Normandie**
www.eau-seine-normandie.fr/

➤ **Site du gouvernement**
www.gouvernement.fr/risques



LE SERVICE RELATION LOGATAIRES

Les conseillers locataires du SRL reçoivent vos demandes téléphoniques du lundi au vendredi de 8 h 30 à 17 h 30.
Tél. : 01 56 61 11 11

Privilégiez les heures creuses :
avant 10 h, après 16 h.



URGENCE'IMMO

Seuls les cas d'extrême urgence sont pris en charge par Urgenc'Immo, en dehors des heures de bureaux : incendie, inondation, explosion, fuite, panne électrique généralisée sur l'immeuble...

Tél. : 01 57 27 00 27

La semaine de 17 h à 8 h 30.
Les samedis, dimanches et jours fériés : 24 h/24.



NUMÉRO D'URGENCE

Samu : 15 (Urgence médicale)

Police : 17 (Infraction)

Pompiers : 18 (Situation de péril ou d'accident)

Urgences UE : 112 (Toutes urgences)

Urgence personnes sourdes et malentendantes : 114
(Accessible visio et SMS)