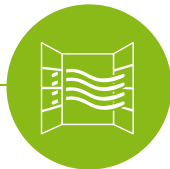


**ista**

**Economiser le chauffage,  
c'est facile !**

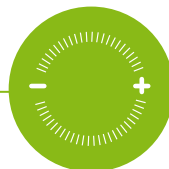
J'aère en ouvrant  
les fenêtres en grand  
5 minutes maximum pour  
ne pas refroidir les murs.  
*(chauffage éteint)*



Je pars de chez moi :  
je réduis la température du  
radiateur de la pièce principale.



Le soir, je ferme  
les volets et les rideaux  
pour conserver la chaleur.



Je module la température  
en fonction de chaque pièce.

*Chambres : adulte\* 17° / enfant 19°  
Séjour\* 19° • Cuisine 18°  
Salle de bain 21°*

\*Températures conseillées par l'ADEME

*Des écoGESTES simples  
avec ista.*

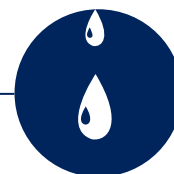
[ista.fr](http://ista.fr)

**ista**

**Economiser l'eau,  
c'est facile !**

Je prends une douche  
de 5 minutes maximum  
plutôt qu'un bain.

*J'économise environ  
80 litres d'eau !*



Je surveille et répare vite  
les fuites !

*Une chasse d'eau qui fuit peut  
coûter 700 € sur un an.*

J'opte pour des mousseurs  
hydro-économiques pour mes  
robinets et une pomme de  
douche à débit réduit.

*50 % de débit d'eau en moins !*



*Des écoGESTES simples  
avec ista.*

[ista.fr](http://ista.fr)