10 CONSEILS

POUR MIEUX VIVRE LE FROID EN HIVER

Objectif : Garder la chaleur le plus longtemps possible, tout en renouvelant l'air

1 Ouvrez les volets et rideaux en journée

Laissez entrer la chaleur du soleil pour réchauffer naturellement votre logement.

2 Fermez tout dès la tombée de la nuit

Fermez volets, rideaux et fenêtres pour conserver la chaleur accumulée.

3 Aérez chaque jour pendant 5 à 10 minutes

Renouvelez l'air de votre logement est important, même l'hiver !

4 Fermez les portes des pièces peu utilisées

Concentrez la chaleur dans les pièces de vie.

5 Ne rien mettre devant ou sur les radiateurs

Laissez la chaleur circuler librement.

6 Maintenez une température stable

Évitez les variations importantes de chauffage.

7 Chez vous, habillez-vous chaudement

Portez plusieurs couches pour mieux conserver la chaleur corporelle.

8 N'obstruez pas les entrées d'air

pour permettre une bonne circulation de l'air.

9 Évitez de coller les meubles aux murs extérieurs

Laissez un espace pour que l'air circule et limite l'humidité.

10 Profitez des apports de chaleur existants

La présence humaine ou la cuisine réchauffent le logement.

assemblia
Bâtisseur de liens

Des conseil simples pour mieux vivre chez vous
www.assemblia.fr