



Faire des économies d'énergie ?  
Réponse : Enercoop vous accompagne !

Mon guide économies d'énergie

**enercoop**  
L'énergie  
militante





## Box Internet et Modems

### Comment faire fonctionner sa box Internet au mieux en évitant les consommations inutiles ?

En 15 ans, le taux d'équipement en connexion internet à domicile a presque été multiplié par 6 atteignant en 2015 83% (1). Une petite révolution qui a un impact important sur la facture d'électricité. Les box Internet et modem entrent dans le Top 5 des appareils les plus consommateurs des participants aux formations Dr Watt (hors chauffage, climatisation et eau chaude).

#### UNE BOX TOUJOURS ALLUMÉE ?

La seule raison qui pourrait nous pousser à laisser notre box Internet allumée en permanence est l'utilisation du téléphone fixe associé. On oublie bien souvent que nous bénéficions via ces appareils d'un répondeur téléphonique qui prend le relais lorsque la box est éteinte. Il est donc conseillé dans un tel cas de débrancher la box lorsque nous ne sommes pas présent.e.s dans nos logements. Face à l'enjeu énergétique, il ne faut pas hésiter.



#### UNE BOX EN VEILLE ?

On constate bien souvent que la consommation d'une box en veille ou éteinte mais toujours branchée varie peu. Si l'on veut vraiment réduire sa consommation, il faut donc la débrancher. Alors éteindre les box les abîme-t-elles ? Les discussions peuvent être longues à ce sujet... De nombreux/euses sociétaires, client.e.s, salarié.e.s d'Enercoop font cela tous les jours et leurs témoignages sont positifs.

D'un point de vue pratique, malheureusement la box est bien souvent peu accessible (avouons que ce n'est pas le plus bel accessoire de décoration d'intérieur) et perdue au milieu de nombreux branchements.

Il existe néanmoins des solutions pour arrêter nos box sans avoir à se faufiler sous le bureau... si toute la famille se sent concernée, une [prise multiprise interrupteur](#) peut-être la solution, si le foyer a des horaires hebdomadaires réguliers, une [prise programmeur](#) est facile à installer enfin si les horaires du foyer sont très variables, les [prises télécommandées](#) sont une bonne solution.

## Sources

(1) Source: CREDOC, Enquêtes sur les «Conditions de vie et les Aspirations».



## Cafetières expresso

### Un petit café vous ferait plaisir ? Quelques infos utiles...

Selon le Groupement Interprofessionnel des Fabricants d'Appareils d'Equipements Ménagers (GIFAM) il s'est vendu en 2016 environ 1,27 millions de cafetières expresso. (1)

La plus grande partie de l'électricité qui est consommée par la cafetière l'est pour

maintenir l'eau du réservoir chaude (à 85/90 °C).

Il faut donc éteindre directement après le dernier café coulé, car sinon la machine prépare directement l'eau chaude pour le café suivant.

Les machines les plus efficaces sont équipées d'un mode veille qui se déclenche au bout d'un temps donné... mais bien sûr ce mode n'est pas anodin ! La mesure avec un wattmètre nous en dirait plus.



## Sources

(1) GIFAM - [Ventes du secteur électroménager - Cafetières Expresso](#)



## Consoles de jeux vidéo

Quelques informations pour comprendre comment mieux utiliser sa console de salon... passage obligé !

Selon Médiamétrie, plus d'un foyer français sur deux est équipé en console de jeux en 2014. (1).

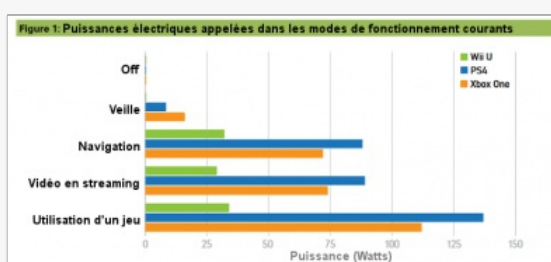
Constat sans appel...

Les consoles de jeux sont de plus en plus gourmandes en électricité au fur et à mesure des années et des nouvelles versions. Cela est dû à une augmentation des performances graphiques, de rapidité... et également à de nouvelles fonctionnalités (modes vidéo, Tv...).

Pour exemple, La Xbox One et la PS4 consomment deux à trois fois plus d'énergie que les derniers modèles de leurs prédécesseurs, la Xbox 360 et la PS3 (2).



Les consoles disposent de plusieurs modes permettant différentes fonctionnalités et qui appellent des puissances différentes comme le montre le graphe ci contre (2).



- La navigation : Utilisation de l'écran de menu pour naviguer entre différentes fonctions
- Jeu : Utilisation active d'un jeu
- Vidéo en streaming : Affichage d'un film Netflix haute définition (HD) (diffusé en continu)
- Mode TV : Utilisation de la console pour contrôler le téléviseur et afficher les programmes ou le guide des programmes à partir d'un câble, satellite,...
- Mode veille : La console reste connectée à Internet et peut fournir des fonctions secondaires limitées telles que la charge des périphériques usb et la réactivation via commande vocale (pour Xbox One)
- Off : Mode de puissance la plus faible, dont la seule fonction disponible est la réactivation à partir du bouton d'alimentation ou du contrôleur de la console

Une fois tout cela posé il est temps de voir les astuces qui permettent de réduire la consommation de nos consoles de salon :

### 1er réflexe

Le 1er réflexe à avoir est bien évidemment de ne pas laisser sa console en veille et de la déconnecter complètement du réseau lorsque l'on ne joue pas (une [prise bouton](#) ou une [prise télécommandée](#) peut être utile pour certains). Une Xbox One en mode veille sur une année consomme autant qu'un combiné Frigo-Congélateur A+++ de 300 litres... Lorsque l'on sait que le 1er poste des ménages en [électricité spécifique](#) est le poste froid... cela donne justement... froid dans le dos !

### 2ème réflexe

Les consoles ont de nouvelles fonctionnalités qui font doublon avec d'autres appareils... mais regarder de la vidéo en streaming via une console consomme beaucoup plus que via un ordinateur ou une tablette... alors retour au 1er réflexe.

### 3ème réflexe

Dans la trempe du 2ème... mais cette fois-ci concernant l'option TV qui est à éviter absolument. Selon le NRDC (2), certaines consoles soutiendraient 72W pour... contrôler le téléviseur et afficher les programmes ou le guide des programmes ! Retour au 1er réflexe !!!

### 4ème réflexe

L'utilisation de chargeurs adéquats ou de piles rechargeables pour les accessoires de console non filaires est conseillé.

## Sources

(1) GFK – CNC : [Le marché du jeu vidéo en 2014](#) (consulté en Février 2017)

(2) Natural Resources Defense Council (NRDC) - [The Latest Generation Video Game Consoles](#) (Consulté en Février 2017)

**Vous souhaitez en savoir plus ?**  
**Réponse : [transition.enercoop.fr](http://transition.enercoop.fr)**





L'énergie est notre avenir, économisons-la !

[www.enercoop.fr](http://www.enercoop.fr)

Contenu en ligne sur la page : <https://transition.enercoop.fr/EbookEbook2/iframe>

