



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

Mon guide économies d'énergie

enercoop
L'énergie
militante





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).

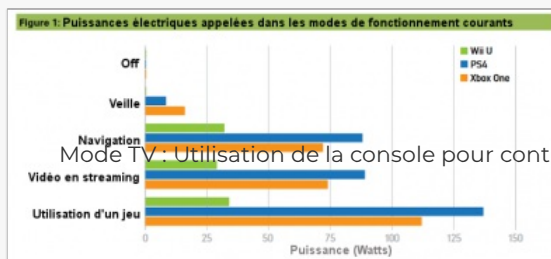
Constat sans appel...

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) 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 partielle 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 poêle à bois... 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

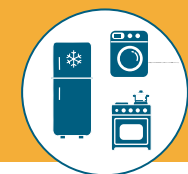
Dans la trempe du 2ème... mais cette fois-ci concernant l'option TV qui est à éviter absolument. Selon le NRDC (2), certaines consoles soutireraient 72W pour... contrôler le téléviseur et afficher les programmes ou le guide des programmes ! Retour au 1er réflexe !!!

4ème réflexe

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)



L'achat d'appareils froid

Pour un réfrigérateur et/ou un congélateur, réduire sa consommation commence dès l'achat. La consommation des nouveaux appareils a été divisé par 3-4 fois par rapport aux anciens modèles.

Dimensionnement, [étiquette énergétique](#), écolabel européen, voilà ce qu'il faut pour faire le bon achat pour des appareils froid. Et puisque ces appareils sont censés durer longtemps (10 ans environ (1)), lorsqu'un nouvel achat se présente, ne pas rater le coche !

Dimensionnement d'un réfrigérateur

L'appareil doit être choisi en fonction de son volume, que l'on cherchera à adapter aux besoins du foyer. Le réfrigérateur fonctionnant en continu, mieux vaut en effet éviter qu'il soit à moitié vide !

La recommandation (2) pour une personne seule est un volume utile de 100 à 150 litres. A chaque personne supplémentaire, environ 50 litres sont à ajouter.



Étiquette énergie et Ecolabel européen

Optez pour des appareils de classe A++ ou A+++ : un réfrigérateur/congélateur de classe A++ consomme 45 % d'énergie en moins qu'un appareil de classe A. Pour un appareil de taille moyenne, cela représente une économie de 25 €/an ou de 375 € sur la durée de vie de l'appareil.

Choisissez un réfrigérateur portant l'écolabel européen qui garantit entre autre que l'appareil est moins gourmand en énergie, fait moins de bruit, n'utilise pas de substances destructrices de la couche d'ozone et minimise l'utilisation de substances à effet de serre.

Les réfrigérateurs-congélateurs dits "américains" sont déconseillés en terme de performance énergétique. Ils consomment jusqu'à 3 fois plus d'électricité.

Pour aller plus loin

> L'association UFC Que Choisir a construit [ce guide d'achat de réfrigérateurs](#), faisant un panorama de tous les critères d'achat

Sources

(1) Consoglobe - [Obsolescence programmée des appareils](#)

(2) UFC Que Choisir - [Guide d'achat de réfrigérateurs](#)



La consommation d'eau chaude

La meilleure façon de consommer moins d'énergie liée à l'eau chaude est d'optimiser la consommation.

Aussi, en bonus, cela permet de faire des économies sur les factures d'eau ! Les pistes à suivre pour baisser ces consommations tout en conservant son confort.

Le poste eau chaude sanitaire (ECS) représente 11,5% des consommations d'énergie des logements (1). Comment réduire sa consommation d'électricité due à l'eau chaude sanitaire ?

Les économies à la source

Conseil n°1 : Préférer les douches aux bains.

- Certes c'est une évidence, une douche peut consommer moins d'eau chaude qu'un bain.

Conseil n°2 : Couper l'eau lorsqu'on se savonne.

- Une douche de 10 minutes peut consommer autant d'eau qu'un bain si on n'y prend pas gare (150 à 200 litres) : il est très pertinent de couper l'eau quand on se savonne !

Conseil n°3 : Utiliser une pomme de douche à économie d'eau.

- Accessible dans les magasins de bricolage à un coût modique, une douchette à débit optimisé (6,5 à 9 L / min, fractionnant l'eau en fines gouttelettes pour un même confort) réduit le besoin en eau de 50 %, et est rentabilisée en 2 à 3 mois seulement

Conseil n°4 : Utiliser des mousseurs réducteurs de débit pour les lavabos/évier

- Tout comme pour les douches, nos robinets peuvent accueillir des mousseurs réducteurs de débit.
- Pour un lavabo ou un évier, un débit de 4 L / min est suffisant. Attention toutefois, les limiteurs ayant un débit inférieur à 6 L / min ne sont pas adaptés aux chauffe-eau instantanés, ou aux chaudières à production d'eau chaude instantanée.

Conseil n°5 : Equiper robinets et douches de mitigeurs thermostatiques

- Ceux ci peuvent permettre de prérégler la température souhaitée, synonyme d'économies d'énergie.
- Si on remplace un robinet, on peut opter pour un mitigeur dont la position centrale (considérée psychologiquement comme « par défaut ») est celle de l'eau froide : cela évite de demander de l'eau tiède quand ce n'est pas nécessaire.

Conseil n°6 : Laisser le mitigeur sur la position eau froide.

- Cela évite de faire des demandes d'eau chaude ou tiède sans besoin... un petit réflexe à prendre

Conseil n°7 : Préférer se laver les mains à l'eau froide.

Conseil n°8 : Boucher l'évier pendant la vaisselle.

- Pendant la vaisselle, ne pas laisser couler l'eau chaude sans interruption. Préférer remplir le bac et utiliser la même eau savonnée. Enfin, préférer rincer à l'eau froide.

Conseil n°9 : Régler la température du chauffe-eau ou du ballon de stockage.

- Limiter la température à 50°C pour un chauffe-eau instantané et à 60°C pour un ballon de stockage. En plus de réduire la consommation d'électricité, cela permettra de limiter le développement de bactéries pathogènes et d'éviter l'entartrage du chauffe-eau. Le tout sans perdre son confort.

Conseil n°10 : Couper la veilleuse du chauffe-eau lors des absences prolongées.

Conseil n°11 : Détartre régulièrement un ballon de stockage électrique.

- En se déposant sur la résistance, le calcaire diminue l'efficacité du ballon ; conséquence : plus d'énergie pour chauffer l'eau.

Sources

(1) répartition en énergie finale ; source : Ademe, [chiffres clés du bâtiment 2013](#) Consulté en Avril 2017



La machine à espresso, on en parle ?

Qu'en est-il de l'impact des machines à café expresso ?

La plus grande partie de l'électricité est consommée pour maintenir l'eau du réservoir chaude (à 85/90 °C).

Si votre machine ne dispose pas de fonction automatique de mise en veille, pensez à éteindre votre machine dès le café terminé !

Vous souhaitez en savoir plus ?
Réponse : transition.enercoop.fr





L'énergie est notre avenir, économisons-la !

www.enercoop.fr

Contenu en ligne sur la page : <https://transition.enercoop.fr/EbookMonGuide4/iframe>

