



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).

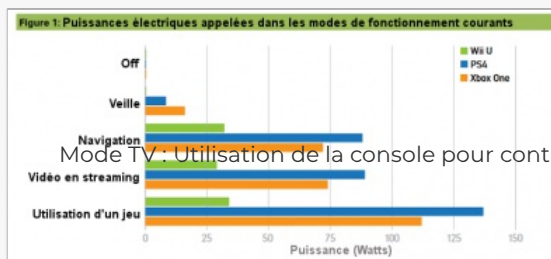
Constat sans appel...

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 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 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)



Chauffage électrique

En France, les énergies les plus utilisées pour le chauffage sont le gaz (44 %), l'électricité (34 % et le fioul (14 %) (1). Que penser du chauffage électrique ?

Dans un logement, le chauffage est le plus gros poste de consommation d'énergie : il y représente en moyenne 61 % des usages énergétiques (1)).

Cela est d'autant plus problématique lorsque l'énergie utilisée est l'électricité : cette dernière est un vecteur énergétique noble, dont l'usage thermique est à proscrire !

La chaleur est un vecteur énergétique pauvre : pour la production conventionnelle d'électricité, dans une centrale thermique à flamme ou nucléaire, le principal processus physique utilisé est de chauffer et vaporiser de l'eau ; ce mode de production d'électricité implique un rendement de production de moins de 40 %, soit plus de 60 % de pertes ; c'est pourquoi il n'est pas pertinent de souhaiter reconvertir cette électricité en chaleur.

C'est le grand paradoxe de la politique énergétique française de la fin du XXème siècle, dont nous ne sortons que timidement... De plus, l'électricité étant une énergie coûteuse (à juste titre), son usage pour le chauffage est à l'origine d'innombrables situations de précarités énergétiques, pour des ménages qui peinent ou renoncent à chauffer correctement leur logement, faute de moyens (2).



adage « L'énergie la plus vertueuse est celle que l'on ne consomme pas » s'applique donc d'abord au chauffage. C'est pourquoi l'amélioration de la performance thermique du logement doit aussi être considérée, en amont de la question du mode de chauffage. Si nécessaire, cela doit passer par une rénovation complète et performante. Pour plus d'information sur la rénovation des logements, nous vous invitons à contacter votre Espace Info Énergie (3), dont les coordonnées sont disponibles sur cet [annuaire en ligne](#).



Sources

(1) répartition en énergie finale ; source : Ademe, chiffres clés du bâtiment 2013

(2) cela concerne près de 12 millions de personnes en France, confrontés à l'humidité des murs, au froid ou aux moisissures

(3) organisme membre du réseau français d'information et de conseil de proximité sur la maîtrise de l'énergie, développé par l'ADEME depuis



Micro-ondes

Bien que controversés, les micro-ondes restent très présents dans nos logements, bureaux, restaurants ...Des économies d'énergie sont réalisables sur cet appareil et parfois grâce à ce dernier.

Ci-dessous des conseils d'utilisation du micro-ondes dans un but d'économies d'énergie.

Astuce n°1 : Éviter d'utiliser le four micro-ondes pour décongeler des aliments. Les aliments à décongeler doivent être placés idéalement dans le réfrigérateur (voir fiche froid). Pour une famille moyenne, ne pas décongeler des aliments au micro-ondes représente une économie de 5 à 15 € par an (1).

Astuce n°2 : Utiliser le micro-ondes plutôt que le four pour réchauffer les aliments. Le micro-ondes est rapide et consomme moins qu'un four électrique, d'après l'ADEME, pour moins de 50kWh/an en moyenne pour un four micro-ondes, la consommation d'un four s'élève à 300kWh/an.

Astuce n°3 : Débrancher son four micro-ondes quand on ne l'utilise pas. Même en veille certains micro-ondes consomment de l'énergie. Par exemple si le micro-ondes est équipé d'une horloge, il consommera nécessairement de l'énergie. Des prises coupe-veille peuvent être installées sur la prise d'alimentation du micro-ondes.



Pour aller plus loin

> Prise coupe-veille dans cette fiche.

Lumen

Définition :

Unité de flux lumineux, exprimant la quantité de lumière émise par une source.

Lampe

Définition :

Source de lumière artificielle.

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



100% COOPÉRATIF
**Fournisseur
d'électricité**
100% RENEUVELABLE



enercoop
L'énergie
militante



L'énergie est notre avenir, économisons-la !

www.enercoop.fr

Contenu en ligne sur la page : <https://transition.enercoop.fr/EbookTest17/iframe>

