

# Février - Mars Sobriété énergétique :

## L'énergie grise, celle que l'on ne voit pas !

En France, l'énergie nécessaire à la fabrication, à l'utilisation et au recyclage des appareils et de nos usages numériques représente déjà 6 % de la consommation de toutes les énergies primaires. La démultiplication des objets connectés et la 5G arrivant, cela ne fait qu'augmenter !

Comme la majorité des appareils sont fabriqués en dehors de France, il faut dissocier :

- **énergie grise**, 41 % du bilan énergétique global du numérique en France, énergie dépensée lors de la fabrication des appareils, en majorité à l'étranger.
- **consommation électrique**, 59 % du bilan global.

Pour faire des économies d'énergie dans le numérique, il faut donc

agir autant **sur la fabrication des appareils** (énergie grise) que **sur la consommation de l'électricité**.

Nous, les consommateurs (64 % du bilan énergétique), possédons le principal effet de levier pour faire baisser ce bilan global. Notre dépense énergétique est surtout liée à la fabrication des appareils que nous achetons (énergie grise). Nous possédons en moyenne 15 appareils numériques que nous n'utilisons pour certains que quelques minutes par jour.

En conséquence, pour réduire efficacement l'énergie grise associée à ces usages numériques, il faudrait :

- ne pas se suréquiper
- allonger la durée de vie des appareils.

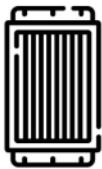


## Défi Bard Énergie



## Février

### Nettoyez-moi !



*Je nettoie la grille arrière du réfrigérateur tous les ans.*

Une grille pleine de poussière entraîne une surconsommation de 10% de votre appareil.

### Ferme ta box !



*Je coupe le Wifi et je programme l'extinction de la box la nuit et quand il n'y a personne en journée.*

Pour économiser de l'énergie, désactiver le wifi quand vous n'en avez pas besoin. Pour vous aider, vous pouvez peut-être programmer en ligne ses horaires.

Une box consomme en moyenne de 150 à 300 kWh par an (soit environ 40€ et 22 kg équivalent CO2). Pour économiser de l'énergie, débranchez votre box quand vous n'en avez pas besoin ou branchez-la sur un programmateur électrique.

### Allez, je passe en mode éco !



*Je paramètre l'ordinateur pour qu'il consomme moins d'énergie.*

Réglez votre ordinateur pour qu'il passe rapidement en veille. N'utilisez pas d'économiseur d'écran et choisissez un fond noir pour votre écran de veille. Enfin, éteignez votre ordinateur et votre écran dès que vous ne les utilisez plus et coupez-les à l'aide d'une multiprise à interrupteur.

### On n'a pas déjà surfé ensemble ?



*Je crée des "favoris" pour aller sur les sites que j'utilise régulièrement plutôt que d'utiliser à chaque fois un moteur de recherche pour y accéder.*

Les requêtes sur les moteurs de recherche consomment beaucoup d'énergie, alors on gagne du temps et on met en favoris tous les sites que l'on consulte régulièrement !

### Mollo sur la vidéo !



*Je réduis la consommation de vidéos et leur définition.*

Internet devient un ogre énergivore tandis que le streaming vidéo (Netflix, Youtube, etc.) représente 60% de son trafic mondial ! Réduisons donc nos usages des vidéos et regardons-les en basse définition pour consommer quatre à dix fois moins d'énergie ! Bon à savoir : 1h de vidéo en ligne = 150 ampoules de 15W allumées pendant 1h !

### Chaud dedans !



*Je branche si possible la machine à laver et/ou le lave-vaisselle sur l'eau chaude\* (voir conditions).*

80 % de l'électricité consommée par votre machine servent à chauffer l'eau. \*Si vous chauffez votre eau avec un système non électrique (sauf fioul et propane), il est économique d'y raccorder directement votre machine à laver. Il existe également des kits de raccordement.

## Un gouffre je vous dis !



*Je réduis le volume de la chasse d'eau.*

Une famille dépense 230€ par an pour la chasse d'eau. Installer une chasse d'eau à double poussoir réduit cette dépense de 40%. Il est aussi possible de réduire son volume avec une éco-plaquette ou une bouteille d'eau pleine. Les toilettes sèches sont quant eux une réponse définitive à la question.

## Complètement givrés !



*Je dégivre les appareils de froid dès que c'est nécessaire.*

Il est conseillé de dégivrer ces appareils tous les 3 mois. 3 mm de givre peut entraîner une surconsommation de 30%. À 4 mm, la consommation électrique peut même doubler (ADEME). En dégivrant régulièrement vos appareils, vous pouvez économiser 30 € par an.

## Une p'tite rolyse ?



*Je programme le nettoyage d'un four à pyrolyse après une cuisson.*

Dans le cas d'un four à pyrolyse, le nettoyage doit être programmé dans la foulée d'une cuisson, pour bénéficier de la chaleur accumulée. Privilégiez les fours à catalyse qui ne consomment pas d'énergie pour leur nettoyage.

## La goutte d'eau qui remplit l'tonneau !



*A l'extérieur, j'installe une récupération d'eau de pluie pour arroser les plantes.*

## Mars

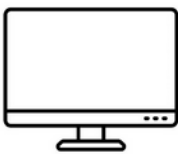
### Pas de froid auprès du chaud !



*Je place les appareils de froid loin des sources de chaleur (cuisinière, fenêtre...).*

Ces dernières réchauffent les appareils de froid qui vont alors consommer plus d'énergie pour rester à la bonne température.

### Les yeux plus grands que l'écran.



*Je choisis un écran TV sans voir trop grand.*

Fiez-vous à l'étiquette énergie pour choisir votre nouveau téléviseur. Attention à ne pas choisir un écran trop grand : un écran de 58 cm consomme 6 fois moins qu'un 132 cm !

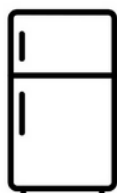
### Être de mauvais poêle.



*Je prévois le remplacement de mes vieux appareils de chauffage.*

Grâce à leurs rendements de compétition, leurs fonctions de régulation et de programmation, les nouveaux équipements permettent des économies substantielles et procurent un meilleur confort. Le remplacement peut être mené progressivement, pièce par pièce.

### Le frigo plus gros que le ventre.



*J'adapte la taille de mon réfrigérateur à mes besoins*

1 personne	100 à 150 L
2 ou 3 personnes	150 à 250 L
3 ou 4 personnes	250 à 350 L
+ de 4 personnes	350 à 500 L

## Il est beau le thermo !



*J'équipe salle de bain de robinets thermostatiques.*

Prérégler la température grâce à un robinet de type "thermostatique" vous permet d'économiser jusqu'à 30 % d'énergie par rapport aux robinets mélangeurs. Ce type de robinet est notamment bien adapté pour la douche ou le lavabo de la salle de bain.

## Restez branché-e-s !



*Je préfère une connexion de type ADSL, fibre ou Wi-Fi à la 4G.*

Savez-vous que la 4G utilise 23 fois plus d'énergie qu'une connexion de type ADSL ?

## Tu m'écoutes ?



**Défi Enfants**

*J'utilise du streaming audio plutôt que vidéo pour écouter de la musique.*

Ecouter de la musique avec une vidéo consomme 17 fois plus d'énergie que de l'écouter à partir d'une plateforme audio. Ca vaut le coup de changer d'habitude non ?

## Quelle énergie !



*Je choisis des appareils ménagers économes en énergie et en eau.*

- Optez pour les appareils les mieux classés.
- Préférez un réfrigérateur et un congélateur séparés à un appareil combiné qui consomme deux fois plus ou choisissez un modèle avec double compresseur. Vérifiez que sa classe climatique est adaptée à votre logement.