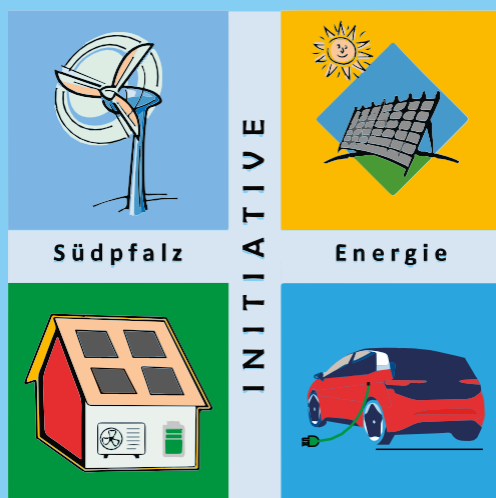


Économies d'énergie et actions pour le climat dans les ménages



Une recommandation de
l'Initiative Südpfalz-Energie e. V.

Merci aux traducteurs et traductrices

Abdeldaim Joseph, Boveri Annalisa, Ceysens Alice Stéphanie S, Cömert Simel, Gagnard Arina, Laier Enya, Lespinasse Anna Julie, Monjuvent Nais, Moreau Florian, Moreau Mathilde Chloé, Motcheu Fomo Ruth Victoire, Petit Anakin, Saifi Lucas, Schäfer Janina, Yarova Alina, Zahed Zahedani Cyrus Jean-Pierre Ali, Zimmermann Lea.

Coordination: Félicien Guébané

Impressum

Initiative Südpfalz-Energie e.V. (ISE e.V.)

Président: Wolfgang Thiel

Schaidter Weg 7

D - 76872 Hergersweiler

Téléphone: +49 6349 929560

Mobile: +49 172 7419812

Mail: wolfgang@thiel-wt.de

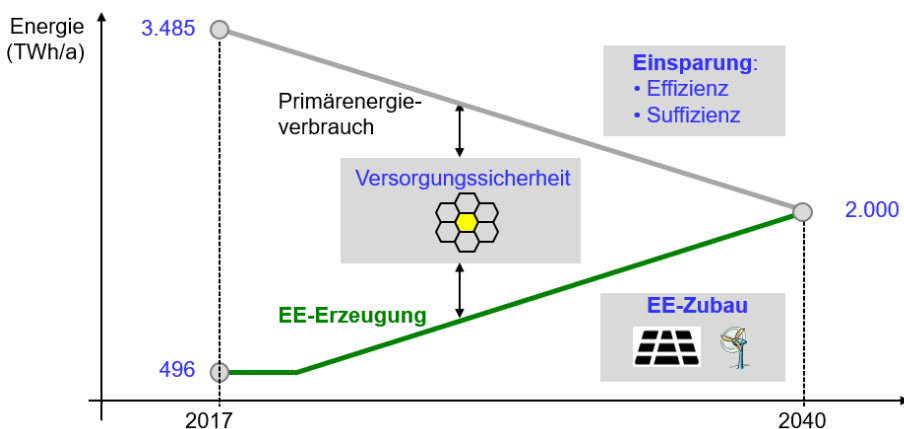
2e édition: déc. 2022

Mise en page et impression:

MedKom, Edesheim

Avant-propos

En plus des mesures d'amélioration de l'efficacité énergétique dans les domaines de la production et de la consommation d'énergie décrites dans l'étude « **Klimaschutz - Energiewende 2.0** » de l'association **ISE e.V.**, d'importants changements de nos modes de vie s'imposent si nous voulons atteindre nos objectifs de transition énergétique d'ici 2040. Il ne s'agit pas de se priver, mais d'éviter le gaspillage d'énergie selon la devise « vivre bien avec peu ». L'étude montre aussi que le développement rapide des énergies renouvelables (EnR), en particulier grâce à l'installation de systèmes photovoltaïques et éoliens ainsi que par l'extension des moyens de stockage d'énergie, contribue à assurer la sécurité d'approvisionnement énergétique.



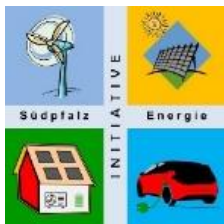
Les membres du comité directeur de l'association ISE e. V., **Claudia Klingner-Kaufmann, Michael Müller, Frieder Wambsganß et Manfred Wessels**, ont élaboré une liste de **conseils et astuces** pour aider les citoyens à économiser de l'énergie au sein des **ménages** et à contribuer ainsi à cet effort collectif. Un grand merci aux contributeurs et à tous les sponsors qui ont aidé à la réalisation de cette brochure (voir dernière de couverture).

Wolfgang Thiel, président de ISE e.V.

Généralités

Réduisez votre **dépendance aux énergies fossiles** telles que **le charbon, le gaz et le pétrole**, en utilisant des **énergies renouvelables** et en adoptant des **mesures d'économie**.

Pour ce faire, adoptez les mesures fondamentales suivantes :



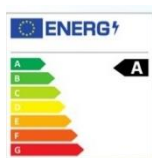
- Si vous êtes propriétaire, installez des **systèmes photovoltaïques** sur votre toit, accompagnés de systèmes de stockage. Les toits orientés vers l'est et l'ouest peuvent également être aménagés pour la production d'énergie solaire, tout comme les balcons orientés vers le sud, l'est et l'ouest. Cela permettra aux locataires de participer à la transition énergétique.
- Utilisez une **pompe à chaleur** pour le chauffage et l'eau chaude. Combinez-la de préférence avec des systèmes photovoltaïques.
- Remplacez votre véhicule thermique par un **véhicule électrique** que vous pourrez recharger sur une prise de courant domestique connectée à votre système photovoltaïque.

Il s'agit évidemment d'investissements si importants qu'ils ne peuvent être réalisés en une fois et qui nécessitent une bonne planification. Des sites tels que celui de **l'Association des Consommateurs de Rhénanie-Palatinat** (www.energieberatung-rlp.de) sont là pour vous conseiller dans ce sens. Les frais de conseils sont subventionnés dans le cadre du plan individuel

pour la rénovation.



Achetez et utilisez de **l'électricité bas carbone**. Vous trouverez la liste des fournisseurs locaux d'électricité verte ainsi que les coûts du kilowattheure et les tarifs proposés sur „<https://tarifportal.ok-power.de>. (L'accès au site est restreint pour l'instant)



Lors de **l'acquisition de nouveaux appareils**, veillez à ce que leur consommation d'énergie soit la plus faible possible. Pour ce faire, vérifiez les informations mentionnées sur l'étiquette énergie qui doit obligatoirement figurer sur la majorité des produits. Nous vous recommandons d'acheter des appareils de la classe d'efficacité énergétique la plus élevée. Vous trouverez plus d'informations sur le site « www.spargeraete.de ».



Mesurez vos consommations d'énergie !

Vérifiez la consommation électrique de vos anciens appareils (congélateur, réfrigérateur, lave-vaisselle, machine à laver, etc.) à l'aide d'un wattmètre et comparez-la à celle de nouveaux appareils plus économes (voir „www.spargeraete.de“). Remarque : en règle générale, il est recommandé de remplacer les gros appareils ménagers tous les 15 ans.

Profitez de **l'offre de conseils d'économie d'énergie de l'Association des Consommateurs de Rhénanie-Palatinat**. Prenez rendez-vous au (+49) 0800-6075600 ou par courriel à energie@vz-rlp.de.



Pour les professionnels, il est recommandé d'avoir un **compte épargne énergie** afin de suivre les

économies réalisées et de trouver d'autres nouvelles idées. Vous pouvez créer un compte en ligne sur „<https://www.energiesparkonto.de>“.

Chauffer, refroidir, aérer



*** Le **chauffage** représente la plus grande part de la consommation d'énergie des ménages, avec environ 70 % de leur consommation totale d'énergie. À cela s'ajoute 15 % pour la production d'eau chaude (voir <https://www.mein-klimaschutz.de>). Il est d'autant plus important de passer à une **solution de chauffage décarbonée : la pompe à chaleur**.

Si un seul radiateur est trop petit pour la température de départ d'environ 55 °C, vous pouvez le remplacer par un appareil plus grand. Au besoin, vous pouvez amplifier vos radiateurs avec des ventilateurs. Les chauffages à gaz, à pétrole ou à charbon ne sont pas seulement des modes de chauffage dépassés d'un point de vue environnemental, mais également d'un point de vue financier. Pour cette raison, ils ne doivent plus être utilisés dans de nouvelles installations !



*** Complétez vos anciennes installations de chauffage avec une **pompe de circulation moderne à haute efficacité**. Cette mesure permet de faire beaucoup d'économies.



** **Préférez le pull au t-shirt**. Baissez la température de la pièce : 1 °C en moins permet d'économiser jusqu'à 6 % d'énergie. La température optimale dans les pièces de vie est de 20 °C, et de 17 °C dans la chambre à coucher.



** Ne chauffez jamais trop longtemps avec des **appareils de chauffage électrique direct** tels

*Les astérisques (**) donnent une indication sur l'impact des conseils.*

que les ventilo-convecteurs, les radiateurs bain d'huile, **radiateurs à infrarouges**, etc. Cela nuit non seulement à l'environnement, mais aussi à votre portefeuille.

Les habitats équipés d'installations photovoltaïques peuvent chauffer des pièces de manière ciblée pendant la journée avec des radiateurs à infrarouges, lorsque l'ensoleillement est suffisant. L'utilisation d'autres moyens de chauffage peut être réduite, en particulier si vos panneaux photovoltaïques sont orientés Est/Ouest, car ils fournissent de l'électricité du matin au soir.

En cas d'absence prolongée, utilisez la **fonction « vacances »** de votre système de contrôle thermique.



- ** Activez la **réduction nocturne** de la température de 3 à 5 °C (seulement dans les vieux bâtiments avec des radiateurs et une haute température de départ. Cela ne concerne pas les bâtiments isolés et équipés d'une combinaison pompe à chaleur + chauffage au sol).

En cas d'absence pendant la journée, vous pouvez réduire la température manuellement à 18 °C sur le thermostat d'ambiance ou sur la vanne du radiateur.



- *** Si ce n'est déjà fait, équipez vos anciens radiateurs de **thermostats de radiateur intelligents** et réglez-les en fonction de votre utilisation effective de la pièce. Un thermostat moderne est très rapide à installer : il suffit de visser le nouveau modèle à la place de l'ancienne tête sur le radiateur.



** Fermez les portes et évitez de **chauffer les pièces voisines**. Non seulement la chaleur, mais aussi et surtout l'humidité de l'air pénètrent dans les pièces plus froides, favorisant le développement de moisissures sur les murs les plus froids, notamment dans les bâtiments mal isolés.



** Fermez **volets roulants et rideaux** durant la nuit afin de réduire la déperdition thermique. Assurez-vous que vos rideaux ne couvrent ou que vos meubles ne cachent pas les radiateurs, car leur efficacité en serait considérablement affectée.



** **Isolez** bien vos **portes et fenêtres** pour ne pas chauffer l'extérieur. Vous pouvez, par exemple, détecter les sources des infiltrations d'air à l'aide d'une bougie allumée. Les joints isolants pour portes et fenêtres, les profils d'étanchéité et les profilés-brosses ne coûtent pas cher mais sont très utiles, notamment sur les portes de pièces non chauffées ou donnant sur la cage d'escalier.



*** Si vous ne disposez pas de votre propre installation photovoltaïque, **renoncez aux systèmes de climatisation**. Ils sont trop énergivores. Essayez plutôt de refroidir votre maison en l'ombrageant (fermez les volets roulants ou à battants, utilisez des stores pare-soleil sur vos fenêtres de toit) ou en aérant de nuit. Si le refroidissement actif est indispensable, assurez-vous de l'efficacité énergétique de votre installation !



Si vous avez posé de la **rocaïlle** dans votre jardin, remplacez-la par de la végétation aussi dense et haute que possible.



*** Mieux les fenêtres sont isolées et plus votre maison est intensément occupée, plus il est important d'**aérer**.

Pour une journée passée à la maison par une famille, la règle est d'aérer généreusement 3 fois par jour, en ouvrant grand toutes les fenêtres. En hiver 5 minutes suffisent (en raison d'une plus grande différence de température), et en été 15 minutes sont nécessaires pour évacuer l'humidité causée par la respiration, la douche, la cuisine, le séchage du linge, etc. Sinon, de la moisissure risque de se développer dans les pièces les plus froides. En particulier dans les coins et derrière les meubles contre les murs donnant sur l'extérieur (surtout s'ils sont mal isolés).



Ne laissez pas la fenêtre **entrouverte** : l'air chaud produit par un radiateur situé sous la fenêtre circule directement vers l'extérieur de l'appartement, sans le chauffer.



À quel **moment** vous **aérez** est aussi **important** : En été, aérez de nuit (laissez les fenêtres fermées en journée pour garder la fraîcheur dans la maison quand les températures sont élevées). En hiver, aérez si possible en journée ou en fin d'après-midi, pendant que les températures extérieures sont élevées, pour éviter que la maison ne se refroidisse inutilement.

Se doucher, prendre un bain

*** Prenez **une douche plutôt qu'un bain**, cela réduit d'au moins 2/3 votre consommation d'énergie et d'eau.

*** Vérifiez la **consommation** de votre **pommeau de douche** à l'aide d'un seau : si le débit d'eau dépasse les 8 l par minute à pleine puissance, remplacez-le par un **pommeau plus économe**.



Ainsi, vous réaliserez jusqu'à 50 % d'économie d'eau et d'énergie.

Le chauffage de l'eau représente l'une des principales parts de votre consommation d'énergie : prendre des **douches plus courtes et moins chaudes** permet d'économiser l'eau, l'énergie, et de diminuer vos frais. Baisser la température de l'eau de 3 °C vous fera économiser environ 10 % d'énergie. Conseil : coupez l'eau pendant le savonnage.



** Placez toujours le **levier du mitigeur** de votre lavabo sur « **eau froide** ». La position intermédiaire déclenche automatiquement le chauffage, y compris quand vous n'en avez pas forcément besoin, pour vous laver les mains, par exemple. Selon la distance au point de prélèvement et sa durée, trop souvent, l'eau chaude n'atteint même pas le robinet, chauffant ainsi juste les tuyaux. Aussi, est-il souvent conseillé de fermer le robinet d'arrivée d'eau chaude.



*** Les **piscines privées**, déjà peu recommandables d'un point de vue environnemental ne doivent en aucun cas être chauffées aux énergies fossiles (au pétrole ou au gaz). Utilisez exclusivement de l'énergie renouvelable : un panneau solaire thermique ou une clôture énergétique fonctionnant sur le même principe. De même, utilisez des pompes de filtrage entièrement alimentées en énergie solaire.



* Si vous n'avez pas d'installation solaire ou de pompe à chaleur associée à des panneaux photovoltaïques, mais que vous disposez d'une arrivée d'eau dans le jardin, utilisez une **douche**

solaires en été. Dans certains cas, il existe des modules solaires de balcon.

Cuisiner, faire la vaisselle



- *** Si vous envisagez l'achat d'une nouvelle plaque de cuisson, choisissez **des plaques à induction**. Vous économiserez 30 % d'énergie comparativement à une plaque de cuisson standard, et 10 à 20 % d'énergie par rapport à une plaque de cuisson infrarouge. Mais n'oubliez pas de vous munir d'ustensiles adaptés (les ustensiles 100 % en aluminium ou en acier ne le sont pas). Ces ustensiles sont disponibles à prix abordable. Vous pouvez également équiper vos ustensiles classiques d'un adaptateur d'induction en métal, qui se place entre la casserole et la plaque.



- *** Utilisez un **autocuiseur** pour préparer des plats à longue cuisson tels qu'un ragout. Vous économiserez jusqu'à 70 % de votre temps et 60 % d'électricité.



- ** Lorsque vous **cuisinez**, n'utilisez si possible qu'**une seule plaque de cuisson** pour ne pas chauffer et laisser refroidir les plaques inutilement. Par exemple : cuisez d'abord les pommes de terre, puis les légumes au temps de cuisson plus court, bien sûr avec un couvercle pour réduire les déperditions d'énergie. Utilisez ensuite la chaleur résiduelle pour rapidement réchauffer les pommes de terre. Idéalement, le diamètre de la plaque de cuisson ne devrait pas être supérieur à celui de la casserole (sauf s'il s'agit de plaques à induction). Si vous n'avez pas de plaque à induction, chauffez l'eau des pâtes dans une bouilloire pendant que vous commencez à en chauffer une plus petite quantité sur une plaque.



** Si possible, **couvrez les casseroles lors de la cuisson** afin de réduire les pertes d'énergie. Lors de préparations plus longues, comme pour un bouillon ou un jus de cuisson, ce geste vous fera économiser jusqu'à 50 % d'énergie.

** **Utilisez juste 1 à 2 cm d'eau** pour cuire les légumes, œufs et pommes de terre. Vous économiserez ainsi de l'énergie et les vitamines sensibles à la chaleur seront préservées.



** **Éteignez la cuisinière quelques minutes avant** et terminez la cuisson avec la **chaleur résiduelle**. Cela convient notamment à la cuisson des pâtes et du riz. Cela est également valable pour le four, il conservera sa chaleur le temps de la terminer.



*** N'utilisez pas le **four** pour réchauffer ou griller de petites portions. Mettez-les plutôt au microonde ou dans un grille-pain. N'utilisez le four pour cuire un rôti que s'il pèse plus d'un kilo, sinon, le cuire sur une plaque de cuisson est moins énergivore.



** Quand vous cuisez un **pain** ou un **gâteau**, profitez-en pour en **cuire un deuxième**. Votre consommation d'énergie en sera réduite presque de moitié. Le deuxième pain ou gâteau peut ensuite être congelé une fois refroidi. Une alternative est de cuire et de conserver le gâteau dans un bocal.



*** Ces deux bonnes vieilles astuces de grand-mère que sont la **cuisson et la conservation** en bocal et la **congélation** aident à lutter contre le gaspillage alimentaire et réduisent les trajets pour aller aux courses. Ces réserves vous rendront

moins vulnérable aux hausses des prix et peuvent s'avérer utiles en cas de besoin.



*** Si vous disposez d'un chauffage par pompe à chaleur avec un chauffe-eau ou d'une installation solaire thermique, **connectez votre lave-vaisselle à une arrivée d'eau chaude** – à condition que votre chauffe-eau soit réglé sur une température maximale de 55 °C ou que celui-ci dispose d'un mélangeur thermostatique. Lisez attentivement la notice d'utilisation de votre lave-vaisselle.

*** **Ne lancez le lave-vaisselle qu'après l'avoir bien rempli.** Si nécessaire, ne rincez la vaisselle qu'à l'eau froide, en aucun cas à l'eau chaude. En temps normal, le programme éco suffit pour la vaisselle de tous les jours. À défaut, utilisez un programme à basse température entre 45 °C et 55 °C. Ces programmes durent certes plus longtemps, mais ils prennent soin de vos verres et économisent de l'eau et de l'énergie.

En hiver, si vous êtes chez vous, ouvrez le lave-vaisselle juste après le cycle de rinçage pour interrompre la phase de séchage. Cela permet d'épargner de l'énergie et d'humidifier l'air ambiant, souvent sec en hiver. Seul inconvénient : il est possible qu'il faille toutefois sécher une partie de la vaisselle à la main.



** Si vous **ne disposez pas** de votre propre **installation photovoltaïque**, lancez de préférence le lave-vaisselle **manuellement ou à l'aide d'un programmateur** pour qu'il tourne la nuit ou pendant le weekend, lorsque la demande

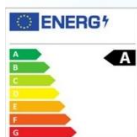
en électricité est faible. Vous soulagerez ainsi le réseau électrique.



- ** Pour laver la vaisselle à la main**, chauffez l'eau dans une bouilloire et utilisez une petite **bassine** afin d'éviter que l'eau ne refroidisse trop vite. Ainsi, vous n'avez pas à gaspiller du chauffage pour une trop petite quantité d'eau, et, si vous disposez d'une installation photovoltaïque, vous pouvez utiliser l'énergie solaire pendant la journée.
- Les nouveaux chauffe-eaux électriques instantanés, qui peuvent être raccordés directement au robinet, aussi, éviteront de solliciter votre système de chauffage.

Réfrigérateur, congélateur

- ***** Le service **Kühlcheck** sur www.co2online.de (disponible seulement en allemand) vous permet de déterminer s'il est financièrement intéressant de remplacer votre ancien réfrigérateur et quel nouvel appareil pourrait convenir.



- ***** Si vous envisagez l'achat d'un nouveau réfrigérateur ou congélateur, privilégiez un appareil de la **meilleure classe d'efficacité énergétique** (voir ci-dessus).



- **** Un **réfrigérateur** ou un **congélateur** doit être si possible placé dans un **endroit frais**, mais à l'abri du gel. Pour chaque degré en moins dans l'air ambiant, vous économisez jusqu'à 6 % d'électricité. Par exemple, l'appareil ne doit en aucun cas se trouver à proximité d'une cuisinière, d'une machine à laver, d'un lave-vaisselle, voire d'une installation de chauffage ou d'un ballon d'eau chaude. Si vous ne pouvez pas faire autrement, ajoutez une isolation.



- ** Réglez le **réfrigérateur** à la **bonne température** : **7 °C dans les compartiments supérieurs** suffisent amplement pour la plupart des aliments. Ce réglage garantit une température de 4 à 5 °C dans les compartiments inférieurs de la majorité des réfrigérateurs. C'est là que seront conservés les aliments plus sensibles comme le poisson, la viande ou la charcuterie. Certains produits sont à garder de préférence en dehors du réfrigérateur, car ils perdent en saveur à basse température. C'est le cas notamment des tomates, des concombres, des agrumes et de beaucoup de fruits tropicaux.



- ** Si une **épaisse couche de glace** s'est formée à l'intérieur de votre congélateur, l'appareil consomme plus d'électricité et **doit être dégivré**. Une épaisseur de seulement 5 mm augmente votre consommation d'environ 30 %. Une astuce efficace pour lutter contre la formation de givre et de glace : conservez vos aliments dans des emballages hermétiques au réfrigérateur ou au congélateur.
- ** Environ tous les deux ou trois ans, déplacez vos appareils et **nettoyez l'échangeur thermique** (généralement de couleur noire) à l'arrière de ceux-ci. Pour les appareils encastrés, passez l'aspirateur par le haut dans les fentes d'aération. Selon le degré d'encrassement, vous économiserez jusqu'à 50 % d'énergie.
- ** Pour **éviter l'accumulation de chaleur** et assurer une circulation d'air suffisante, la distance entre l'échangeur thermique et le mur doit être d'au moins 5 cm.

- ** Si vous utilisez d'**anciens appareils à forte consommation** pour vos fêtes, assurez-vous que ceux-ci soient débranchés après l'évènement !
- ** Évitez d'acheter des **petits appareils réfrigérants, souvent très énergivores**, comme des minibars ou des frigos à vin. Ces appareils consomment souvent trop d'électricité et sont inutiles dans la plupart des ménages !
- ** **Contrôlez régulièrement l'étanchéité des portes** des réfrigérateurs et des congélateurs. Pour cela, placez une lampe de poche dans l'appareil et éteignez la lumière. Si le joint de la porte laisse passer la lumière, il doit être nettoyé ou remplacé.
- * Après vous être servis dans le réfrigérateur, **refermez la porte le plus rapidement possible** afin de réduire l'afflux d'air chaud entrant dans l'appareil.
- * Ne mettez **en aucun cas des aliments ou boissons dans le réfrigérateur lorsqu'ils sont chauds !**

**Laver,
sécher,
aspirer**

- *** En étendant **son linge sur une corde plutôt qu'en utilisant un sèche-linge**, un foyer de 4 personnes peut économiser environ 480 kWh par an. Si vous n'utilisez pas de sèche-linge et que vous pouvez sécher votre linge à l'extérieur en été, privilégiez un essorage à basse vitesse. Avantages : usure moindre des fibres des vêtements, moins de plis, donc moins de repassage et un gain de temps.
- ** **Accrochez le linge sur une corde ou sur des**

cintres en soirée. L'air humide rendra les vêtements plus doux et plus lisses, réduisant ainsi le besoin de repassage. Ainsi, en repassant votre linge la matinée, vous consommerez moins d'énergie, car vous n'avez pas besoin d'utiliser la vapeur.

N'oubliez pas de décrocher vos vêtements vers midi. Ainsi, vous évitez que vos vêtements ne décolorent au soleil. Par ailleurs, les taches peuvent souvent être éliminées de manière ciblée.



- *** Si vous possédez un chauffage par pompe à chaleur avec production d'eau chaude ou une installation solaire thermique et que vous envisagez l'achat d'un nouvel appareil, optez pour une **machine à laver avec raccordement à l'eau chaude**.



- *** Si vous utilisez un **sèche-linge**, choisissez une machine à laver dont la vitesse d'essorage est d'au moins 1 200 tours par minute. Lors de **l'achat d'un nouvel appareil**, privilégiez un **sèche-linge avec chauffage par pompe à chaleur** en raison de sa faible consommation.

- ** N'oubliez pas de **nettoyer régulièrement le filtre à peluches**, sinon le sèche-linge aura besoin de plus de temps et utilisera plus d'énergie.



- *** Lavez le linge à **la température la plus basse possible** et utilisez le cycle court si le linge est peu sale.



- ** **Lavez moins souvent vos vêtements**. En effet, les mettre à aérer sur le balcon ou le rebord de la fenêtre est généralement suffisant. De même, **il n'est pas indispensable de repasser sous-**

vêtements, draps de lit, serviettes de bain, etc.

** Repasser à haute température les **vêtements** (ex. : t-shirts) **en tissus extensibles** tels que le lycra, l'élasthanne, etc., va les abimer et vous devrez les repasser à chaque fois.

* **Passez moins l'aspirateur**, utilisez plutôt un balai. Ainsi, vous économiserez de l'énergie !

Éclairage



*** **Remplacez vos ampoules à incandescence et halogènes par des ampoules LED**, en particulier si leur durée d'allumage annuelle est importante. Ces dernières utilisent seulement 1/5 voire 1/6 de l'énergie consommée par les ampoules halogènes et à incandescence.



* Il n'y a pas de petites économies : achetez des **lampes solaires de bonne qualité**, rechargez-les en les exposant à la lumière durant la journée, et utilisez-les afin d'éclairer vos cages d'escaliers par exemple. Des lampes à détecteur de mouvement branchées dans le couloir, faisant office de lampes de poche en cas de coupure de courant, éclairent suffisamment pour constituer une alternative à l'éclairage habituel. Et vous pouvez souvent en trouver à bas prix en magasin. Vous pouvez également placer des lampes solaires dans vos pots de fleurs sur le rebord de la fenêtre pour qu'elles se rechargent et servent ensuite d'éclairage.



Petit jeu pour se familiariser avec les écogestes : si quelqu'un est surpris en quittant une pièce sans y éteindre la lumière ou les appareils électriques, il doit payer une petite amende. Les enfants surveillent les parents et

inversement. Ces petits gestes permettent de faire des économies importantes et une sortie peut même être envisagée en guise de récompense.



- *** Installez des **systèmes d'éclairage qui s'éteignent automatiquement à des heures définies** dans la cour de votre habitation. Par exemple au niveau du couloir, des entrées, des garages, des places de stationnement, des caves, etc. Cela est particulièrement intéressant pour l'habitat collectif.

Télé-
travail,

multi-
média



- *** Important : **évittez de laisser vos appareils en mode veille !** Dans la plupart des ménages, ordinateurs, imprimantes, écrans, téléviseurs, consoles de jeux et chaînes hi-fi consomment plus d'électricité lorsqu'ils ne sont pas utilisés que lorsqu'ils le sont. Utilisez des **prises ou multiprises avec interrupteur individuel**, car la plupart des appareils ne possèdent pas d'interrupteur. Avantage supplémentaire : une fois la multiprise débranchée, les appareils sont protégés en cas d'orage.



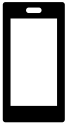
- *** Lors de l'achat d'un nouvel ordinateur, demandez-vous si vous avez vraiment besoin d'un **PC gamer à forte consommation** ou si un **ordinateur portable**, un **mini-PC** ou un **ordinateur de bureau** (qui intègre généralement la technologie des portables) est suffisant. Ils consomment beaucoup moins d'énergie qu'un ordinateur à tour.



- ** **La nuit, coupez le wifi** (si vous n'en avez pas besoin pour d'autres raisons). Presque tous les routeurs modernes ont cette fonctionnalité : activez la **désactivation programmée** du wifi.



- ** Activez les fonctions d'économie d'énergie de votre PC, aussi bien le mode « économie d'énergie » que le mode « veille », surtout si vous quittez régulièrement votre bureau. Configurez votre appareil pour qu'il bascule sur l'un de ces modes après 15 minutes d'inactivité. Notons que ces fonctions diffèrent l'une de l'autre : en mode « économie d'énergie », l'ordinateur utilise encore de l'énergie, alors que le mode « veille » est comparable à l'arrêt de l'appareil. Par ailleurs, l'utilisation d'un **écran de veille** pour votre ordinateur n'est pas une mesure d'économie d'énergie. L'écran et la carte graphique consomment même plus d'énergie pour les images colorées et dynamiques !



- * Pour ne pas être dérangé la nuit et pour recharger moins souvent votre **portable**, activez le **mode avion** ou éteignez-le complètement. Débranchez vos appareils inutilisés, ils pourraient être de gros consommateurs d'énergie sans que vous ne le sachiez.

Nos sponsors:



Sparkassenstiftung
Südliche Weinstraße



VR Bank Südpfalz

Impressum

Initiative Südpfalz-Energie e.V. (ISE e.V.)

Président: Wolfgang Thiel

Schaidter Weg 7

76872 Hergersweiler

Téléphone: +49 6349 929560

Mobile: +49 172 7419812

Mail: wolfgang@thiel-wt.de

www.i-suedpfalz-energie.de



2e édition: déc. 2022