

Pénurie d'électricité

L'annonce de coupure d'électricité pour cet hiver devrait nous pousser à adopter les bons gestes afin de réduire notre consommation, mais aussi notre facture.

Voici quelques exemples

Votre chauffage

19°C, une température agréable

Lorsqu'on est entouré de surfaces et de meubles aux mêmes températures, on peut se sentir à l'aise à 19°C, même près des fenêtres.

Quand les radiateurs font du bruit, c'est qu'il y a de l'air dans le système de chauffage. En purgeant le réseau et en vérifiant le niveau d'eau, notamment au début de la saison froide, vous pouvez réduire jusqu'à 15% de la consommation d'énergie de chauffage.

Réglage facile du chauffage

Vérifiez que le régime « nuit » de votre chauffage s'active une heure avant d'aller au lit et se déclenche une heure avant le réveil. Cette programmation devrait être 3 à 4 degrés plus bas que la température de jour.

Libérons nos radiateurs

Pour ceux qui ont des radiateurs, il est important de ne rien poser dessus, ni d'avoir un meuble trop près ou de le couvrir d'un rideau. Cela empêcherait la diffusion de la chaleur dans la pièce, obligeant ainsi à faire fonctionner le chauffage plus longtemps pour atteindre la température souhaitée.

Bien calfeutré la nuit, au soleil le jour

Durant les périodes froides, il est possible de conserver un peu de chaleur à l'intérieur en fermant les volets, stores ou rideaux durant la nuit. A contrario, ouvrez-les lors de belles journées pour profiter de la chaleur du soleil, même en hiver.

Chaud dans votre local technique ?

Votre eau

Robinet d'eau chaude à surveiller

Vérifiez que la température de sortie de l'eau chaude sanitaire soit entre 55 et 60°C. Plus haute, l'énergie consommée et gaspillée et il y a un risque de formation rapide de tartre dans le chauffe-eau. Plus basse, il est possible que certains microorganismes se développent, par exemple les légionnelles. Enfin, est-ce bien utile d'ouvrir le robinet d'eau chaude pour une très brève utilisation sachant qu'il faudra attendre un moment avant d'avoir de l'eau à la température élevée ?

Votre cuisine

Gros consommateur : le four

En choisissant la fonction de chaleur tournante, c'est facilement 15% d'énergie consommée en moins par rapport aux autres modes de chauffage du four. Sans ouvrir la porte, il est aussi astucieux de profiter de la chaleur résiduelle en éteignant l'appareil cinq minutes avant la fin de la cuisson.

Eau bouillante à la cuisine

Couvrir les casseroles quand vous cuisinez

Un réfrigérateur est réglé à 5 °C au maximum et devrait être placé dans un endroit frais et aéré, ni près du four, ni collé à un mur : il faut une bonne circulation d'air à l'arrière de l'appareil. Vous devez ressentir une résistance à l'ouverture de la porte, signe que le joint est parfaitement étanche. Toujours laisser refroidir les aliments avant de les ranger ; mais c'est possible d'y mettre les produits congelés pour les faire décongeler lentement tout en profitant du froid.

Congélateur régler la température sur -18 °C au minimum. Ne surtout pas laisser s'accumuler du givre à l'intérieur

Bouilloire électrique pour rapidement chauffer une petite quantité d'eau de la manière la plus économique

Votre buanderie

Du linge propre

Les habits et le linge courant se lavent très bien à basse température. En optant pour un programme à maximum 30°, c'est de l'énergie économisée.

Le sèche-linge est un gros consommateur d'électricité. Il est donc préférable de faire sécher la lessive à l'air, à l'extérieur ou à l'intérieur. Même en hiver, les basses températures ne sont pas forcément liées à un taux d'humidité élevé, ce qui empêcherait le séchage. Et si c'est le cas, un séchage dans l'appartement à cette saison permet de rendre l'air intérieur moins sec, remplaçant un humidificateur.

Vos activités

Réglages du grand écran

Ne jamais oublier que c'est la taille de l'écran qui définira sa consommation d'électricité

Les réglages peuvent aussi avoir une influence, notamment ceux qui accentuent les couleurs et les contrastes : la fonction High Dynamic Range augmente par exemple la consommation électrique de 70%

Stop au mode veille

Le standby est la perte inutile d'énergie d'un appareil lorsque celui-ci est en mode veille, en mode attente

Télécharger plutôt que streamer

Pour savourer un film ou une série, le téléchargement légal est à privilégier au streaming. Il en va de même pour la musique. En outre, le wifi consomme 23 fois moins d'énergie que la 4G.

Votre logement

Prévoir d'isoler davantage son logement

Source: Groupe E

Lien: <https://www.groupe-e.ch/fr/penurie-energie/les-bons-gestes>

Nos cinq meilleurs conseils

Baissez le chauffage

La température des pièces ne devrait jamais dépasser 20 °C. En la réduisant de 1 °C, vous économisez jusqu'à 10% d'énergie de chauffage.

Cuisez couvert

Lors de la cuisson, une grande partie de l'énergie s'évapore. Placez toujours un couvercle sur la casserole pour la retenir. En plus, cela accélère la cuisson.

Eteignez les lumières

Une lumière allumée dans une pièce vide gaspille inutilement de l'énergie. Éteignez les lampes lorsque vous quittez une pièce.

Eteignez correctement les appareils

Les ordinateurs, les téléviseurs et les machines à café consomment de l'énergie même lorsqu'ils sont en mode veille ou en mode sommeil. Éteignez donc toujours complètement ces appareils.

Optez pour la douche plutôt que le bain

En ne prenant que de courtes douches pas trop chaudes, vous économisez beaucoup d'eau chaude. Une température de 37 °C est idéale pour le corps et pour les économies d'énergie.

Source: Confédération, DETEC

Lien:

<https://www.suisseenergie.ch/programmes/stop-gaspillage/menages-privés/>