

COMMENT ?

Réduire sa facture d'électricité



CLÉS POUR AGIR



ÉLECTRICITÉ : CE QUI CONSOMME CHEZ NOUS

P. 4

GARDER UN ŒIL SUR SES CONSOMMATIONS

P. 6

FAIRE DES ÉCONOMIES DE CHAUFFAGE

P. 8

CHAUFFE-EAU : 1/3 D'ÉCONOMIE POTENTIELLE

P. 10

VEILLER AUX CONSOMMATIONS INSOUÇONNÉES

P. 12

ÉLECTROMÉNAGER ET ÉCLAIRAGE : LA CHASSE AUX GASPILLAGES

P. 14

LES RÉFLEXES UTILES À L'ACHAT

P. 17

POURQUOI NE PAS PRODUIRE SA PROPRE ÉLECTRICITÉ ?

P. 19



Ce document est édité par l'ADEME | 20, avenue du Grésillé | 49000 Angers

Conception graphique : bearideas - Rédaction : agence Giboulées - Illustrations : Claire Lanoë - Photos : couverture : © Pixel-Shot/Shutterstock ; page 9 : © Michel GAILLARD/REA ; page 13 : © LMonkey Business Images/Shutterstock ; page 14 : © Hamik/Shutterstock ; page 15 : © SpeedKingz/Shutterstock ; page 17 : © goodluz/Shutterstock ; page 19 : © Animaflora PicsStock/Shutterstock - Impression : L'Artésienne

POURQUOI RÉDUIRE NOS CONSOMMATIONS ?

Ces dernières années, l'efficacité énergétique de nos équipements (réfrigérateur, lave-linge, lave-vaisselle, éclairage...) s'est considérablement améliorée, nos logements mieux isolés commencent à réduire leurs besoins de chauffage et les efforts d'économie de tous font diminuer légèrement la consommation d'électricité des foyers depuis quelques années¹. Cependant, l'augmentation du nombre d'appareils électriques à la maison compense ces baisses : plusieurs ordinateurs et téléviseurs par foyer, de plus en plus d'installations de climatiseurs, de piscine, de caméras de surveillance...

Nous avons pourtant plus d'une raison de maîtriser nos consommations. Les prix de l'électricité augmentent, avec des répercussions importantes sur le budget de nombreux foyers. De plus, il faut éviter les pics de consommation pour sécuriser la production et la distribution d'électricité en France, alors que de nouveaux besoins apparaissent (comme les véhicules électriques).

Alors si on faisait le point et qu'on changeait un peu nos habitudes ? Réduire ses consommations d'électricité, c'est possible ! Il suffit, la plupart du temps, d'être attentif et de bien choisir, utiliser et entretenir ses appareils. À petits gestes, grands bénéfices !

Les Français pensent posséder **34 APPAREILS ÉLECTRIQUES PAR FOYER**. Ils en possèdent en réalité **99** !

Source : Quantification des équipements électriques et électroniques au sein des ménages, IPSOS pour OCAD3E, 2016.

Pour **84 %** des Français, **LES FACTURES D'ÉNERGIE REPRÉSENTAIENT UNE PART IMPORTANTE DE LEUR BUDGET EN 2023**

Source : Baromètre énergie-info 2023 du médiateur national de l'énergie.



¹Source : PANEL ELECDOM 2020-2024.

ÉLECTRICITÉ : CE QUI CONSOMME CHEZ NOUS

Nous utilisons de plus en plus d'appareils électriques et électroniques à la maison, parfois 24 h/24. Le point sur ce qui pèse sur la facture.

UN PRIX DE L'ÉLECTRICITÉ EN HAUSSE CONSTANTE

Le tarif réglementé de l'électricité a augmenté de **+ 9,5 %** au 1^{er} février 2024, après avoir déjà augmenté en février et en août 2023.

Une augmentation qui devrait perdurer.

CHAUFFAGE ET EAU CHAUDE : QUE CONSOMMENT-ILS ?

Ils représentent près des 3/4 des dépenses énergétiques d'un logement

Chauffage électrique :

— En maison :

4 312 kWh/AN
(1085 €) en moyenne¹

— En appartement :

1 719 kWh/AN
(433 €) en moyenne¹

Eau chaude sanitaire :

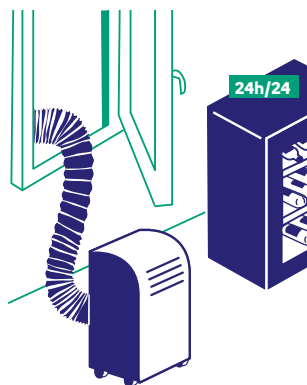
— Ballon d'eau chaude électrique (200 litres) :

1 264 kWh/an
(318 €) en moyenne²

¹ Source : PANEL ELECDOM, ADEME, 2021.

² Source : PANEL ELECDOM, ADEME, 2024.

³ Source : baromètre Arcep 2023.



VEILLES : DES CONSOMMATIONS CACHÉES

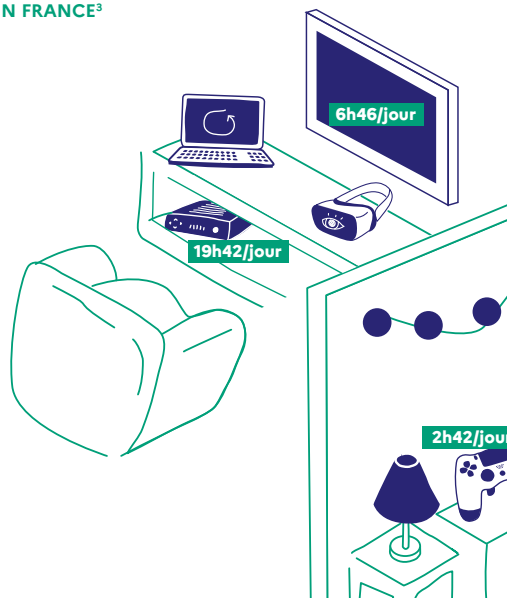
= **JUSQU'À 15 %** DE LA FACTURE D'ÉLECTRICITÉ (HORS CHAUFFAGE ET EAU CHAUDE), **SOIT PLUS DE 100 €/AN**

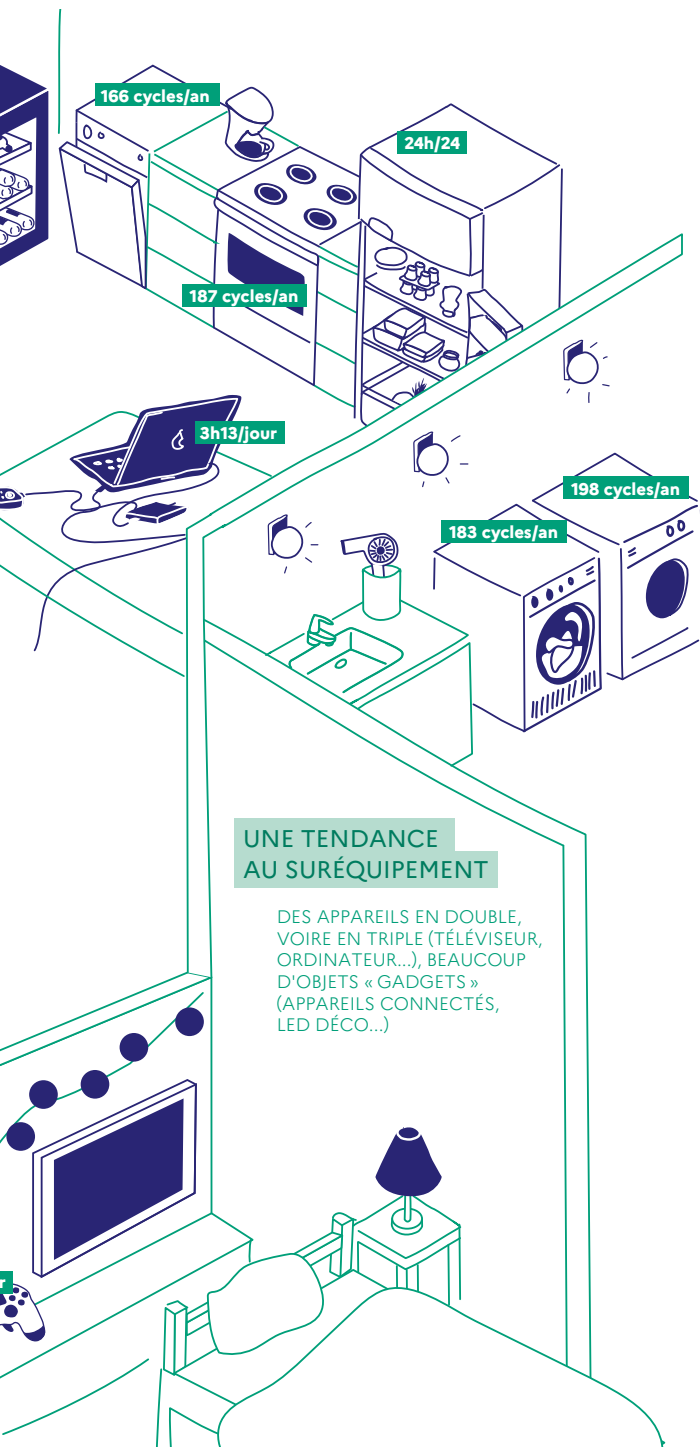
UNE SEULE MACHINE À EXPRESSO NON DÉBRANCHÉE (EN VEILLE CACHÉE) = **3 À 4 €/AN**

LE POIDS CROISSANT DU NUMÉRIQUE

ENVIRON **10 ÉQUIPEMENTS NUMÉRIQUES AVEC ÉCRAN/FOYER EN FRANCE³**

10 % DE LA CONSOMMATION ÉLECTRIQUE FRANÇAISE LIÉE AUX SERVICES NUMÉRIQUES





UNE TENDANCE AU SURÉQUIPEMENT

DES APPAREILS EN DOUBLE, VOIRE EN TRIPLE (TÉLÉVISEUR, ORDINATEUR...), BEAUCOUP D'OBJETS « GADGETS » (APPAREILS CONNECTÉS, LED DÉCO...)

10 APPAREILS ÉNERGIVORES

(consommations d'électricité moyennes à l'année)

- Four électrique (64 litres) → 133 kWh (33 €)
- Lave-vaisselle (12 couverts) → 141 kWh (35 €)
- Téléviseur (principal) → 152 kWh (38 €)
- Plaque de cuisson vitrocéramique → 178 kWh (45 €)
- Sèche-linge (7 kg) → 181 kWh (46 €)
- Cave à vin électrique → 199 kWh (50 €)
- Cuisinière électrique → 201 kWh (51 €)
- Réfrigérateur simple (220 litres) → 201 kWh (51 €)
- Congélateur (180 litres) → 296 kWh (74 €)
- Réfrigérateur combiné (320 litres) → 328 kWh (83 €)

Source des données en kWh et des calculs en euros : Étude ADEME PANEL-ELECDOM (2020 à 2023), avec un prix de l'électricité à 0,2516 € le kWh au 1^{er} septembre 2024 (tarifs réglementés d'EDF pour les compteurs de 6 kVA avec option de base).



GARDER UN ŒIL SUR SES CONSOMMATIONS

Des équipements et outils aident à mesurer et à analyser sa consommation électrique pour faire mieux et moins.

LES COMPTEURS INTELLIGENTS

Les compteurs communicants d'électricité permettent de suivre quotidiennement ses consommations et de mieux les maîtriser. En plus d'accéder à des services et conseils personnalisés en ligne, il est possible de relier son compteur à des équipements de pilotage du chauffage par exemple, pour bénéficier des meilleurs tarifs. Autre avantage : les factures se basent désormais sur les consommations réelles et non sur des estimations.

Aujourd'hui, près de **100 % DES FOYERS FRANÇAIS SONT DOTÉS D'UN COMPTEUR COMMUNICANT D'ÉLECTRICITÉ**

DE L'ÉLECTRICITÉ VERTE ?

Les offres d'électricité « verte » représentent aujourd'hui 70 % des contrats proposés en France, et la demande est croissante. Mais attention : toutes ne garantissent pas que l'électricité achetée provient d'énergies renouvelables. Pour choisir votre fournisseur en toute transparence, fiez-vous au label VertVolt lancé par l'ADEME : agirpoumlatransition.ademe.fr/particuliers/vertvolt



CONSOMMER L'ÉLECTRICITÉ AU BON MOMENT

En France, l'électricité est produite majoritairement par les centrales nucléaires et les énergies renouvelables. Il arrive qu'une production complémentaire soit nécessaire quand la demande d'électricité est importante. Dans ce cas, des centrales thermiques brûlant du gaz (ce qui émet des gaz à effet de serre) sont mises en route pour produire de l'électricité. Pour éviter cela, il est important de décaler l'usage de ses machines en dehors des heures de pointe (de 7 h à 11 h le matin et de 18 h à 20 h le soir).

En téléchargeant l'application monecowatt, développée par RTE et l'ADEME, vous êtes informés à chaque instant de la consommation générale par des signaux vert, orange et rouge. Si la demande est trop élevée, un SMS vous incite à réduire ou décaler vos consommations. Pour s'inscrire gratuitement à l'alerte, rendez-vous sur : www.monecowatt.fr. Enedis propose également un outil pour se renseigner sur les coupures de courant : coupures-exceptionnelles.enedis.fr.

EN SAVOIR +



Simulez votre consommation d'électricité avec Watttris : watttris.ademe.fr

PETITS OUTILS, GROSSES ÉCONOMIES !

Pour rester maître de ses consommations d'électricité,
ce ne sont pas les solutions qui manquent !



Des thermomètres

pour juger à tout moment si la température est adéquate dans chacune des pièces de la maison. Si vous avez froid alors que la température est suffisante, c'est sûrement que votre maison est humide ou trop peu isolée.

Une multiprise à interrupteur

pour éteindre simultanément tous vos équipements et éviter ainsi qu'ils restent en veille.



Une prise programmable mécanique

pour automatiser la mise en marche et l'arrêt de vos appareils électriques. Et si vous bénéficiez d'une tarification horaire, pensez à utiliser vos équipements en heures creuses pour payer moins cher !



Un wattmètre

pour mesurer la consommation d'un appareil électrique à un moment précis.



Les espaces et applis en ligne

- **Le site du fournisseur d'électricité et l'espace client** pour suivre finement ses consommations, les comparer en fonction des périodes de l'année et avec d'autres ménages, fixer un seuil de consommation...
- **Les applications de domotique** pour programmer ses équipements connectés selon différents scénarios (absence prolongée, différenciation entre semaine et week-end...).



FAIRE DES ÉCONOMIES DE CHAUFFAGE

Le chauffage représente 66 % des consommations énergétiques à la maison. Comment éviter des factures trop élevées quand on se chauffe à l'électricité ?

LA PRIORITÉ : MIEUX ISOLER SON LOGEMENT

Coûteux à l'usage, le chauffage électrique peut vite faire grimper la facture dans un logement laissant facilement s'échapper la chaleur. L'isolation permet de réduire les déperditions par le toit, les murs, les fenêtres et les planchers bas et d'éviter les infiltrations d'air. C'est la solution numéro 1 pour réduire la facture de chauffage.

EN SAVOIR +



Guide
Comment isoler sa maison ?



**1 °C EN MOINS
= 7 % D'ÉCONOMIES**

Un **THERMOSTAT PROGRAMMABLE** permet de réaliser en moyenne **15 % D'ÉCONOMIE D'ÉNERGIE POUR SE CHAUFFER**

UN THERMOSTAT POUR RÉGULER ET PROGRAMMER LE CHAUFFAGE

Disposer d'un thermostat programmable pour ses radiateurs ou son système de plancher chauffant électrique est un incontournable. Filaire, sans fil ou connecté au smartphone pour un pilotage à distance, il permet de maintenir le logement à la température choisie mais aussi de moduler le chauffage selon ses besoins au cours de la journée et de la semaine. Pour une courte absence, mieux vaut réduire la température de quelques degrés. Et en cas d'absence prolongée, utiliser le mode hors gel.

LES TEMPÉRATURES RECOMMANDÉES

Dans le logement, la température moyenne doit être au maximum de 19 °C mais elle peut être modulée selon vos besoins.

- Pièces de vie : 19 °C lorsqu'elles sont occupées, 16 à 17 °C le reste du temps ;
- Chambre : 17 °C la nuit et lorsqu'elle est inoccupée, 19 °C lorsqu'elle est occupée en journée ;
- Salle de bains : 22 °C pendant la toilette, 16 à 17 °C le reste du temps.

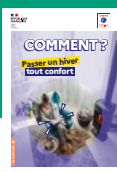
REPLACER SES VIEUX RADIATEURS ÉLECTRIQUES

Comparés aux anciens modèles, les radiateurs dernière génération procurent un meilleur confort et sont plus faciles à régler pour éviter de surconsommer. Ce qui les distingue ? Les convecteurs anciens émettent de l'air chaud (qui a tendance à monter vers le plafond), alors que les radiateurs modernes diffusent davantage par rayonnement. Certains emmagasinent même la chaleur, grâce à des matériaux comme la pierre réfractaire par exemple. Ils renvoient donc la chaleur dans la pièce de manière plus homogène et sur une plus longue période.

DES RÉFLEXES UTILES POUR RESTER AU CHAUD

- Fermer les volets et/ou les rideaux la nuit.
- Éviter de placer des meubles ou des rideaux devant les radiateurs, ou d'y faire sécher du linge, pour que la chaleur circule bien.
- Limiter les infiltrations d'air parasites, en vérifiant notamment l'étanchéité des fenêtres et des portes.
- Porter un bon pull en hiver pour se sentir bien plutôt que de monter le chauffage.

EN SAVOIR +



Guide
*Comment passer
un hiver tout confort ?*

LE BON PLAN : MIXER LES ÉNERGIES

En utilisant une énergie renouvelable, vous pouvez moins solliciter votre chauffage électrique et réduire ainsi votre facture d'électricité.



Un chauffage d'appoint au bois

(insert, foyer fermé ou poêle à bois) : en plus de maintenir un bon confort quand le chauffage principal est éteint, il utilise un combustible renouvelable et souvent local, plus économique que l'électricité.



Une pompe à chaleur air/air

pour remplacer de vieux radiateurs, électriques notamment.

EN SAVOIR +



Guide
Changer de chauffage



CHAUFFE-EAU : 1/3

D'ÉCONOMIE POTENTIELLE

Sachant qu'une partie de l'eau est chauffée inutilement, c'est un potentiel d'économies qui s'offre à vous !

TROIS SOLUTIONS TRÈS FACILES À INSTALLER

Des équipements peu onéreux peuvent vous permettre de réduire les consommations de votre chauffe-eau jusqu'à 33 % :

- **les réducteurs de débit** sur chaque robinet (mousseurs) et dans la douche (douchette économe) pour consommer moins d'eau et d'énergie (40 €/an d'économie en moyenne) ;
- **un thermostat électronique** relié au ballon d'eau chaude pour adapter la température de consigne à vos besoins (31 €/an d'économie en moyenne) ;
- **une jaquette isolante** autour du ballon d'eau chaude pour limiter les déperditions de chaleur (21 €/an d'économie en moyenne).

Un chauffe-eau électrique classé A+ = **150 €/AN D'ÉCONOMIE EN MOYENNE** par rapport à des appareils moins performants

LES CHAUFFE-EAU THERMODYNAMIQUES consomment en moyenne **2,2 X MOINS D'ÉNERGIE QUE LES MODÈLES ÉLECTRIQUES LES PLUS RÉPANDUS**

Source : Pratiques et consommation d'eau chaude sanitaire : enseignements d'une expérimentation sociotechnique dans le secteur domestique, ADEME, mai 2021.

NE PAS CHAUFFER TROP D'EAU

Pour optimiser votre consommation énergétique, optez pour un ballon d'eau chaude dont le volume correspond précisément à vos besoins quotidiens. Vous pourrez toujours forcer la production d'eau chaude lors des rares périodes où votre consommation augmente.

Privilégiez également la classe la plus performante sur l'étiquette énergie lors de l'achat d'un chauffe-eau et utilisez la fonction « SMART » pour ajuster automatiquement la production d'eau chaude à votre consommation.

CONNAISSEZ-VOUS LES CHAUFFE-EAU FONCTIONNANT AUX ÉNERGIES RENOUVELABLES ?

Les chauffe-eau thermodynamiques et les chauffe-eau solaires individuels (CESI) sont beaucoup plus économiques que les ballons classiques. Ils sont capables de produire une bonne partie, sinon la totalité, de l'eau chaude sanitaire tout au long de l'année.

DES RÉFLEXES ÉCONOMES AU QUOTIDIEN

Régler la température de l'eau

pour réduire la dépense d'énergie tout en limitant les risques de brûlure, le développement de bactéries pathogènes et l'accumulation de calcaire. Faire intervenir un plombier si besoin.



Prendre des douches courtes

et couper l'eau pendant le savonnage.

Fermer les robinets mitigeurs à droite

pour éviter de solliciter inutilement le chauffe-eau à chaque fois que l'on ouvre les robinets.



Détartre régulièrement

le chauffe-eau et effectuer une vérification régulière de la soupape de sécurité sur l'arrivée d'eau froide pour éviter tout risque de fuite.

AVANT DÉPÔT DANS L'APPAREIL,
FROTTER PLUTÔT QUE RINCER



Ne pas prélever la vaisselle

lorsque l'on possède un lave-vaisselle. Utiliser une brosse pour frotter les restes alimentaires plutôt que de passer la vaisselle sous l'eau chaude.



VEILLER

AUX CONSOMMATIONS INSOUPÇONNÉES

De plus en plus présents à la maison et parfois en fonctionnement 24 h/24, certains appareils consomment plus qu'on ne le croit. Alors gare au suréquipement et place à la sobriété !

DES CLIMATISEURS TRÈS ÉNERGIVORES !

L'achat d'un climatiseur doit être une solution de dernier recours. Ces appareils peuvent consommer beaucoup d'énergie : la part d'électricité consacrée à climatiser les foyers français est devenue supérieure à celle dédiée à l'éclairage. Pourtant, des gestes simples peuvent permettre de vivre dans une maison confortable pendant tout l'été. Si toutefois vous décidez d'investir, évitez les appareils mobiles qui nécessitent de laisser une porte ou une fenêtre ouverte pour faire passer la gaine d'évacuation. Pour limiter la facture, repérez les équipements les plus efficaces grâce à l'étiquette énergie (classés A+++).

Déjà équipé d'un climatiseur ? Utilisez la climatisation uniquement lorsque la température de la pièce dépasse 26 °C, en respectant un écart de 5 ou 6 °C maximum avec l'extérieur afin d'éviter tout choc thermique.

Un climatiseur mobile de classe A **ENGENDRE UN COÛT DE PLUS DE 130 € POUR 1 MOIS D'UTILISATION, SOIT JUSQU'À 2,5 X PLUS QU'UN CLIMATISEUR FIXE ET PRÈS DE 30 X PLUS QU'UN VENTILATEUR !**

ÉQUIPEMENTS CONNECTÉS : ILS CONSOMMENT EN CONTINU

Box, ordinateurs, télévisions... Souvent laissés en veille ou en pause, ces appareils consomment inutilement de l'électricité. D'autant plus lorsque l'on en possède certains en double, voire en triple. La bonne astuce : les relier à une multiprise à interrupteur avec les autres appareils connectés alentours, pour les mettre hors tension en même temps. En éteignant sa box lorsque l'on ne s'en sert pas (la nuit entre autres), on peut ainsi économiser jusqu'à 30 € par an !

10 % de la consommation électrique française **EST LIÉE AUX SERVICES NUMÉRIQUES**

LA CONSOMMATION D'UNE BOX INTERNET EST DE 92 kWh/AN

Source : PANEL ELECDOM, ADEME, 2023.

EN SAVOIR +



Guide
Comment adopter la sobriété numérique ?

POURQUOI VAUT-IL MIEUX DÉBRANCHER SES CONSOLES ?

Mises à jour automatiques et téléchargements en fond, reprise immédiate de la partie... Tout comme les téléviseurs connectés, les consoles de jeux dernière génération ne s'éteignent plus vraiment. Durant leur cycle de vie, 91 % de l'énergie qu'elles consomment se fait en veille ou à l'arrêt, et non en marche ! La solution : sauvegarder la partie puis mettre la console hors tension.



PLUS ON S'ÉQUIPE, PLUS ON ALOURDIT LA FACTURE

Selon une étude de l'ADEME menée auprès d'une centaine de foyers français, certains équipements consomment beaucoup sur une année ! Quelques exemples de consommations :

Une pompe de piscine :



1 615 kWh/AN
(406 €/AN)

Près de 10 % des foyers français possèdent une piscine. Attention au surdimensionnement des pompes de filtration et aux durées de fonctionnement souvent trop importantes !

Un déshumidificateur d'air :



1 400 kWh/AN
(352 €/AN)

Dans une cave très humide toute l'année, soit 43 % de la consommation totale du logement étudié !

Un gros aquarium :

724 kWh/AN
(182 €/AN)



En moyenne pour les modèles avec éclairage et chauffage, lorsque les plus petits (avec juste une pompe) consomment 32 kWh/an (7 €/an).

Une caméra de surveillance (WI-FI) :



JUSQU'À
225 kWh/AN
(57 €/AN)

Une cave à vin :



199 kWh/AN
(50 €/AN)

Pour un prix de l'électricité réglementé à 0,2516 € le kWh en septembre 2024. Source : Panel elecdom.



ÉLECTROMÉNAGER ET ÉCLAIRAGE : LA CHASSE AUX GASPILLAGES

Si nos appareils sont aujourd'hui de plus en plus performants, des économies supplémentaires sont encore possibles avec quelques bons réflexes.

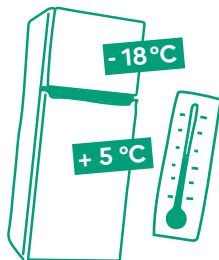
EN CUISINE

- Pendant la cuisson, mettez un couvercle sur les casseroles et les poêles pour consommer 25 % d'énergie en moins.
- Coupez les plaques électriques un peu avant la fin de la cuisson.
- Démarrez le nettoyage par pyrolyse après une cuisson au four.
- Laissez refroidir les plats avant de les mettre au réfrigérateur.
- Débranchez les petits appareils électroménagers non utilisés (cafetière, bouilloire, robots...).
- Mettez en fonctionnement le lave-vaisselle seulement lorsqu'il est plein.

- Ne placez pas le réfrigérateur ou le congélateur près d'une source de chaleur (four, radiateur, soleil direct), permettez la circulation de l'air à l'arrière et n'obstruez pas leurs entrées d'air en posant quelque chose dessus.



Laver sa vaisselle à **50 °C** ou avec le programme « éco » **CONSOMME JUSQU'À 45 % MOINS D'ÉLECTRICITÉ QU'UN PROGRAMME INTENSIF**



Les bonnes températures :
pour le **RÉFRIGÉRATEUR : ENTRE + 4 ET + 5 °C**
pour le **CONGÉLATEUR : - 18 °C**



POUR LA LESSIVE

- Ne lancez pas le cycle de lavage si le tambour n'est pas complètement rempli.
- Privilégiez le programme « éco » (désormais noté « Eco 40-60 » sur les nouveaux lave-linge) et les cycles à basse température.
- Essorez bien votre linge avant de le mettre au sèche-linge : l'extraction mécanique de l'humidité est 100 fois plus économe que l'extraction thermique pour le séchage !
- Si possible, laissez sécher votre linge à l'air libre plutôt que d'utiliser le sèche-linge. En évitant ainsi une partie des cycles, vous pouvez économiser environ 20 € par an.



Laver son linge à **30 °C** consomme **3 X MOINS D'ÉNERGIE QU'UN LAVAGE À 90 °C** et 2 x moins qu'un lavage à 60 °C



ÉCLAIRAGE : CONSERVER LES BONNES HABITUDES

Même si les ampoules à LED sont moins énergivores qu'avant, mieux vaut éviter de trop les utiliser.

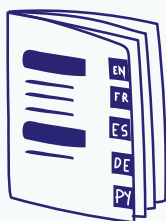
- Éteignez la lumière en quittant une pièce.
- Profitez au maximum de la lumière naturelle, en plaçant les canapés et les bureaux près des fenêtres.
- Décorez votre intérieur (murs, sols, abat-jours...) avec des couleurs claires qui réfléchissent mieux la lumière.
- Évitez les abat-jours et luminaires sombres et occultants : ce sont de gros gaspilleurs de lumière.

DES LED, OUI MAIS AVEC MODÉRATION !

Les lampes à LED consomment peu d'électricité et durent longtemps (jusqu'à 40 000 h), ce qui compense leur prix d'achat. Attention cependant aux LED purement décoratives (par exemple les LED sur les meubles...). Elles ne sont d'aucune utilité pour l'éclairage mais consomment pourtant de l'électricité.

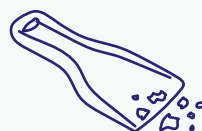
ENTREtenir SES APPAREILS, ÇA COMPTE AUSSI !

Bien entretenus, les appareils électroménagers consomment moins d'énergie, et tombent plus rarement en panne.



Lisez bien les notices d'utilisation

fournies avec l'appareil, disponibles également sur Internet ou sur simple demande au fabricant.



Nettoyez :

— **le filtre à poussière et les embouts de votre aspirateur**, une fois tous les 3 mois à l'eau tiède, et changer le sac lorsqu'il est rempli aux trois quarts.



— **les lampes**, en les dépoussiérant régulièrement afin de maintenir leur performance et augmenter leur durée de vie.

Dégivrez

votre congélateur et votre réfrigérateur une fois tous les 6 mois (ou dès que la couche de givre dépasse 3 millimètres) pour éviter les surconsommations et économiser environ 10 € par an.

Déterminez :

— **le tambour de votre machine à laver** une fois tous les 6 mois lors d'un lavage à haute température.

— **votre petit électroménager (cafetière électrique, bouilloire, fer à repasser...)** une fois tous les 3 mois.



Pour cela, utilisez du vinaigre blanc ou les produits recommandés par les fabricants.

EN SAVOIR +



Refaites le point sur des conseils d'entretien sur le site epargnonsnosressources.gouv.fr



LES RÉFLEXES UTILES À L'ACHAT

Maîtriser ses consommations d'électricité,
c'est aussi faire les meilleurs choix quand on s'équipe.

INCONTOURNABLE : L'ÉTIQUETTE ÉNERGIE

L'étiquette énergie est le repère à suivre pour comparer les appareils et faire le meilleur choix. Une nouvelle étiquette a été mise en place en mars 2021 sur les réfrigérateurs, congélateurs, appareils combinés, caves à vin, lave-vaisselle, lave-linge, téléviseurs, écrans, ampoules et LED. Elle s'appliquera aussi aux sèche-linge en juillet 2025. Plus lisible, elle intègre un QR code pour accéder à des informations complémentaires fournies par les fabricants.

Avec la nouvelle étiquette énergie, **CHAQUE MÉNAGE EUROPÉEN POURRAIT ÉCONOMISER EN MOYENNE 150 €/AN**

Source : Commission européenne, LABEL2020, 2021.

EN SAVOIR +



Découvrez la fiche
L'étiquette énergie pour
l'équipement de la maison

HALTE AU SURDIMENSIONNEMENT

Des appareils surdimensionnés sont sources de surconsommations. A-t-on vraiment besoin d'une grande cave à vin réfrigérée pour conserver seulement quelques bouteilles ? D'un sèche-linge volumineux lorsque l'on peut faire sécher son linge à l'extérieur ? Inutile d'acheter trop grand. Par exemple, pour un foyer de 2 ou 3 personnes, un réfrigérateur de 150 à 250 litres et une machine à laver de 6 kg suffisent.

Un téléviseur de **160 CM**
(longueur de diagonale)
CONSOMME AUTANT
QUE 3 OU 4 TÉLÉVISEURS
DE 80 CM



POUR MIEUX COMPARER : LE GUIDE TOPTEN

Comment s'équiper en limitant sa consommation d'électricité ? Comment choisir entre deux appareils classés A sur l'étiquette énergie, en apparence semblables ? L'éco-comparateur TopTen sélectionne objectivement les appareils les moins énergivores sur le marché. Pour une décision encore plus éclairée, vous pouvez classer les équipements souhaités en fonction de leur efficacité énergétique, ou même de leur coût global sur leur durée de vie !

EN SAVOIR +



Trouvez les appareils les moins énergivores sur guidetopten.fr

DES INFOS EN DIRECT AVEC SCAN & CHECK

Cet outil permet de comparer rapidement les appareils affichant la nouvelle étiquette énergie. Il suffit de scanner le QR code présent sur l'étiquette pour accéder à des informations complémentaires (coût de fonctionnement du produit, y compris sur le long terme...).

EN SAVOIR +



Comparez la consommation d'énergie des appareils sur tool.label2020.eu/fr

QUELS MODÈLES D'APPAREILS PRIVILÉGIER ?

Quelques exemples d'appareils moins énergivores, pour le même usage.



Les fours

à catalyse (plutôt qu'à pyrolyse, très énergivore)

à chaleur tournante (pour cuire plusieurs plats en même temps)

combinés (four + micro-ondes)



Les plaques de cuisson à induction

moins consommatrices que les plaques vitrocéramiques et classiques.

Les sèche-linge à condensation



équipés d'une pompe à chaleur à air et disposant d'une sonde d'humidité pour une veille ou un arrêt automatique lorsque le séchage est terminé.

Les réfrigérateurs combinés

(réfrigérateur et congélateur).

Ceux en classe A font économiser environ 40 € par an par rapport aux appareils les moins bien classés. Attention aux réfrigérateurs américains : ils distribuent des glaçons mais consomment deux fois plus qu'un appareil classique !





POURQUOI NE PAS PRODUIRE SA PROPRE ÉLECTRICITÉ ?

Avez-vous déjà envisagé de produire de l'électricité ?
C'est tout à fait possible grâce aux panneaux photovoltaïques à poser
chez soi ou en participant à des projets collectifs.

L'ÉLECTRICITÉ PHOTOVOLTAÏQUE, DE PLUS EN PLUS ATTRACTIVE

Autoproduire son électricité avec des panneaux solaires n'a jamais été aussi intéressant. Les raisons ? Un prix de distribution des énergies non renouvelables en hausse et des coûts de production des installations photovoltaïques en baisse. Mais pour que l'autoconsommation soit vraiment pertinente, il faut aligner ses habitudes de consommation sur les horaires où les panneaux sont les plus efficaces. Autrement dit, il vaut mieux vendre totalement l'électricité produite : c'est économiquement plus rentable.

S'ENGAGER COLLECTIVEMENT DANS LES ÉNERGIES VERTES

Soutenu par l'ADEME, le mouvement Énergie Partagée fédère, accompagne et finance les projets citoyens de production d'énergie 100 % renouvelable en France (parcs éoliens, centrales solaires...). En plus de produire de l'électricité verte, c'est un moyen d'investir et de s'investir dans la transition écologique !

Découvrez les initiatives citoyennes proches de chez vous en consultant **la carte des initiatives citoyennes**.

EN SAVOIR +



Article
Produire son électricité



Article
*Investir dans des projets
citoyens*

L'ADEME À VOS CÔTÉS

À l'ADEME — l'Agence de la transition écologique —, nous sommes résolument engagés dans la lutte contre le réchauffement climatique et la dégradation des ressources.

Sur tous les fronts, nous mobilisons les citoyens, les acteurs économiques et les territoires, leur donnons les moyens de progresser vers une société économe en ressources, plus sobre en carbone, plus juste et harmonieuse.

Dans tous les domaines — énergie, économie circulaire, alimentation, mobilité, qualité de l'air, adaptation au changement climatique, sols... — nous conseillons, facilitons et aidons au financement de nombreux projets, de la recherche jusqu'au partage des solutions.

À tous les niveaux, nous mettons nos capacités d'expertise et de prospective au service des politiques publiques.

L'ADEME est un établissement public sous la tutelle du Ministère de la Transition écologique, de l'Énergie, du Climat et de la Prévention des risques et du Ministère de l'Enseignement supérieur et de la Recherche.

agirpoulatransition.ademe.fr/particuliers

