

Electricité : des conseils pour réduire votre consommation

Ces dernières années, l'efficacité énergétique de nos équipements électriques s'est largement améliorée, et nos logements sont devenus plus performants thermiquement. Pour autant, la consommation d'électricité des Français n'a pas franchement baissé. En cause : une tendance à posséder de plus en plus d'appareils électriques à la maison, voire même à se suréquiper : ordinateurs en double ou en triple, téléviseurs, appareils électro-ménagers, sèche-linge, climatiseurs, appareils numériques, objets connectés, sèche-cheveux, aquarium, leds déco... des appareils qui – en toute objectivité – n'ont pas toujours une grande utilité et qui continuent parfois même à consommer de l'énergie quand ils sont éteints.

Dans son guide « Réduire sa facture d'électricité », l'Ademe rappelle que les Français pensent posséder 34 appareils électriques par foyer, mais ils en possèdent en réalité 99 ! Il est pourtant nécessaire de maîtriser nos consommations, et les hausses successives du coût de l'électricité nous encouragent à aller dans ce sens. En février 2024, le tarif réglementé a encore augmenté de presque 10 %.

En général, dans un logement individuel, les postes les plus énergivores sont le chauffage et l'eau chaude sanitaire, suivis par les appareils de froid, de cuisson, l'électroménager, ou encore le numérique, qui a de plus en plus d'impact sur la facture d'énergie. Voici quelques conseils concrets pour réduire les consommations d'électricité chez soi :

- La maîtrise des consommations : il est nécessaire de comprendre ses consommations pour pouvoir agir dessus.

Pour cela, on trouve de précieuses informations sur les factures d'énergie, ou via les « compteurs intelligents » installés dans la plupart des foyers et qui proposent un suivi quotidien des consommations. La majorité des fournisseurs d'énergie proposent également des conseils personnalisés sur les espaces clients en ligne. Des petits équipements comme un thermomètre, une multiprise à interrupteur, un wattmètre (pour mesure la consommation d'un appareil) ou encore une prise programmable mécanique (pour mettre en route automatiquement un appareil, par exemple pendant les heures creuses) représentent diverses solutions pour économiser l'électricité au quotidien.

- Le chauffage : environ 1/3 des foyers français utilisent l'électricité pour se chauffer. La principale solution pour réduire les consommations réside dans une bonne isolation du logement (toiture, mur, fenêtres). Si des travaux ne sont pas envisagés, un thermostat programmable permettra de maintenir le logement à température choisie et de moduler le chauffage selon des plages horaires définies. On peut aussi remplacer ses vieux radiateurs électriques, fermer les volets à la nuit tombée et utiliser des rideaux thermiques pour éviter les infiltrations d'air et l'effet paroi froide des vitres peu performantes.
- Le chauffe-eau : il représente un poste important des consommations électriques, sur lequel il est facile d'agir. On peut commencer par régler la température de l'eau entre 50 et 55°C et par isoler son ballon d'eau chaude dans les espaces non chauffés, ou encore maintenir les mitigeurs en position « eau froide » pour éviter le chauffage inutile de l'eau. En cas de renouvellement d'appareil, il est important de choisir une taille de ballon adaptée aux besoins du foyer. On peut également pencher pour un chauffe-eau

thermodynamique ou un chauffe-eau solaire qui, s'ils sont bien plus chers à l'achat, permettent d'économiser de l'énergie tout au long de l'année. On peut aussi tout simplement économiser l'eau en installant des réducteurs de débit sur chaque robinet et dans la douche (jusqu'à 33 % d'économie) et en ayant un usage raisonné de l'eau : prendre des douches courtes, couper l'eau pendant le savonnage, etc.

- L'électroménager : les appareils de froid ou de lavage sont de plus en plus performants, mais il faut savoir les utiliser correctement pour maximiser leurs rendements : remplir les appareils, privilégier les cycles « éco » et les lavages à basse température, bien essorer le linge et le faire sécher à l'air libre quand c'est possible... La chasse au gaspillage est aussi de rigueur dans la cuisine : mettre un couvercle sur les casseroles, couper les plaques électriques ou le four un peu avant la fin de la cuisson, laisser refroidir les plats avant de les placer au réfrigérateur, etc.
- Côté lumière, toutes les anciennes ampoules à incandescence peuvent être remplacées par des leds, bien moins énergivores. En parallèle, on peut profiter au maximum de la lumière naturelle, en plaçant par exemple les canapés, tables et bureaux près des fenêtres.

L'entretien des appareils a également son importance : nettoyer les grilles des appareils de froid, vérifier les joints du four, dégivrer le congélateur, dépoussiérer les radiateurs ne sont que quelques exemples parmi d'autres.

En cas de renouvellement, il est indispensable de se référer à l'étiquette énergie qui informe sur les performances de l'appareils. Et soulignons-le une fois de plus : il faut porter une attention particulière au surdimensionnement des appareils ou à l'envie de consommer toujours plus. A-t-on

vraiment besoin d'un téléviseur XXL qui consomme autant que trois téléviseurs classiques ? d'un second réfrigérateur quand on peut stocker des aliments au frais dans un garage ? d'un sèche-linge volumineux quand on peut faire sécher son linge à l'extérieur ? ou encore d'une cave à vin électrique pour conserver quelques bouteilles ?

Réduire ses consommations d'électricité, c'est plutôt facile. Il suffit bien souvent d'être attentif, de faire les bons choix, et enfin d'utiliser et entretenir ses appareils correctement. À petits gestes, grands bénéfices !

L'agence locale de l'énergie et du climat HEOL œuvre pour la transition énergétique et la lutte contre le changement climatique en Pays de Morlaix. Elle offre notamment des conseils neutres et gratuits sur la rénovation thermique, les énergies renouvelables et les économies d'énergie. Plus d'infos sur 02 98 15 18 08 et www.heol-energies.org .