

## 1, 2, 3, J'ÉCONOMISE L'ÉNERGIE !

FICHES 1-2-3

[mise à jour : 05/2014]



### Pourquoi passer à l'action ?

Que ce soit pour économiser de l'argent, pour diminuer les gaz à effet de serre ou pour préserver des ressources naturelles, pour diminuer de multiples pollutions, il y a toujours une bonne raison pour diminuer notre appétit énergétique.

Les factures mensuelles de gaz et d'électricité, le plein à la pompe, le remplissage de la cuve à mazout ... sont autant d'éléments qui nous rappellent régulièrement que l'énergie représente une part importante de nos dépenses.

Plus globalement, les changements climatiques sont un problème auquel il faut répondre de manière urgente et décidée. Les conséquences d'une augmentation de la température moyenne du globe de 2°C sont catastrophiques et se manifestent déjà actuellement.

Ajoutons que les réserves de sources d'énergies les plus utilisées dans le monde sont limitées, au rythme actuel de consommation, à quelques dizaines d'années : charbon (30,1% de l'énergie utilisée, 180 ans), gaz (23,7%, 60 ans), pétrole (32,9%, 40 ans) et uranium (4,4%, 50 ans). En outre, elles sont très inégalement réparties dans le monde, ce qui entraîne des tensions géopolitiques.

### Le cas particulier de l'électricité

Nous ne puisons pas l'électricité directement dans la nature : nous devons la produire à partir d'une autre source d'énergie. De ce fait, derrière l'image de propreté de l'électricité (pas de pot

d'échappement, pas de cheminée), se cache un énorme gaspillage (il faut en moyenne 2,5 kWh d'énergie primaire pour produire 1 kWh d'électricité) et des émissions de CO<sub>2</sub> qui peuvent être très élevées (en particulier lorsque une part importante de l'électricité est produite dans des centrales au charbon comme c'est le cas en Chine, en Inde ou aux Etats-Unis).

Le prix s'en ressent en conséquence : en Belgique, 1kWh électrique coûte de l'ordre de trois fois plus cher qu'un 1kWh de gaz ou de mazout : 0,24 € contre 0,08 €.

Dans l'idéal, réservons l'électricité à l'éclairage et aux appareils électriques, et évitons de l'utiliser pour des applications qui nécessitent de la chaleur : chauffage, eau chaude et cuisson.

## L'énergie grise

En plus de l'énergie que nous payons directement (litres de carburants, de propane ou de mazout, kWh d'électricité, m<sup>3</sup> de gaz ...) nous consommons de l'énergie cachée. Derrière une pomme, un smartphone ou une bouteille d'eau se cachent des litres de pétrole pour la fabrication, le transport ou la gestion des déchets. En tenant compte de cette énergie cachée, aussi appelée énergie grise, notre consommation d'énergie est multipliée par trois !

## Comment s'y prendre ?

Dans le logement le plus gros poste de consommation est de loin le chauffage (en moyenne 70% de l'énergie consommée et 55% de la facture). Une bonne isolation, ainsi qu'une ventilation efficace du bâtiment sont de ce fait une priorité absolue. A côté de cela il y a une multitude de gestes à adopter pour économiser cette précieuse énergie.

Adoptons la Négawatt attitude (en référence aux MWh non consommés) en combinant sobriété, efficacité et énergies renouvelables. Parce que, pour arriver à contenir notre boulimie énergétique, il faut à la fois agir sur nos comportements, utiliser des appareils qui consomment moins et recourir aux énergies renouvelables.

### Étape 1 : la sobriété

La sobriété consiste à éviter autant que possible les gaspillages et le suréquipement : plutôt que de choisir plus gros, plus sophistiqué, plus nouveau, choisissons des appareils qui répondent réellement à nos besoins, qui sont réparables et utilisons-les de manière économe et en veillant à leur bon entretien. La première chose à faire est donc d'agir sur nos comportements, parce que la technologie ne suffit pas à nous procurer des solutions, notamment à cause de l'effet rebond : si on arrive à économiser de l'argent avec un appareil qui consomme moins, et que l'on en profite pour s'offrir des appareils superflus, une plus grosse voiture ou un petit week-end en avion, on perd le bénéfice de l'énergie économisée. Idem si on utilise plus intensivement ou plus nonchalamment un appareil sous prétexte qu'il est « plus économe ».

Exemples :

- **Baisser le thermostat d'1°C**, couper le chauffage en cas d'absence et la nuit, faire entretenir la chaudière, dégager les radiateurs...
- **Baisser la température de l'eau chaude**, préférer une douche à un bain, couper l'eau quand on se savonne.
- **Utiliser moins la voiture** (surtout pour les petits trajets) : privilégier la marche et le vélo, les transports en commun, le covoiturage, les voitures partagées...
- **Profiter au maximum de la lumière du jour**, éteindre la lumière dans les pièces inoccupées, dépoussiérer les luminaires

- **Utiliser et entretenir correctement les appareils** (notamment les filtres), préférer les programmes basse température pour le lave-linge et le lave-vaisselle, dégivrer le congélateur, éviter le séchoir, utiliser un multiprise à interrupteur pour éviter les consommations de veille.
- **Préférer cuisiner au gaz qu'à l'électricité** (cela coûte deux fois moins cher) et mettre un couvercle sur les casseroles.
- **Adopter l'éco-conduite** et entretenir le véhicule (pneus bien gonflés, pas de charge ou de porte-bagages inutiles...).

## Étape 2 : l'efficacité énergétique

Lorsqu'un appareil ou un système permet de fournir un même service en consommant moins d'énergie on parle d'efficacité énergétique. Dans ce cas on mise sur les **progrès technologiques**. Attention cependant à réfléchir globalement : s'il est vrai qu'un nouveau lave-linge consomme moins qu'un appareil d'il y a 10 ans ou qu'une voiture récente émet moins de CO<sub>2</sub> qu'une voiture équivalente d'il y a 5 ans il faut tenir compte de l'énergie nécessaire pour fabriquer, transporter et recycler ces produits, c'est ce que l'on appelle l'énergie grise !

Exemples :

- **Renforcer l'isolation du logement** et veiller à ce que la ventilation soit efficace, choisir un chauffage basse température, installer une chaudière à condensation.
- **Utiliser une douchette économique** (6 à 8l/min) et un mousseur, j'isole le boiler.
- **Choisir des appareils plus économes** : classe A+++ pour le frigo, le congélateur, le lave-linge, le lave-vaisselle.
- **Diminuer la puissance installée pour l'éclairage** : placer des tubes fluorescents, des ampoules économiques ou des LEDS.
- **Si une voiture est vraiment nécessaire**, en choisir une qui consomme moins (plus petite, plus légère, mieux profilée...) et éviter de l'occuper seul.

## Étape 3 : les énergies renouvelables

Les énergies renouvelables permettent de préserver les ressources d'énergie fossile et d'uranium, de diminuer les émissions de CO<sub>2</sub> et la quantité de déchets radioactifs. Actuellement elles représentent tout au plus 10% de la consommation d'énergie mondiale mais elles sont appelées à se développer massivement. Cependant, pour qu'elles puissent couvrir toute notre demande en énergie, il est important de diminuer sa consommation autant que possible.

Exemples :

- Choisir **un fournisseur d'électricité verte**.
- **Acheter une ou plusieurs parts** dans une coopérative d'éoliennes citoyennes.
- **Opter pour des panneaux solaires ou une pompe à chaleur** pour le chauffage et l'eau chaude sanitaire.
- Si les réserves d'argent sont suffisantes et que l'isolation du logement est correcte, **installer des panneaux photovoltaïques**.
- **Se chauffer au bois** (bûches, pellets, briquettes, plaquettes ...).

## Pour aller plus loin

- [Mieux utiliser sa voiture](#)
- [La voiture électrique](#)
- [Les pompes à chaleur](#)

- [Le chauffage au bois](#) - Fiche-conseil
- [Les maisons passives](#) - Fiche-conseil
- [Agir contre le réchauffement climatique](#) - Fiche-conseil
- [L'énergie grise](#) - Fiche-conseil
- Association négaWatt - [www.negawatt.org](http://www.negawatt.org)

Des réponses personnalisées à vos questions : 081 730 730 | [info@ecoconso.be](mailto:info@ecoconso.be) | [www.ecoconso.be](http://www.ecoconso.be)

---

## Liens

- [1] <https://www.ecoconso.be/fr/1-2-3-J-economise-l-energie>
- [2] <https://www.ecoconso.be/fr/thematiques/economie-denergie>
- [3] <https://www.ecoconso.be/fr/content/conditions-dutilisation-de-nos-contenus>
- [4] <http://www.ecoconso.be/fr/content/cest-le-moment-de-passer-lenergie-verte>
- [5] <http://www.ecoconso.be/Mieux-utiliser-sa-voiture>
- [6] <http://www.ecoconso.be/fr/content/voiture-electrique-ses-avantages-et-inconvenients>
- [7] <http://www.ecoconso.be/Les-pompes-a-chaaleur>
- [8] <http://www.ecoconso.be/Le-chauffage-au-bois>
- [9] <http://www.ecoconso.be/Les-maisons-passives>
- [10] <http://www.ecoconso.be/Luttons-contre-l-effet-de-serre>
- [11] <http://www.ecoconso.be/L-energie-grise,484>
- [12] <http://www.negawatt.org/>
- [13] [https://www.ecoconso.be/sites/default/files/articles/fiche123\\_energie\\_2014.pdf](https://www.ecoconso.be/sites/default/files/articles/fiche123_energie_2014.pdf)

Cette publication est mise à disposition sous un contrat Creative Commons

