

ÉCONOMISER L'ÉNERGIE À L'ÉCHELLE DE L'INDIVIDU (ENSEIGNANTS)

Les petits gestes peuvent faire une différence si tout le monde s'y met ! Si les principales sources de pollution et de consommation d'énergie se font à de grandes échelles qui dépassent l'individu, chacun, à sa mesure, peut apporter une contribution concrète aux économies d'énergie et faire un geste éthique pour l'avenir en minimisant son empreinte écologique personnelle.

S'ÉCLAIRER AUTREMENT

L'éclairage représente entre 12% et 18% de notre consommation d'électricité. Il est ainsi primordial de chercher à limiter cet usage. Les ampoules LED ou fluocompactes sont beaucoup moins gourmandes en énergie et nettement plus durables que leurs ancêtres, les ampoules à incandescence. Véritables radiateurs, ces dernières utilisent seulement 10% de l'électricité consommée pour produire de la lumière, alors que les 90% restant se transforment en chaleur ! Il existe des étiquettes spécifiques pour s'y retrouver dans l'offre des ampoules électriques.

<http://www.bfe.admin.ch/energieetikette/00887/02072/index.html?lang=fr>

En dehors de l'utilisation d'ampoules efficaces, durables et économiques, d'autres gestes simples permettent de limiter la consommation d'électricité destinée à s'éclairer : éteindre la lumière lorsque l'on quitte une pièce, favoriser la lumière naturelle en ne masquant pas les fenêtres, ou encore dépoussiérer régulièrement les ampoules utilisées.

L'ÉLECTROMÉNAGER MALIN

Très gourmands en énergie, les appareils électroménagers représentent entre 40% et 60% de la consommation électrique d'un ménage. Fours électriques, réfrigérateurs, congélateurs, lave-vaisselles, lave-linges et sèche-linges, climatiseurs, machines à café et aspirateurs : des étiquettes vous permettent de faire le bon choix pour l'écologie ! Créée par la Commission européenne en 1996, l'étiquette-énergie est aujourd'hui obligatoire pour les gros appareils électroménagers. Elle classe les performances de ces appareils en matière énergétique sur une échelle de A (le plus écologique) à G (le plus gourmand en énergie). En 2012, trois nouvelles classes ont fait leur apparition sur l'étiquette-énergie : A+, A++ et A+++ !

L'étiquette-énergie existe aussi pour les ampoules, les téléviseurs, les voitures, les pneus ou encore pour les appareils sanitaires et les aspirateurs (depuis 2015).

CUISINER SANS PERTE

Lorsque l'on cuit des aliments, on utilise beaucoup d'énergie. Certains systèmes de cuisson se montrent plus économiques que d'autres, tout comme il existe quelques astuces qui permettent de maîtriser notre utilisation d'énergie !

Les tables de cuisson en fonte sont ainsi plus coûteuses en électricité que les plaques vitrocéramiques et surtout que les plaques à induction ; en effet, la vitrocéramique permet de 5 à 20% d'économie et le système à induction jusqu'à 35% en comparaison avec une cuisinière traditionnelle à table de cuisson en fonte. Quant aux tables de cuisson à gaz, si elles n'utilisent bien sûr guère d'électricité, leur utilisation est peu économique en terme énergétique.

Pour cuisiner de façon efficace : privilégier les casseroles isolantes à double paroi, choisir une plaque de cuisson adaptée à la taille de la casserole utilisée, mettre systématiquement un couvercle sur la casserole, éteindre la plaque 5 minutes avant la fin de la cuisson et diminuer au maximum la quantité d'eau dans laquelle on cuit légumes et œufs.

LIMITER SA CONSOMMATION D'EAU

Aujourd'hui en Suisse, l'eau potable est disponible dans tous les logements. Beaucoup d'énergie est dépensée pour la pomper, la traiter, la chauffer et la distribuer. Chaque jour, chaque personne utilise entre 150 et 250 litres de cette eau potable, dont 90% servent à l'hygiène, au lavage et au nettoyage. Ce qui signifie que seuls 10% de l'eau potable que nous consommons sert à cuisiner et à nous désaltérer !

En prenant quelques habitudes très simples, il est possible de réduire notre consommation d'eau potable et donc d'économiser l'énergie qui a servi à l'amener jusqu'au robinet. Ne pas laisser couler l'eau en continu lorsqu'on se lave les dents, éviter de rincer la vaisselle avant de la mettre dans le lave-vaisselle, équiper les WC d'une chasse d'eau à deux volumes ou récupérer l'eau de pluie pour l'arrosage des plantes, par exemple. Les fuites engendrent aussi un gaspillage très important : une goutte d'eau par seconde représente 20 litres d'eau perdus par jour ! Réparer le robinet ou le tuyau qui fuit a donc un véritable impact écologique.

LE STAND-BY : À BANNIR

Le mode veille de nos appareils est un grand consommateur d'énergie : 10 à 15% de notre facture d'électricité en moyenne finance des appareils restés en mode stand-by. Nombreux sont ainsi les appareils qui consomment de grandes quantités d'énergie sans en avoir l'air ! Machine à café, ordinateurs ou encore routeurs internet : en mode veille, ces appareils consomment encore chaque année en Suisse plus de 2 milliards de kilowattheures, soit l'équivalent de la production de la centrale nucléaire de Mühleberg

Pour contrer cette consommation inutile, il suffit bien souvent d'éteindre complètement les appareils au moyen du bouton POWER, de retirer la prise ou encore d'utiliser des multiprises avec interrupteur contrôlant plusieurs appareils. Facile, n'est-ce pas!?

DOCUMENTATION

Le Memory des éco-gestes

Le Memory des éco-gestes, créé spécialement pour le site des Explorateurs de l'Énergie, présente les bonnes habitudes à prendre pour économiser l'énergie au quotidien. À découvrir sur la page «Memory»!

Les bons gestes en jeu des 7 familles

Les Explorateurs de l'Énergie proposent gratuitement un jeu de cartes des 7 familles. Il permet aux enfants de s'amuser, tout en apprenant les bons gestes pour économiser de l'énergie au quotidien (dès 6 ans, de 2 à 4 joueurs).

À commander par mail: info@explorateurs-energie.ch

Les aventures de la famille KIAGI

À découvrir en classe ou en famille, des petits spots d'animation rigolos présentent les économies énergétiques de la famille «KIAGI». Kiagi est un projet de l'association française e-graine qui vise à encourager par des exemples concrets les actions individuelles et collectives pour construire des sociétés solidaires et responsables.

www.kiagi.org/dessins_animes (série les économies d'énergies)