



# Résolutions 2020 : Les bons réflexes à adopter cette année

14.01.2020

CONSOMMATION

LA DÉFENSE

**Alors que les Français réfléchissent à leurs résolutions pour cette nouvelle année, RTE propose trois écogestes à adopter pour diminuer sa consommation en électricité, son impact sur la planète et maîtriser sa facture.**

## **Eteindre ses équipements numériques**

Le numérique représente aujourd'hui près de 10% de la consommation d'électricité française. L'utilisation du mode veille sur ses appareils, au bureau et à la maison, est une première étape pour diminuer cette consommation.

Toutefois, lors d'une absence prolongée, il est recommandé d'éteindre les veilles pour faire des économies et préserver le matériel. Selon l'ADEME (Agence de l'environnement et de la maîtrise de l'énergie), la puissance totale des veilles d'un foyer dépasserait souvent 50 W, soit plus de 80 € / an sur sa facture.

## **Réduire l'impact de sa messagerie sur la consommation électrique**

En adoptant les bons gestes sur sa messagerie, chaque consommateur peut réduire sa consommation en électricité et plus largement son impact sur l'environnement. En effet, l'échange et le stockage d'emails consomment de l'électricité et entraînent de fait l'émission de CO<sub>2</sub>. A l'échelle de la population active française ayant un emploi, l'échange d'emails représente la consommation en électricité de 23 millions d'ampoules. Quelques conseils pour diminuer l'impact de sa messagerie :

- Réduire le nombre d'emails échangés en se désabonnant des newsletters inutiles
- Réduire le volume des emails échangés en limitant l'envoi de pièces jointes, en utilisant des images en basse définition, en supprimant l'historique des anciens messages, ...
- Archiver ou supprimer ses mails dès que possible.

## **Améliorer l'efficacité énergétique de ses appareils**

Le choix de son électroménager a un impact sur la consommation électrique de son foyer. La consommation annuelle moyenne d'un ménage pour les usages domestiques était estimée à 2 350 kWh (en 2016). Toutefois, cette consommation peut être divisée par deux pour un ménage qui ne compte que des équipements performants (classe A+++) selon le bilan électrique 2018. Lors de l'achat d'un nouvel appareil électroménager, privilégier un appareil à forte efficacité énergétique permet de réduire son impact sur sa consommation, sur l'environnement mais également de diminuer sa facture. Selon l'ADEME, « sur la durée de vie des équipements, l'économie pour un foyer peut aller jusqu'à 3 000 € sur la facture d'électricité. »

L'éclairage, par exemple, représente 5.6% des usages de l'électricité des ménages français en moyenne. Il est donc recommandé de choisir les ampoules les plus efficaces énergétiquement (A+) comme les LED, qui ne consommaient que 4kWh en 2017, contre 11kWh pour une ampoule classique. L'ADEME estime qu'en 15 ans, une famille peut économiser 1190€ en faisant le choix de LED contre des halogènes (pour 10 lampes).

D'autres éco gestes sont à découvrir sur : <https://monecowatt.fr/ecogestes>

## À Télécharger



## Vos contacts - National

Lola BEAUVILLAIN DE MONTREUIL

National

Responsable des relations presse

T+33 (0)1 41 02 16 76

P+33 (0)7 62 80 34 66

Écrivez-nous

Perrine MAS

National

Attachée de presse

T+33 (0)1 41 02 12 79

P+33 (0)7 76 11 72 67

Écrivez-nous



