

# GUIDE DES ECO'GESTES

CHASSE OUVERTE AUX ENERGIVORES!



Ensemble pour consommer moins



# ZONES DE CHASSE



Ensemble pour consommer moins



# SOMMAIRE

Introduction	<b>P.2</b>
Le salon	<b>P.4</b>
La cuisine	<b>P.10</b>
La chambre	<b>P.16</b>
La salle de bain	<b>P.20</b>
Êtes-vous un bon chasseur d'énergivores ?	<b>P.24</b>
Étiquette énergie	<b>P.25</b>
Calendrier des éco'gestes	<b>P.26</b>
Adresses et informations utiles	<b>P.28</b>

# LES ENERGIVORES NOUS ONT ENVAHIS!

**DES HABITUDES ET APPAREILS ÉNERGIVORES DILAPIDENT  
IMPUNÉMENT L'ÉLECTRICITÉ DE NOS FOYERS.**

La consommation électrique des Genevois s'est multipliée  
par 5 depuis 1960!

**Stabiliser la consommation est devenu une nécessité pour :**

- Réduire vos dépenses et stimuler l'emploi local.
- Accroître l'indépendance énergétique du canton ainsi que la part des énergies renouvelables.
- Préserver l'environnement.

**IL EST TEMPS DE REAGIR ET DE CHASSER  
LES ENERGIVORES AVEC OPERATION DOUBLECO**

# SIG DECLARE LA CHASSE AUX ENERGIVORES OUVERTE. A VOUS D'AGIR!

SIG est une entreprise de service public engagée dans le développement durable.

Dédié aux économies d'électricité, le programme éco21 de SIG a été créé pour agir activement contre les énergivores.

Action phare du programme, destinée aux ménages et petits professionnels, **Opération Doubléco** récompense financièrement vos efforts pour réduire votre consommation d'électricité.

**Ce guide propose une série d'éco'gestes faciles et 100% efficaces pour vous aider à moins consommer. De quoi en découdre avec tous les dévoreurs de watts!**

---

## ECO'QUIZ

### DECouvrez VOTRE PROFIL DE CHASSEUR D'ENERGIVORES!

**En plus de nombreux conseils, ce guide vous permet de tester vos techniques de chasse.** Sur chaque page, cochez les gestes qui font déjà partie de votre quotidien, puis rendez-vous en page 24 pour les résultats !

# SALON



- 1.** Le leader, c'est **la télévision. Elle passe son temps à se gaver d'électricité!** Optez pour un modèle à faible consommation.
- 2.** **Savez-vous quelle partie de votre ordinateur consomme le plus? C'est l'écran!**  
Heureusement, un écran est conçu pour résister à 25'000 démarrages. **Ne vous privez pas de l'éteindre pour économiser l'électricité.**
- 3.** **Utiliser un ordinateur portable plutôt qu'un ordinateur de bureau, c'est réduire jusqu'à 13 fois sa consommation d'électricité.**
- 4.** **Les appareils multimédia** sont souvent reliés entre eux. **Eteignez-les tous en même temps avec une multiprise à interrupteur!**



**Le site topten.ch vous aidera à trouver les appareils les plus économes.**



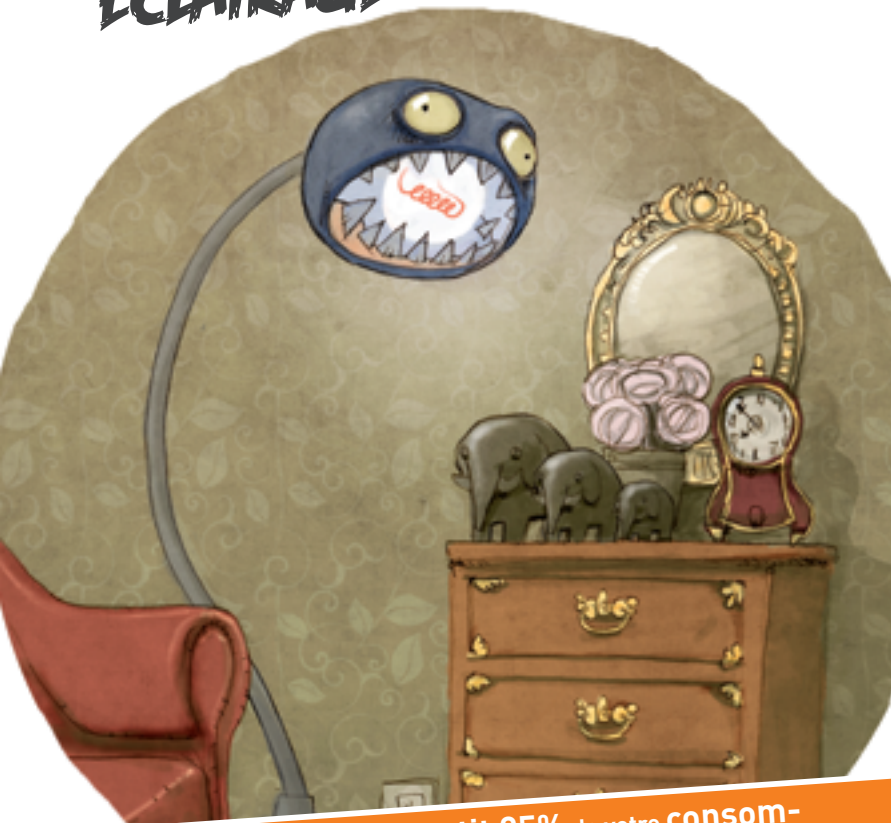
TOTAL

... /4



**Les appareils multimédia dévorent environ 8% de votre consommation électrique.**

# ECLAIRAGE



L'éclairage engloutit 25% de votre consommation électrique. C'est avec lui que vous pouvez réaliser les plus grandes économies !





- 1. Bannissez les ampoules à incandescence et halogènes.** Elles transforment 95% de l'électricité en chaleur et seulement 5% en lumière.
- 2. Les ampoules fluocompactes durent 8 à 12 fois plus longtemps et les LED jusqu'à 50 fois !** Toutes deux utilisent 80 à 90% d'énergie en moins.
- 3. La lumière du jour est un éclairage gratuit,** à consommer sans modération.
- 4. Ayez le bon réflexe : éteignez la lumière dès que vous quittez une pièce.**
- 5. Une ampoule dépoussiérée, c'est 30% de luminosité en plus !**

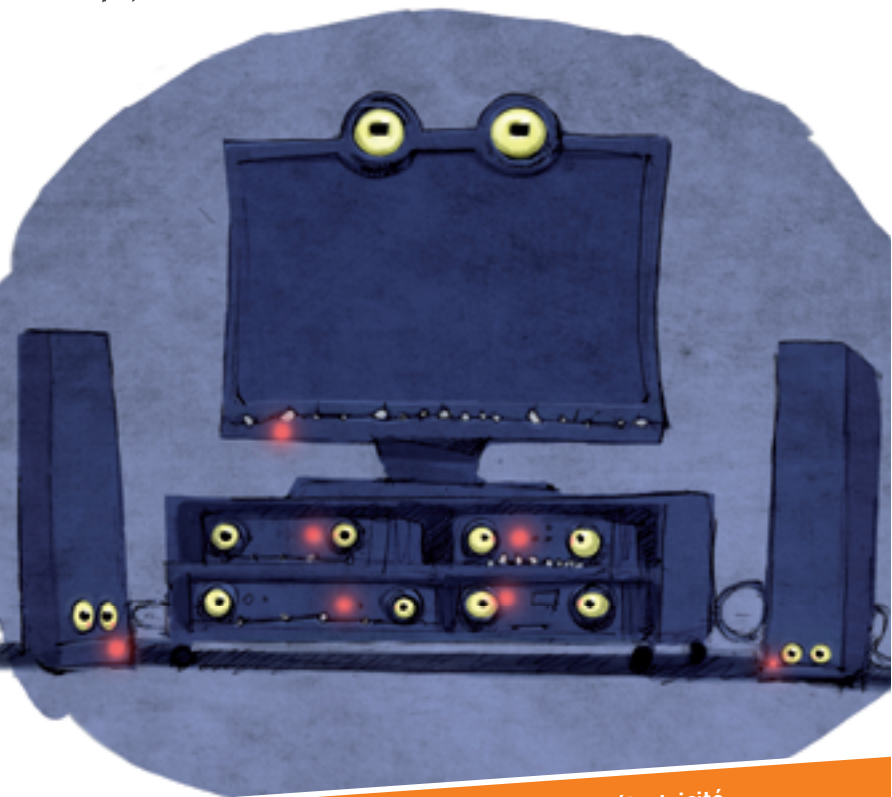
**Le lampadaire halogène fait partie des énergivores les plus voraces !**  
**Sa puissance varie entre 200 et 500 watts.**



TOTAL

... /5

# VEILLES



 Jusqu'à 15% de votre facture d'électricité.  
Une seule chose à faire : les éteindre !

- 1. Coupez d'un seul coup toutes vos veilles en les branchant sur une multiprise à interrupteur...** et pensez à l'éteindre !
- 2. Une fois votre téléphone rechargé, ne laissez pas votre chargeur branché.** Même s'il n'est pas relié au téléphone, **il continue à consommer de l'électricité.**



TOTAL

... /2

# CUISINE



# LAVE-VAISSELLE

## ÉCOQUIZ

- 1.** Remplacez votre lave-vaisselle ancien et optez plutôt pour un appareil récent de classe A (voir p.25) : il lui faut moins de 1 kWh par machine.
- 2.** Ne le laissez pas agir le ventre vide. **Démarrez-le uniquement quand il est plein.**
- 3.** Donnez-lui le temps. **Le programme éco est certes plus long, mais il permet d'économiser 15% d'énergie.**
- 4.** Évitez de rincer la vaisselle à l'eau chaude avant de la mettre dans votre lave-vaisselle.

... /4

# REFRIGERATEUR & CONGELATEUR



Ils dévorent près de 20% de votre consommation électrique !



# REFRIGERATEUR & CONGELATEUR

ÉCOQUIZ

- 1. Débarrassez-vous de vos appareils anciens : un modèle de classe B engloutit 3 fois plus d'électricité qu'un appareil classé A++ (voir p.25).**
- 2. Évitez de garder la porte ouverte plus de quelques secondes.** Ne placez pas un appareil réfrigérant près d'une source de chaleur, comme le four.
- 3. Réglez la température du réfrigérateur à +5°C et celle du congélateur à -18°C** (chaque degré superflu augmente la consommation de 5%).
- 4. Dégivrez régulièrement vos appareils :** une couche de givre augmente leur appétit en électricité.
- 5. Avant de leur confier un plat, laissez-le refroidir.** Vous éviterez ainsi de les faire fonctionner à plein régime inutilement.

TOTAL

... /5

# FOUR ELECTRIQUE & PETIT ELECTROMENAGER

ÉCOQUIZ

- 1.** Optez pour un four électrique de classe A (voir p.25) : il pourra réduire votre consommation jusqu'à 30%.
- 2.** Ne l'ouvrez pas inutilement, vous perdez à chaque fois 20% de chaleur.
- 3.** Profitez de la chaleur résiduelle...  
**Éteignez votre four 5 à 10 minutes avant la fin de la cuisson.**
- 4.** Besoin de cuire ou de réchauffer de petites quantités d'aliments ? **Le four à micro-ondes est bien plus économique !**
- 5.** Pensez à débrancher vos petits appareils d'électroménager, comme la cafetière.



TOTAL

... /5



- 1.** Les plaques en fonte sont des énergivores insatiables ! **Préférez les modèles à induction, qui consomment 35% de moins.**
- 2.** **Un couvercle sur les casseroles, c'est 30% d'électricité économisée !**
- 3.** **Pour faire chauffer l'eau des pâtes ou du thé, adoptez le réflexe malin : utilisez une bouilloire ! Elle est plus rapide et consomme 2 fois moins qu'une casserole.**
- 4.** **Servez-vous d'une marmite à vapeur : elle engloutit 50% d'électricité en moins qu'une casserole normale.**
- 5.** **Exploitez au maximum votre plaque de cuisson, en choisissant une casserole adaptée à son diamètre et en l'éteignant 5 minutes avant la fin de la cuisson.**



TOTAL

... /5

# CHAMBRE



# CHAUFFAGE

## ÉCOQUIZ

- 1. Enlevez tout obstacle devant votre radiateur et dépoussiérez-le.**
- 2. Bannissez les radiateurs électriques d'appoint, très gloutons en énergie.**
- 3. Baisser la température de 1°C permet de diminuer votre consommation de 7%.**
- 4. Fermez volets, stores et rideaux durant la nuit et n'aérez pas plus de 5 minutes ! En cas d'absence, baissez les radiateurs ou mettez-les hors gel.**
- 5. Fermez la vanne thermostatique quand la fenêtre est ouverte, sinon elle détectera l'arrivée du froid et se mettra à fonctionner à plein régime !**

TOTAL

... /5

 Une température de 18°C dans votre chambre et de 20-22°C dans votre salon suffit. En plus c'est recommandé pour la santé !

# CLIMATISATION



**Un gouffre pour vos finances !**  
**Utilisé 12 heures par jour, cet énergivore**  
**vous coûtera près de CHF 300/mois.**

# CLIMATISATION

## ÉCOQUIZ

- 1.** Plutôt que d'installer une climatisation, fermez fenêtres et volets le matin et rouvrez-les dès la nuit tombée pour rafraîchir l'air ambiant.
- 2.** Privilégiez l'achat d'**un ventilateur**, moins cher et **moins gourmand en énergie** !
- 3.** Si vous devez vraiment utiliser une climatisation, optez pour un **système adiabatique à évaporation**.
- 4.** Évitez les climatiseurs classiques portatifs, ils sont encore plus voraces : leur puissance équivaut à 20 réfrigérateurs.

TOTAL

... /4

# SALLE DE BAIN



# EAU CHAUDE

## ÉCOQUIZ

- 1. Préférez les douches : elles nécessitent 4 fois moins d'énergie qu'un bain.**
- 2. Installez un réducteur de débit** (qui se visse entre le robinet et le tuyau de douche).
- 3. Coupez l'eau pendant que vous vous savonnez, brossez les dents ou rasez !**
- 4. Réglez votre chauffe-eau entre 55 et 60°C.**
- 5. Traquez les fuites d'eau ! Un robinet pas étanche perd jusqu'à 40 litres d'eau chaude par jour.**



TOTAL

... /5

# LAVE-LINGE & SECHE-LINGE





# LAVE-LINGE & SÈCHE-LINGE

## ÉCOQUIZ

- 1.** Choisissez les modèles les moins gourmands en énergie en optant pour des appareils de classe A (voir p.25).
- 2.** Chargez votre lave-linge ou sèche-linge au maximum avant de le faire tourner.
- 3.** Utilisez le mode éco de votre lave-linge et privilégiez les basses températures : un cycle à 30/40°C dévore 3 fois moins d'énergie qu'un lavage à 90°C.
- 4.** Si la matière des textiles le permet, essorez à grande vitesse. Plus rapide, l'opération consomme moins d'électricité et votre linge séchera plus vite !
- 5.** Le sèche-linge consomme 2 fois plus d'électricité que votre lave-linge ! Snobez-le dès que possible, en lui préférant le séchage à l'air libre.

TOTAL

... /5

# ÊTES-VOUS UN BON CHASSEUR D'ÉNERGIVORES ?

ÉCOQUIZ

TOTAL  
DES POINTS

Comptabilisez les éco'gestes acquis sur chaque page et additionnez vos points :

## Plus de 45 points

### Vous êtes un chasseur hors pair

Avec vous les énergivores ne connaissent aucun répit ! Les éco'gestes font partie intégrante de votre quotidien, vous veillez à ce que chaque watt soit utilisé à bon escient. Bravo ! Continuez et montrez l'exemple autour de vous.

## Entre 25 et 45 points

### Vous êtes un chasseur prometteur

Vous avez déjà acquis les éco'gestes de base et êtes attentif à votre consommation. Il ne vous reste plus qu'à parfaire vos techniques de chasse... Les énergivores n'ont qu'à bien se tenir !

## Moins de 25 points

### Vous êtes un chasseur néophyte

Pour l'heure les énergivores ne sont pas inquiétés dans votre foyer... Il est temps de les chasser ! Appliquez les éco'gestes, c'est simple et vous ne perdrez pas en confort !

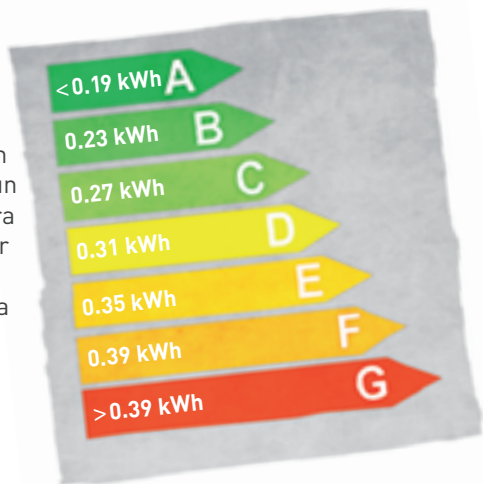
# ETIQUETTE ENERGIE

## Plus c'est vert, plus c'est économe !

L'échelle d'efficacité énergétique permet de comparer des produits de même fonction : réfrigérateur, congélateur, lave-linge, sèche-linge, lave-vaisselle, four électrique ou encore climatiseur. **Cette échelle comporte différentes classes, de A à G** (associées à une couleur, de vert à rouge) : « A » correspond à un appareil très économe en énergie (couleur verte), « G » correspond à un appareil très énergivore (couleur rouge).

### Exemple :

Un lave-linge de classe A consomme au plus 0.19 kWh par kilo de linge, tandis qu'un appareil de classe B oscillera entre 0.19 et 0.23 kWh. Pour être classé A, un lave-linge d'une capacité de 5 kg devra consommer au maximum 0.95 kWh pour une lessive à 60°C.



# CALENDRIER DES ECO'GESTES

**En avril, chasse les énergivores indociles. En mai, ils ne feront plus ce qui leur plaît!** Planning pour organiser la chasse des énergivores mois après mois.

**JANVIER**

---

---

---

**FEVRIER**

---

---

---

**MARS**

---

---

---

**AVRIL**

---

---

---

**MAI**

---

---

---

**JUIN**

**JUILLET**

**AOUT**

**SEPTEMBRE**

**OCTOBRE**

**NOVEMBRE**

**DECEMBRE**

# ADRESSES & INFORMATIONS UTILES

[www.eco21.ch](http://www.eco21.ch)

[www.topten.ch](http://www.topten.ch)

[www.etiquetteenergie.ch](http://www.etiquetteenergie.ch)

[www.energie-environnement.ch](http://www.energie-environnement.ch)

[www.ademe.fr](http://www.ademe.fr)

[www.suisse-energie.ch](http://www.suisse-energie.ch)

[www.energybox.ch](http://www.energybox.ch)

[www.pet-recycling.ch/fr](http://www.pet-recycling.ch/fr)

[www.ecogeste.ch](http://www.ecogeste.ch)

[www.inobat.ch](http://www.inobat.ch)

[www.stanmarco.com](http://www.stanmarco.com)

[www.energieeffizienz.ch/f](http://www.energieeffizienz.ch/f)

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

# **www.eco21.ch :** **UNE MINE DE** **CONSEILS PRATIQUES !**

**www.eco21.ch fait de vous**  
**un chasseur privilégié !**

**Bénéficiez de conseils, d'informations exclusives**  
**ainsi que d'une communauté pour partager vos**  
**expériences.**

---

**Notre hotline 0844 21 00 21 répond également**  
**à vos questions, du lundi au vendredi de 8h à 12h**  
**et de 13h à 17h (tarif local sur réseau fixe).**

## éco21, ensemble pour consommer moins !

Acteur engagé du développement durable, SIG a lancé ce programme pour enrayer la spirale de la surconsommation d'électricité du canton. Son objectif : économiser l'équivalent de la consommation annuelle de 50'000 ménages en mobilisant et en accompagnant les citoyens, entreprises et collectivités dans cette démarche.



Imprimé sur papier recyclé  
100% à base de déchets triés  
d'imprimeries et de bureaux