



## Limiter ses consommations au bureau

Comme on le répète souvent, les consommations du secteur du bâtiment représentent environ 40% de la consommation totale en France. Si la conception des bâtiments est réglementée du point de vue des consommations énergétiques envisagées, les usages effectifs ne le sont (heureusement) pas. L'impact des utilisateurs est pourtant loin d'être négligeable. Il peut porter sur certains des usages conventionnels, limités par la réglementation thermique, comme le chauffage, la climatisation, l'éclairage et l'eau chaude sanitaire. Le chiffre de 7 à 10% d'augmentation de consommation lorsque la température de consigne du chauffage est augmentée de 1°C est souvent donné en exemple. Quand on sait que la climatisation est plus sensible, et que les bureaux sont bien trop souvent climatisés en été à 22 ou 23°C, et chauffés à la même température en hiver, on comprend l'intérêt de porter un pull l'hiver, et de l'enlever l'été. Cela étant, d'autres consommations, auxquelles on pense peut-être moins souvent, peuvent être source d'un gaspillage énergétique important : les consommations électriques dites domestiques. Voici quelques conseils et ordre de grandeurs pour éviter de gaspiller.

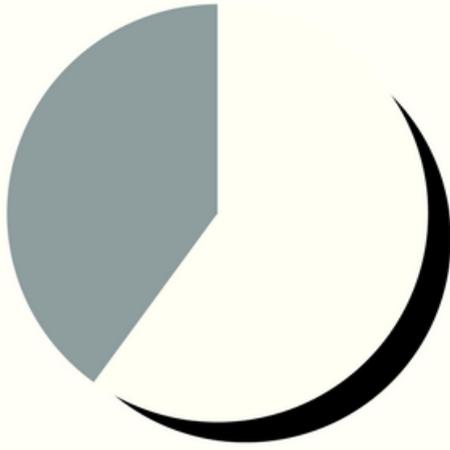
### Éteindre son ordinateur

La consommation des équipements en mode veille en Europe représenterait 11 % des consommations électriques totales. Un ordinateur en veille consomme entre 20 et 40 % par rapport à un ordinateur utilisé. Sachant qu'un employé aux 35 heures et à temps plein travaille moins de 20 % du temps, si l'ordinateur n'est jamais éteint, il consomme à peu près autant en veille que lors de son utilisation. Malgré le pic de consommation à l'allumage, il est plus intéressant d'éteindre son ordinateur, même pour des pauses plutôt courtes. Notons qu'il existe plusieurs types de veille : le mode veille classique, et le mode veille prolongée. Dans ce cas, l'ordinateur enregistre les fichiers, et s'éteint pratiquement. La consommation de l'ordinateur est alors presque nulle. Il faudra attendre un peu pour qu'il se rallume. Si vous voulez tester, c'est [ici](#) (pour Windows).









Le secteur du bâtiment représente **40 %** de la consommation électrique en France

Un ordinateur en veille consomme **50%** d'énergie sur une année



**Il vaut donc mieux l'éteindre le plus souvent possible**

## limiter ses consommations au bureau

2 mails avec pièce jointe par jour, ça fait **180 kg** de CO2 par an



Soit l'équivalent d'un trajet **Lille - Montpellier**

Laisser la machine à café en veille, c'est **25 à 30 Watts**



Alors on se sert une tasse et on éteint !



## Limiter ses consommations « internet »

Le coût énergétique d'internet représente à lui seul 1,5% de la consommation d'électricité mondiale. L'Ademe a publié un **document** sur ce type de consommations. Ils donnent un bon ordre de grandeur sur les celles liées à l'envoi de mails : « *L'envoi de 33 courriels d'1 Mo [un gros courriel donc] à 2 destinataires par jour et par personne génère annuellement des émissions équivalentes à 180 kg de CO<sub>2</sub>, ce qui équivaut à plus de 1 000 km parcourus en voiture* ». Même si cela reste bien moins consommateur et bien plus pratique que les expéditions papier, l'explosion de ces échanges d'informations peut inquiéter. Si la diminution du nombre de mails envoyés et reçus n'est pas chose aisée, il est possible de réduire ses consommations internet : **utiliser des favoris, ou taper directement les adresses des sites internet permet de diviser les consommations par 4.**

## Éteindre la machine à café.

Certaines machines à café maintiennent l'eau à 90 degrés pour qu'il n'y ait pas de temps d'attente entre deux cafés. Ce qui représente en moyenne une consommation de 25 à 30 W. Mieux vaut donc l'éteindre dès que son café est servi. **Le meilleur moyen de moins consommer au bureau est encore de ne pas s'y rendre ! Le télétravail permet d'économiser les consommations liées au transport, mais aussi à la taille des bureaux : moins à construire, moins à chauffer...**

G.M.

