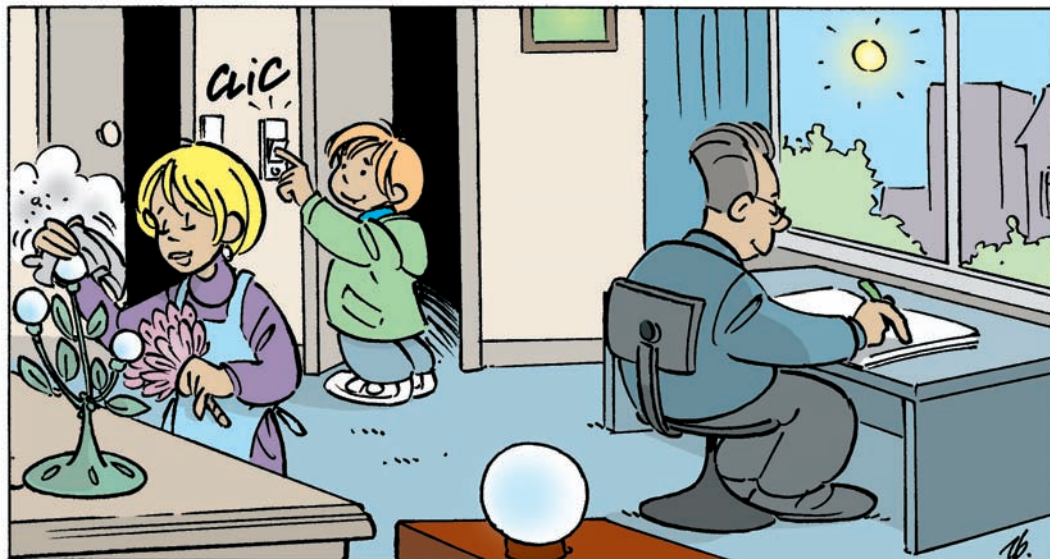


# Halte aux watts !



Plus la puissance d'une ampoule est importante, plus elle consomme. Pourtant, un bon éclairage ne se mesure pas au nombre de watts installés, mais au choix des équipements que vous effectuez et à l'usage que vous en faites. Dans un logement, l'éclairage représente 15 % des consommations (hors chauffage et eau chaude), avec en moyenne 23 ampoules pour 80 m<sup>2</sup>...

## Adoptez les gestes malins

- Profitez au maximum de la lumière du jour, en plaçant les plans de travail, les bureaux, à proximité des fenêtres. Préférez aussi des couleurs claires sur les murs pour mieux réfléchir la lumière.
- Pensez à éteindre systématiquement les pièces inoccupées.
- Dépoussiérez régulièrement les ampoules et les luminaires, cela vous permettra de gagner jusqu'à 40 % de flux lumineux.



Évitez absolument le recours aux halogènes en éclairage indirect ! On peut également créer une ambiance chaleureuse avec des ampoules basse consommation.

## Équipez-vous économe

Privilégiez les lampes basse consommation (ou fluocompactes), qui présentent beaucoup d'avantages :

- Avec une consommation d'électricité 4 à 5 fois plus faible que des ampoules à incandescence, et une durée de vie jusqu'à 10 fois supérieure, leur coût d'achat plus élevé est très vite rentabilisé !
- Elles offrent plus de sécurité car elles ne dégagent pas de chaleur, et seront très appréciées dans les chambres d'enfants par exemple ! (par comparaison, 95 % de l'électricité consommée par un halogène sont perdus en dégagement de chaleur, pour seulement 5 % transformés en lumière...).
- Elles seront utilisées en priorité dans les pièces de vie et les chambres, où la durée d'éclairage est plus importante.
- Il en existe de différentes formes et puissances, pour pouvoir s'adapter à tous les luminaires.

# Des consommations insoupçonnées



Pendant votre sommeil, télévisions, magnétoscopes, chaînes hi-fi, paraboles... veillent... Les consommations engendrées par ces appareils inutilisés représentent de 150 à 500 kWh par an dans un logement, soit autant que la consommation d'un à deux réfrigérateur(s) pendant un an !

## Adoptez les gestes malins

- Éteignez vos appareils avec le bouton plutôt qu'avec la télécommande (pour la télévision par exemple).
- Débranchez les appareils rarement utilisés : certains peuvent consommer de l'électricité au niveau du transformateur, de l'accumulateur...



→ Pour vous guider dans vos achats, le journal "Que Choisir" compare régulièrement les coûts, consommations et performances des différents équipements du logement.

→ Pour un conseil personnalisé, objectif et gratuit, contactez votre Espace Information Énergie :

**Agence Locale de l'Énergie (ALE)**  
4 rue Voltaire • 38000 Grenoble  
Tél. 04 76 00 19 09 • Fax 04 76 01 18 84  
e-mail : [infos@ale-grenoble.org](mailto:infos@ale-grenoble.org)

## Équipez-vous économe

- En branchant les appareils équipés de veilles sur des prises multiples avec interrupteur, vous pourrez facilement les éteindre complètement hors des périodes d'utilisation.

**ADEME**



Agence de l'Environnement  
et de la Maîtrise de l'Énergie

La création de cette fiche est soutenue par l'Agence de l'environnement et de la maîtrise de l'énergie (ADEME), dans le cadre d'un partenariat ADEME-ACTIS. Son contenu a été rédigé par l'ALE.

