

# efficacité NB

## Économiser l'énergie, c'est mettre de l'argent de côté !

### Conseils pratiques pour économiser l'énergie

**L**es activités quotidiennes et de fin de semaine exigent de l'énergie. Que vous prenez, une douche chaude, faites sécher des vêtements dans le séchoir ou travailler avec des outils électriques pour un projet ménager, vous consommez de l'énergie.

Vous ne vous en doutez peut-être pas, mais lorsqu'on brûle des combustibles fossiles pour produire de l'énergie, un mélange de gaz et de particules est rejeté dans l'atmosphère. Certains de ces gaz, comme l'anhydride sulfureux et les oxydes d'azote, sont des polluants tandis que d'autres, comme le dioxyde de carbone et le méthane, sont des gaz à effet de serre. Les gaz rejetés dans l'air s'accumulent et font augmenter les températures moyennes mondiales, ce qui intensifie les effets des changements climatiques. Les signes des changements climatiques sont de plus en plus visibles : situation météorologique étrange comme les sécheresses, les incendies de forêt et la hausse des niveaux de la mer, qui ont tous des effets énormes sur la vie humaine et sur la vie animale.

Alors, vous vous demandez peut-être « ce que vous pouvez faire à ce sujet ». La réponse est « beaucoup ». Parce que nous avons appris à compter sur de nombreux articles qui consomment de l'énergie comme les voitures, les réfrigérateurs et les lave-vaisselle; il serait donc difficile de renoncer à toutes ces commodités entièrement. Mais vous pouvez faire votre part pour assurer une utilisation plus efficace de l'énergie en surveillant votre consommation d'énergie ici et là. Tous ces efforts comptent.

N'oubliez pas que vous contribuerez à la protection de l'environnement et que vous ferez des économies tout en réduisant votre facture d'électricité et de chauffage! Continuez à lire pour vous renseigner sur les nombreux moyens que vous pouvez prendre pour économiser de l'énergie chez vous.

#### CHAUFFAGE

Compte tenu du climat du Nouveau-Brunswick, nous devons chauffer pendant une bonne partie de l'année. Environ 60 % de l'énergie consommée dans votre maison est utilisée pour le chauffage. Alors toute mesure susceptible de réduire les besoins de chauffage de la maison aura beaucoup d'effets. Voici des conseils pour réduire votre consommation d'énergie :

- Songez à convertir à une pompe de chaleur à l'air ou à un appareil de chauffage à haut rendement si votre système de chauffage actuel a besoin d'être remplacé. Les pompes à chaleur géothermiques ou qui puisent leur énergie dans le sol sont les plus efficaces.
- Vérifiez plusieurs fois par année si les thermostats de vos plinthes électriques sont exacts. Les thermostats inexacts ou défectueux sont une cause courante des factures de chauffage élevées.

**Mythe :** On utilise moins d'énergie en laissant le thermostat à la même température le jour et la nuit qu'en le baissant la nuit et en le montant le matin.

**Fait :** Il faut moins d'énergie pour réchauffer une pièce froide que pour la chauffer constamment. En baissant votre thermostat la nuit, et aux moments où la maison est inoccupée pendant plus de quatre à cinq heures, vous pouvez réduire votre facture d'électricité de 10 % et réduire les émissions d'une quantité pouvant atteindre une demi-tonne! (Nota : pour chaque degré centigrade, vous économisez 2 % sur votre facture d'électricité; en baissant le thermostat de 5°C, par exemple de 20°C à 15°C le soir, vous réduirez vos coûts de chauffage d'environ 10 % pour cette période de huit heures.)

#### Comment vérifier l'exactitude des thermostats

1. Mesurez la température de votre pièce avec un thermomètre d'intérieur. N'oubliez pas de le placer près de votre thermostat de la pièce.
2. Baissez votre thermostat et montez-le immédiatement jusqu'à ce que vous entendiez un « clic ».
3. Notez la température à laquelle votre thermostat déclenche et mesurez la température indiquée contre celle indiquée par le thermomètre d'intérieur.
4. Si la température du thermostat diffère de plus de 2° C par rapport au thermomètre, régler la température en conséquence ou bien remplacer le thermostat par un thermostat à haut rendement.

- Utilisez des thermostats programmables pour baisser automatiquement la température dans les pièces très fréquentées comme la cuisine et la salle familiale.
- Baissez la température et fermez les pièces non occupées. Pendant les grands froids, il pourrait s'avérer nécessaire de hausser le thermostat légèrement pour empêcher la condensation, la moisissure et le mildiou.
- Gardez les grilles à registre et les plinthes chauffantes propres et libres de poussière.
- Nettoyez ou remplacez les filtres de l'appareil de chauffage régulièrement et faites venir un service d'entretien tous les ans.
- Songez à mettre une couverture de plus sur le lit au lieu d'utiliser une couverture électrique.
- Installez des clôtures, des haies de conifère et des arbres comme brise-vent pour économiser de l'énergie du côté nord-ouest de votre maison.
- Réaménagez votre maison en ajoutant de l'isolant, des coupe-froid, du calfeutrage. Les sous-sols non isolés peuvent représenter 30 % de la perte de chaleur dans la maison (parfois davantage).
- Évaluez votre habitation pour déterminer les fuites d'air à l'aide d'un mince morceau de tissu. Vérifiez s'il y a des courants d'air en tenant le tissu près des portes, des événements ou des prises de courant pour voir s'il bouge. Pour obtenir de meilleurs résultats, vérifiez par une journée de grands vents ou une journée très froide. Dans bon nombre de maisons, quelques mesures simples peuvent réduire les fuites d'air de moitié!

## ÉCLAIRAGE

Une maison canadienne typique a une moyenne de 30 ampoules; il est donc facile de comprendre l'effet cumulatif de la consommation d'énergie. Les conseils suivants pourraient vous aider à utiliser votre énergie d'éclairage plus judicieusement :

- Utilisez des ampoules de wattage plus faible dans les zones où il n'est pas nécessaire d'avoir autant d'éclairage comme dans les corridors et dans les entrepôts.
- Utilisez une seule ampoule de 100 watts plutôt que deux ampoules de 60 watts. Vous aurez la même quantité de lumière, mais la consommation d'énergie sera moindre et l'achat des ampoules coûtera moins cher.
- Installez un chronomètre pour que les lumières s'allument à la brunante et s'éteignent à minuit.
- Installez un éclairage à détecteur de mouvement pour la sécurité.
- Utilisez des veilleuses au lieu de laisser les lumières allumées toute la nuit.
- Pensez à remplacer les ampoules incandescentes par des ampoules fluorescentes compactes (LFC). Elles durent 10 fois plus longtemps. Une ampoule fluorescente compacte de 15 watts donnera la même quantité de lumière qu'une ampoule incandescente de 60 watts tout en consommant 75 % de moins d'énergie! Cherchez toujours les ampoules qui portent le symbole ENERGY STAR®.

**Mythe :** Le nettoyage des appareils d'éclairage et des ampoules est une perte de temps qui n'a aucun effet sur l'efficacité lumineuse.

**Fait :** Vous devriez nettoyer les appareils d'éclairage et les ampoules au moins une fois par année puisque la poussière peut diminuer l'efficacité et les niveaux d'éclairage. N'oubliez pas de débrancher ou de fermer l'appareil et d'attendre que les ampoules soient refroidies avant de les nettoyer.

### Comment réduire une fuite d'air

Si vous décelez des courants d'air, songez aux mesures suivantes pour réduire la perte de chaleur :

- Posez des coupe-froid et calfeutrez les fenêtres et les portes où vous décelez des courants d'air, et remplacez les coupe-froid usés.
- La condensation entre les carreaux de fenêtre est une indication qu'il y a une fuite. Vous pouvez réduire la fuite d'air en installant un coupe-froid et en recouvrant les fenêtres de feuilles de plastique transparentes.
- Pendant les mois d'hiver, fermez les rideaux, les stores et les contre-vent la nuit pour réduire la perte de chaleur et ouvrez-les durant le jour pour laisser pénétrer la chaleur du soleil.
- Installez des contre-fenêtres et des portes bien ajustées; celles-ci peuvent réduire la perte de chaleur de presque 15 %.
- Fermez les registres sur votre foyer ou votre poêle à bois lorsque vous ne l'utilisez pas.
- Installez des joints d'étanchéité en mousse et des plaques de plastique dans toutes les prises de courant et les commutateurs sur les murs extérieurs.
- Améliorez les niveaux d'isolation. Plus la valeur "R" d'un matériau isolant est élevée, plus la résistance à la perte de chaleur est élevée. Énergie NB recommande au moins R-40 pour le grenier, R-20 pour les murs du sous-sol et R-20 pour les murs extérieurs. L'isolant doit être bien installé pour être d'une efficacité maximale. Tout signe d'humidité ou de problème d'eau dans le sous-sol doit être corrigé d'abord. Consultez un expert avant d'entreprendre l'installation de l'isolant vous-même.

## APPAREILS ÉLECTROMÉNAGERS

Les appareils électroménagers peuvent grandement contribuer à la consommation générale de l'énergie dans la maison.

Lors de l'achat de gros appareils, il importe de comparer le rendement énergétique des différentes marques et différents modèles. Cherchez les



appareils qui portent l'étiquette ÉnerGuide. Cette étiquette explique combien d'électricité l'appareil utilise par année. Moins la consommation est élevée, plus le rendement énergétique de l'appareil est élevé. Cherchez également le symbole \*ENERGY STAR® qui indique que l'appareil répond à des lignes directrices de rendement énergétique rigoureuses. Voici certains conseils à prendre en compte :



### Dans la salle de lavage

- Lavez le linge à l'eau froide et suspendez-le pour le faire sécher dans la mesure du possible.
- Dirigez l'évent du séchoir vers l'extérieur.
- Nettoyez le filtre à charpie après chaque charge, et une fois par année, enlevez la charpie du moteur, du tambour et des tuyaux du séchoir.
- Évitez de sursécher vos vêtements. Si vous avez un télédéetecteur d'humidité sur votre séchoir, il se fermera automatiquement lorsque les vêtements seront secs.
- Lors de l'achat d'une nouvelle laveuse, n'oubliez pas qu'un modèle à chargement frontal a un meilleur rendement. Cherchez toujours le symbole ENERGY STAR®.

### Dans la cuisine

#### Appareils de cuisson

- Économisez du temps et de l'énergie en utilisant un grille-pain four, un autocuiseur, un bain mari et une mijoteuse. Dans la cuisine, les plus petits appareils sont plus écoénergétiques. Par exemple, les fours à micro-ondes consomment jusqu'à 75 % de moins d'énergie que la cuisinière ou le four conventionnel.
- Faites correspondre la grandeur du pot au brûleur pour assurer un transfert maximum de la chaleur. Les chaudrons à fond plat transfèrent et conduisent la chaleur de façon égale, ce qui permet de faire cuire plus rapidement et de mieux faire brunir.
- Utilisez des couvercles bien ajustés qui retiendront la chaleur et l'humidité.

**Mythe :** Faire cuire plusieurs aliments en même temps non seulement prolonge la durée de la cuisson mais utilise aussi plus d'énergie.

**Fait :** Vous pouvez économiser de l'énergie et du temps en faisant cuire plusieurs aliments en même temps. Par exemple, pendant la cuisson d'un met, faites cuire un gâteau ou des biscuits. (La durée de la cuisson ne devrait pas changer.)

- Faites bouillir l'eau dans une bouilloire électrique plutôt que sur la cuisinière. C'est plus rapide et ça utilise moins d'énergie.
- Utilisez les éléments de la cuisinière plutôt que le four dans la mesure du possible.
- Mettez des réflecteurs d'aluminium sous les éléments de la cuisinière pour refléter la chaleur. L'énergie utilisée pour la cuisson sur la cuisinière pourrait être gaspillée si les réflecteurs ne sont pas propres et reluisants.
- Fermez la porte du four hermétiquement et gardez-la fermée pendant l'utilisation. Chaque fois que vous ouvrez la porte, le four se refroidit d'environ 20 %. Les fours à convection, qui font circuler l'air chaud, ont un meilleur rendement énergétique que les fours ordinaires, en raison de la durée de la cuisson réduite.
- Réduisez le temps de préchauffage au minimum et éteignez le four avant la fin de la durée de la cuisson; laissez la chaleur retenue finir la cuisson.
- Utilisez la fonction four autonettoyant de votre four immédiatement après la cuisson pour profiter de la chaleur qui reste après la cuisson de votre repas. Consultez votre manuel d'utilisateur du four.

#### Réfrigérateurs

- Dégelez régulièrement votre réfrigérateur s'il n'est pas sans givre.
- Évitez de surcharger le réfrigérateur puisque l'air doit circuler à l'intérieur.
- Décidez ce que vous voulez avant d'ouvrir la porte du réfrigérateur. Ne gardez pas la porte ouverte plus longtemps qu'il ne le faut.
- Assurez-vous que les joints d'étanchéité de la porte du réfrigérateur sont propres et hermétiques. Ils devraient tenir un morceau de papier de façon serrée. Si le papier tombe facilement, remplacez les joints d'étanchéité.
- Réglez le thermostat du réfrigérateur à moyen 4 °C (39 °F) et du congélateur à -18 °C (0 °F).
- Dégelez les aliments dans le réfrigérateur plutôt qu'au micro-onde ou sous l'eau chaude.
- Nettoyez les serpentins refroidisseurs souvent et laissez suffisamment d'espace autour du réfrigérateur pour assurer une bonne circulation d'air.
- Utilisez un grand réfrigérateur plutôt que deux petits réfrigérateurs – c'est plus écoénergétique.
- Débarrassez-vous des anciens réfrigérateurs, congélateurs et climatiseurs de façon sécuritaire, en vous assurant que les substances appauvrissant la couche d'ozone sont bien enlevées.

#### Lave-vaisselle

- Faites fonctionner le lave-vaisselle uniquement lorsqu'il est plein.
- Choisissez le cycle de séchage à l'air du lave-vaisselle.

\* La marque ENERGY STAR® est administrée au Canada par Ressources naturelles Canada, qui en fait aussi la promotion. Elle est enregistrée au pays par la United States Environmental Protection Agency.

## Dans un bureau à domicile

- Éteignez les lumières lorsque le bureau n'est pas occupé et remplacez les ampoules incandescentes régulières par des ampoules fluorescentes compactes (LFC) pour réduire la consommation d'énergie.
- Les ordinateurs, moniteurs et photocopieurs consomment plus d'énergie lorsqu'on les laisse allumés plutôt que de les éteindre et de les allumer selon les besoins. Un autre choix c'est de les mettre en veille.
- Mettez votre imprimante et votre scanner en veille pour réduire la consommation d'énergie.
- Économisez de l'argent en débranchant les chargeurs de batterie pour les ordinateurs portatifs, les téléphones cellulaires et les appareils numériques lorsque les batteries sont entièrement chargées.
- Cherchez des systèmes et des moniteurs écoénergétiques lorsque vous achetez de nouveaux appareils de bureau. Actuellement, les moniteurs les plus écoénergétiques sont les afficheurs à cristaux liquides (LCD), qui utilisent de 80 à 90 % de moins d'énergie que les moniteurs de tube cathodique.
- Achetez un moniteur qui est de la bonne dimension pour vos besoins; les grands moniteurs habituellement consomment plus d'énergie.
- Cherchez le symbole ENERGY STAR® sur votre ordinateur, cela indique que les caractéristiques de gestion d'énergie de l'ordinateur étaient activées par le fabricant avant l'expédition. Pour maintenir l'économie d'énergie, laissez-les activées ou réglez-les en fonction de votre charge de travail.
- Envisagez de donner votre ancien ordinateur plutôt que de le mettre dans les ordures. Les ordinateurs contiennent du plomb et des métaux qui sont nocifs pour l'environnement.

### Autres conseils d'économie d'énergie

Si vous êtes intéressé à vous renseigner davantage sur l'efficacité énergétique, Ressources naturelles Canada a plusieurs publications qui peuvent vous être utiles. Plusieurs sont affichées sur le site Web à :

[www.oee.nrcan.gc.ca](http://www.oee.nrcan.gc.ca).

Le site Web sur les changements climatiques du gouvernement du Canada ([www.climatechange.gc.ca](http://www.climatechange.gc.ca)) offre beaucoup de conseils sur la façon d'accroître l'efficacité énergétique de votre maison et de réduire les gaz à effet de serre.

Pour obtenir plus d'information sur l'efficacité énergétique, et savoir combien d'électricité vos appareils consomment, visitez le site Web d'Énergie NB à : [www.nbpower.com](http://www.nbpower.com).

Enfin, pour vous renseigner davantage sur le programme ENERGY STAR®, visitez : <http://www.energystar.gov> et sur le programme ÉnerGuide, visitez :

<http://oee.nrcan.gc.ca/energuide/index.cfm>.

## CONSOMMATION D'ÉNERGIE ET D'EAU

Sauf le chauffage électrique, l'utilisation de l'eau chaude peut représenter jusqu'à 50 % de la consommation d'énergie par une famille. En faisant un emploi judicieux de l'eau, vous pouvez économiser l'eau et l'énergie et réduire les coûts associés tout en aidant à protéger l'environnement.

Vérifiez pour déceler les

fuites, installez des dispositifs d'économie d'énergie et pensez deux fois à l'utilisation de l'eau; voilà des façons de réduire la consommation d'énergie par un emploi judicieux de l'eau.

Voici quelques autres mesures pour économiser l'eau :

- Rincez la vaisselle dans l'eau froide. Si vous utilisez un lave-vaisselle, grattez la vaisselle au lieu de la rincer.
- Rincez les fruits ou les légumes dans l'évier ou un bol plutôt que sous l'eau du robinet.
- Réparez les tuyaux ou les robinets qui ont des fuites immédiatement. Ceux-ci peuvent gaspiller plus de 400 litres d'eau par jour!
- Installez des brise-jet aérateurs à votre évier de cuisine ou de salle de bain pour limiter le débit d'eau.
- Passez moins de temps dans la douche et installez une pomme de douche à débit réduit.
- Mettez uniquement la quantité d'eau dans le bain dont vous avez vraiment besoin.
- Ne gaspillez pas l'eau en laissant couler le robinet inutilement. En vous lavant, vous rasant ou vous brossant les dents, ouvrez le robinet uniquement pour rincer.
- Faites votre lessive à l'eau froide.
- Pensez à une laveuse à chargement frontal pour réduire la consommation de l'eau.
- Éteignez votre chauffe-eau électrique lorsque vous vous absentez pour deux semaines ou plus.

**V**ous connaissez probablement déjà certains conseils que présente ce guide pour économiser de l'énergie. J'espère que vous en avez appris quelques nouveaux aussi! Que vous connaissiez ces conseils ou non, commencez par appliquer des méthodes de conservation simples chez vous, par exemple, des méthodes de chauffage, de refroidissement et d'éclairage logiques et un choix et une utilisation attentifs d'appareils ménagers écoénergétiques. Chaque mesure prise a un impact positif sur les changements climatiques ici au Nouveau-Brunswick et au niveau mondial. Alors répandez la bonne nouvelle, soyez économe!

**Mythe :** On utilise moins d'eau en lavant la vaisselle à la main qu'en utilisant le lave-vaisselle.

**Fait :** Le lavage au lave-vaisselle économise plus d'eau que le lavage à la main, mais seulement si vous utilisez le lave-vaisselle lorsqu'il est rempli.