

12 possibilités pour économiser l'énergie

Liste de contrôle

Pourquoi économiser l'énergie?

- Economiser l'énergie, c'est aussi économiser de l'argent. De nombreuses mesures peuvent être prises sans avoir recours à de gros moyens financiers. Il est ainsi possible de réduire la consommation énergétique de 10% à 15% environ grâce à des solutions simples. La plupart d'entre elles déploient leurs effets après un à trois ans déjà.
- Parallèlement, les économies d'énergie permettront de minimiser les pénuries de gaz et d'électricité qui se profilent et de désamorcer les risques de coupures de courant.
- Et pour finir, cela permet aussi de réduire vos risques de contingentement si vous n'achetez pas encore sur le marché libre ou si vous n'avez pas encore installé de compteur à courbe de charge. Le scénario d'une pénurie d'électricité risque de s'étendre sur plusieurs années. Les grands établissements de l'hôtellerie-restauration, dont la consommation annuelle atteint actuellement 100 000 kilowattheures pourraient réduire le risque de demeurer dans le segment des gros consommateurs en appliquant des mesures d'économies d'énergie le plus rapidement possible.

Conseils pour réaliser des économies

De nombreuses mesures pour économiser l'énergie peuvent être intégrées aussi facilement que rapidement au travail quotidien. D'autres mesures, plus durables, nécessitent une planification, des instructions et des investissements. Toutefois, la sécurité alimentaire et l'hygiène doivent être garanties indépendamment de toutes les mesures d'économies d'énergie. Pour ce qui est de la protection de la santé des personnes sur le lieu de travail, veuillez consulter la [notice du SECO](#).

1. Impliquez vos collaborateurs et **communiquez** avec vos clients.

- Travaillez sur les mesures d'économies d'énergie et leur mise en œuvre avec vos collaborateurs. En outre, des mises à jour régulières pour constater les économies d'énergie réalisées peuvent avoir un effet motivant. Selon la taille de l'établissement, il est recommandé de nommer une ou plusieurs personnes responsables de l'aspect énergétique. Enfin, vos collaborateurs ont eux aussi certainement de bonnes idées pour réduire la consommation d'énergie dans l'entreprise.
- Informez vos clients. Une communication franche est requise, notamment pour les aspects qui concernent directement le client (p. ex. minibar, fréquence de lavage des draps et serviettes de la chambre, etc.). En outre, l'efficacité énergétique n'est pas seulement le signe d'une bonne gestion économique, mais également celui d'une gestion respectueuse de l'environnement.

2. **Contrôlez** votre consommation d'énergie en continu.

- Contrôlez la quantité d'énergie que vous consommez. Vous pouvez documenter vos relevés de compteur à intervalles réguliers, à un rythme hebdomadaire par exemple. Un système de mesure de l'électricité permet en outre de détecter les appareils énergivores.

3. **Eteignez tous les appareils** qui ne sont pas utilisés.

- Les appareils de cuisine comme les percolateurs ou les chauffe-plats ne doivent être allumés que lorsqu'ils sont utilisés. Une étiquette avec l'indication du temps de chauffe placée sur l'appareil vous aide, ainsi que vos collaborateurs, à optimiser le moment de la mise en service.

- Allumez uniquement vos plaques de cuisson lorsque les poêles et les casseroles sont dessus.
- Le chauffage des pièces vides comme les salles de séminaires non occupées peut être fortement diminué, voire éteint (réglage antigel entre 10 °C et 14 °C).
- Coupez la ventilation pendant la nuit. Testez progressivement si le débit d'air peut être réduit sans que cela n'affecte la qualité de l'air. En cuisine, renoncez à une ventilation de base constante et adaptez l'aération aux temps de cuisson (niveau réduit lorsque les fourneaux sont éteints). Informez le personnel sur la régulation de la ventilation.
- Les téléviseurs et autres écrans non utilisés devraient être éteints au lieu d'être en veille.
- Les minibars peuvent être éteints ou réglés au niveau minimum lorsque les chambres ne sont pas occupées.
- Les distributeurs de cigarettes peuvent être éteints en dehors des heures d'ouverture de l'établissement. On peut utiliser une minuterie ou le faire manuellement.
- Les sèche-mains électriques peuvent être éteints en dehors des heures d'ouverture de l'établissement. S'il existe d'autres possibilités (serviettes en papier p. ex.), plusieurs, voire tous les sèche-mains peuvent être mis hors service.

4. Exploitation ciblée de l'énergie **en cuisine.**

- Des couvercles sur les poêles et les casseroles réduisent les déperditions de chaleur. Une casserole sans couvercle nécessite par exemple près de quatre fois autant d'énergie qu'une casserole couverte pour faire bouillir de l'eau.
- Lorsque vous cuisinez avec de l'eau, versez de l'eau du robinet déjà chaude dans vos récipients. Sachez aussi que pour de faibles quantités d'eau, une bouilloire électrique consomme moins d'énergie.
- Installez des limiteurs de débit sur vos robinets. Cela permet de réduire le gaspillage d'eau (chaude) et donc aussi la consommation d'énergie. Réparez ou changez sans délai les robinets qui goutent ainsi que les joints qui fuient.
- Si vous n'utilisez pas de cuisinière à induction, veillez à ce que la taille des récipients utilisés pour cuisiner soient adaptés au diamètre de vos plaques. Lorsque le diamètre des poêles, casseroles, etc. est supérieur à celui des plaques, la cuisson est nettement plus longue. Si, au contraire, le diamètre est inférieur, la déperdition de chaleur est importante.
- Veillez à ce que la taille des poêles, marmites, casseroles, etc. soit adaptée à la quantité d'aliments utilisée.
- Les casseroles et les poêles dont le fond n'est pas plat doivent être remplacées ou réparées sans délai. Les récipients avec un fond bosselé nécessitent jusqu'à 30% d'énergie supplémentaire.
- Éteignez les plaques de cuisson électriques quelques minutes avant la fin du temps de cuisson. Elles restent encore chaudes un bon moment, ce qui permet de terminer la cuisson de nombreux aliments en utilisant moins d'énergie.
- Si la préparation le permet, renoncez au préchauffage du four et utilisez la chaleur résiduelle du four après une cuisson.
- Les gros appareils comme les cuves ou les rôtissoires basculantes doivent être utilisés uniquement à bon escient, car ils sont particulièrement énergivores. Les grillades à la carte peuvent aussi être préparées dans une poêle.
- La cuisson à la vapeur présente un meilleur coefficient énergétique qu'une cuisson traditionnelle à l'eau et nécessite aussi moins d'eau. En outre, les arômes et l'aspect sont mieux préservés.

- Evitez de faire tourner le lave-vaisselle s'il n'est pas entièrement rempli. L'électricité est moins chère la nuit que le jour à de nombreux endroits. Utilisez au mieux les programmes économiques ou éco du lave-vaisselle, car vous économisez ainsi jusqu'à 30% d'énergie.
- Vérifiez si votre lave-vaisselle peut être raccordé à l'arrivée d'eau chaude.
- Programme d'efficacité énergétique: [EcoGastro](#)

5. Economies d'énergies **dans les chambres d'hôtels.**

- Pour autant que la configuration de votre entreprise et le système de chauffage le permettent, louez vos chambres en fonction du bâtiment et de l'étage. Vous pourrez ainsi réduire ou couper le chauffage dans les zones inoccupées.
- Envisagez l'installation de systèmes de détection qui éteignent par exemple la lumière automatiquement lorsque le client retire sa carte-clé en quittant la chambre.
- Laissez vos hôtes décider du moment où les serviettes de bain et les draps doivent être changés.
- Installez des limiteurs de débit sur les robinets et les pommeaux de douche. Cela permet de réduire la consommation d'eau (chaude) et donc aussi le gaspillage d'énergie.
- Réparez ou changez sans délai les robinets qui goutent ainsi que les joints qui fuient.

6. Efficacité énergétique des **espaces de bien-être et de fitness.**

- Vérifiez si les heures d'ouverture des espaces de bien-être et de fitness correspondent aux besoins de votre clientèle et réduisez éventuellement les temps d'exploitation.
- Installez des limiteurs de débit sur les robinets et les pommeaux de douche. Cela permet de réduire la consommation d'eau (chaude) et donc aussi d'énergie.
- Réparez ou changez sans délai les robinets qui goutent ainsi que les joints qui fuient.
- Installez des minuteurs pour les douches de la piscine, les sèche-cheveux, l'éclairage des toilettes, etc.
- Recouvrez les bassins pendant la nuit et lorsqu'ils ne sont pas utilisés sur une période prolongée. Cela permet de réduire les pertes de chaleur et donc d'énergie.
- Activation du bain de vapeur: maintenez le bain de vapeur à 30 °C. Lorsqu'une personne active la mise en marche pour utiliser l'installation, la température monte à 45 °C. Une minuterie intégrée fait redescendre la température du bain de vapeur à 30 °C quinze minutes après la dernière utilisation.
- Dans une piscine couverte, les coûts de chauffage sont principalement dus au réchauffement de l'eau et de l'air. Il est conseillé d'utiliser des déshumidificateurs à récupération thermique. Ces appareils captent la chaleur de l'air évacué et la réinjectent dans l'air ambiant.
- La cabine de sauna doit être équipée d'une porte qui ferme bien. Plus la porte est hermétique, moins le poêle du sauna consommera d'énergie. Il est conseillé d'avoir un système de ventilation automatique qui régule l'apport en air frais selon le nombre de personnes dans la cabine de sauna.

7. Utilisez l'énergie du **chauffage** de manière ciblée.

- Règle: réduire le chauffage d'un seul degré permet d'économiser entre 5% et 7% d'énergie!
- La température peut être réduite dans les chambres inoccupées et les salles vides. Des tentures fermées permettent en outre de réduire le refroidissement par les fenêtres.

- En cuisine, il est possible de fortement réduire le chauffage, voire de l'éteindre, car la cuisson dégage beaucoup de chaleur.
- La chaleur corporelle des personnes réchauffe la pièce. Lors de séminaires, de réception et d'autres manifestations, le chauffage peut donc être réduit en conséquence.
- Quelques points de repère utiles:

Piscines	28 °C
Salles de bain	24 °C
Bureaux	22 °C
Pièces à vivre	20 °C
Cuisines et salles à manger	18 °C
Chambres	17 °C
Cages d'escaliers	12 °C
Caves et locaux de stockage	6 °C

- Les chauffages en extérieur (p. ex. parasols chauffants) et les appareils à soufflerie d'air chaud sont particulièrement énergivores, mais peu efficaces au final. Utilisez-les uniquement dans des cas exceptionnels et de manière très ciblée.
- Les radiateurs ne doivent pas être recouverts par des rideaux ou des meubles, car cela réduit la puissance de chauffe.
- Lorsque des radiateurs sont placés contre une paroi qui donne sur l'extérieur, il est conseillé de glisser une plaque de polystyrène revêtue d'une feuille d'aluminium ou une plaque d'isolation thermique entre le radiateur et la paroi. Cela permet de réduire les déperditions de chaleur vers l'extérieur.
- Une soupape thermostatique sur les radiateurs régule le débit d'eau de chauffage en fonction de la température ambiante. Les soupapes thermostatiques équipées d'un capteur sont capables de détecter si une fenêtre est ouverte et de couper immédiatement le chauffage du radiateur.
- Vérifiez si la température de consigne de l'eau chaude peut être réduite.
- Une minuterie sur le système de chauffage permet par exemple d'optimiser la température pour la nuit.
- Dans les entrées, il est conseillé d'installer un coupe-vent non chauffé, de manière à ce que la porte reste fermée. Les portes coulissantes automatiques ne sont pas recommandées en termes de consommation d'énergie. Il est encore préférable d'avoir des portes tournantes.

8. Utilisez l'énergie de manière ciblée pour le **refroidissement**.

- La température des réfrigérateurs ne doit pas être trop basse. + 6 °C pour un frigo/une chambre froide, et de - 19 °C pour un congélateur suffisent à la plupart des denrées alimentaires. **Attention:** des températures maximales plus basses sont prescrites pour les aliments suivants en raison des normes d'hygiène ([Guide BPHR](#)):
 - Poissons frais et produits de la pêche frais, préparations à base de crustacés et de mollusques sans autre conservation: glace, 2 °C max.
 - Produits contenant des œufs qui ne se conservent pas à température ambiante: 4 °C max.
 - Viande hachée, denrées périssables: 5 °C max.

- Laissez d'abord refroidir les aliments chauds à température ambiante avant de les placer au frigo/en chambre froide ou au congélateur.
- Sortez les produits surgelés du congélateur plusieurs heures avant de les préparer. Les aliments décongelés nécessitent moins d'énergie à la cuisson.
- Optimisez l'utilisation du frigo/de la chambre froide: un appareil ou une pièce à moitié vide ou trop rempli consomme plus d'énergie que nécessaire.
- L'ouverture d'une porte de frigo/chambre froide ou de congélateur entraîne une déperdition d'énergie. Refermez donc les portes le plus rapidement possible. Les installations fréquemment utilisées devraient être équipées d'un rideau de porte spécial. Une fermeture de portes magnétique est également indiquée.
- Assurez-vous que l'ouverture d'aération (grille) des appareils de refroidissement n'est pas obstruée.
- Dans la mesure du possible, les réfrigérateurs et les congélateurs devraient être placés dans une pièce non chauffée et bien aérée. Evitez de les installer près de sources de chaleur comme les radiateurs, les fourneaux ou de les exposer aux rayons du soleil. Les appareils ne devraient en outre pas être placés directement contre un mur. Il convient d'observer une distance de 5 cm au minimum.
- Un climatiseur ne devrait pas refroidir à moins de 20 °C. La différence entre la température intérieure et extérieure ne devrait pas excéder 6 °C.
- Aérez les pièces rapidement, mais intensément (courant d'air) au lieu de laisser des fenêtres entrouvertes pendant des heures.
- Avant d'acheter ou d'allumer un climatiseur, examinez les autres options pour réaliser des économies d'énergie comme l'installation ou l'utilisation de stores devant les fenêtres.
- Les climatiseurs modernes peuvent être régulés par des interrupteurs de contact placés sur les fenêtres et les portes ou grâce à des thermostats électroniques. Lorsqu'une fenêtre ou une porte est ouverte, le climatiseur s'arrête automatiquement.
- [Programme de subvention pour appareils professionnels efficaces](#)

9. Vérification de l'énergie utilisée pour l'éclairage.

- La lumière du jour ne consomme pas d'énergie. Elle est gratuite. Vérifiez si vous exploitez déjà pleinement cet avantage.
- Les détecteurs de mouvement peuvent remplacer les commutateurs dans les pièces qui ne sont pas occupées en permanence. Cela est notamment valable pour les pièces de stockage et de refroidissement, mais aussi dans les toilettes et les vestiaires.
- Remplacez les lampes conventionnelles et halogènes par des ampoules LED qui consomment nettement moins d'électricité. N'oubliez pas l'éclairage des endroits peu utilisés comme les chambres froides et de stockage.
- Vérifiez si l'éclairage extérieur (décoratif également) peut être alimenté à l'énergie solaire.
- Eteignez les enseignes lumineuses et l'éclairage extérieur la nuit, manuellement ou en utilisant une minuterie.
- Programmes de soutien: [Lightbank](#) et [Senso70](#)

10. Nettoyez et entretenez vos appareils aussi régulièrement que soigneusement.

- Les aspirateurs, les cireuses et tous les autres appareils de ménage doivent être nettoyés et entretenus régulièrement. Cela permet de prolonger leur durée de vie, de nettoyer plus efficacement et de réduire la consommation d'énergie.
- Les abat-jours et les fenêtres sales ou poussiéreux atténuent la lumière. En extérieur, de la mousse et des lichens peuvent se fixer sur les luminaires. Nettoyez-les régulièrement.
- Les échangeurs thermiques à l'arrière des appareils de réfrigération devraient être dépoussiérés au moins deux fois par an. En effet, la poussière possède des propriétés isolantes.
- Les joints de portes des réfrigérateurs fissurés et/ou poreux doivent être remplacés rapidement. Un contrôle et un nettoyage régulier de ces parties est impératif.
- Les appareils de réfrigération qui contiennent du givre sont moins efficaces. Un dégivrage régulier s'impose. Deux millimètres de givre augmentent déjà la consommation d'un congélateur de 10% environ.
- Les radiateurs doivent être nettoyés régulièrement. La poussière et les salissures réduisent la diffusion de chaleur.
- Nettoyez régulièrement les filtres, les condensateurs et l'évaporateur du climatiseur.
- Remplacez chaque année les filtres de votre système de ventilation par des filtres spéciaux permettant d'économiser l'énergie.
- La chaudière des systèmes de chauffage à combustion (mazout, gaz, bois) doit être révisée et nettoyée avant le début de la période de chauffage. En outre, la chaudière doit être placée dans une pièce suffisamment aérée. Si tel n'est pas le cas, l'air de combustion chargé de particules encrasse plus rapidement la chaudière, d'où une surconsommation de matière combustible.
- Il convient de bien isoler les conduites de chauffage et d'eau dans les pièces non chauffées. La déperdition d'énergie peut ainsi être réduite.
- Dans les espaces de bien-être et de fitness, des conduites et des filtres obstrués réduisent l'efficacité de vos installations. Les appareils qui se trouvent dans cette zone devraient en outre être détartrés à courts intervalles.

11. Utilisez l'énergie de manière ciblée lors des lavages.

- La température de lavage devrait être aussi basse que possible. Le linge peu sali peut souvent être lavé à des températures inférieures à 60 °C.
- Veillez à remplir les machines le plus possible. Il est conseillé d'acheter une machine plus petite pour les faibles volumes de linge à laver séparément avec un programme spécial. Les machines modernes sont équipées de capteurs qui mesurent le niveau de remplissage et utilisent ainsi uniquement les quantités d'eau et d'électricité nécessaires à chaque cycle de lavage.
- Si le type de linge le permet, il est recommandé de bien l'essorer. Cela réduit l'humidité résiduelle dans les tissus et consomme sensiblement moins d'énergie qu'un sèche-linge pour un résultat similaire.
- Faites sécher votre linge de manière conventionnelle sur une corde lorsque cela est possible.
- Le repassage est particulièrement efficace lorsque le linge contient encore environ 25% d'humidité et consomme aussi moins d'énergie. Lors du repassage, la chaleur résiduelle du fer peut être utilisée.
- [Programme de soutien pour sèche-linges professionnels avec pompe à chaleur](#)

12. Examen des **nouvelles acquisitions** et des **investissements**.

- Une cuisinière à induction chauffe rapidement et de manière ciblée. Son efficacité énergétique est meilleure que celle des tables de cuisson au gaz ou des plaques électriques habituelles.
- Les fours à air chaud et mixtes peuvent rôtir, braiser, gratiner, cuire à la vapeur etc. à des températures comprises entre 65 °C et 300 °C. L'acquisition d'un tel appareil permet souvent de remplacer deux ou trois autres grands appareils de cuisine (cuve, rôtissoire, sauteuse, bac à eau, etc.). A titre de comparaison, un four à air chaud/mixte consomme quotidiennement environ 3,1 kilowattheures, contre 13,9 kWh pour une braisière basculante.
- Les salamandres avec détection automatique ne chauffent que lorsqu'elles contiennent des assiettes.
- Il est conseillé de miser sur des tireuses de boissons et des machines à glaçons à refroidissement à sec ou à air. Elles consomment moins d'énergie que les systèmes à refroidissement par eau.
- Lorsque vous achetez de nouveaux appareils, vérifiez leur efficacité énergétique. Les coûts d'acquisition peuvent être plus élevés, mais cet investissement est rentabilisé à moyen ou à long terme puisque la consommation en énergie est plus faible.
- Vérifiez si vos appareils (lave-linge, lave-vaisselle) peuvent être raccordés au chauffage afin d'en exploiter la chaleur résiduelle.
- Vérifiez l'âge de vos pompes de chauffage et remplacez les plus anciennes. Les pompes à haut rendement et celles à régulation électronique qui adaptent leur puissance à vos besoins sont nettement moins énergivores que les autres.
- Examinez les possibilités d'investissement à long terme dans l'enveloppe de vos bâtiments (fenêtres comprises) et votre système de chauffage. Programmes de soutien: [Programme Bâtiments](#) et [CECB](#)
- Examinez si une installation solaire est pertinente dans votre localité: [calculateur solaire](#)
- Examinez s'il vaut la peine de faire installer un système de chauffage respectueux de l'environnement: [calculateur des coûts de chauffage](#)

Faites-vous conseiller par des **professionnels**!

Les experts en énergie conseillent les entreprises de manière professionnelle et individuelle. Le premier entretien avec les conseillers de [PEIK](#) est gratuit. L'entretien-conseil complet est financé pour moitié par SuisseEnergie (jusqu'à concurrence de CHF 2500). Selon la taille de l'entreprise et la complexité de la gestion énergétique, les frais de conseil vont de CHF 2000 à CHF 6000. Vous recevez un rapport détaillé après quelques semaines seulement. Ce rapport vous informe sur les investissements rentables et les durées de retour sur investissement. Le conseiller définit les mesures prioritaires en fonction de la durée de l'amortissement et en discute avec vous.

Sources

- [Energiekampagne Gastgewerbe, DEHOGA](#)
- [Guide électricité, OFAE](#)

Date

Le 1^{er} décembre 2022