



# Conseils pour économiser l'énergie Mobilité

33,6% de toutes les émissions de CO<sub>2</sub> proviennent du secteur de la mobilité.

TRAIN **46** kg DE CO<sub>2</sub>  
AVION **143** kg DE CO<sub>2</sub> = ÉMISSIONS DE GAZ À EFFET DE SERRE POUR LE TRAJET **BERLIN-ZURICH**

**1/15** DE CO<sub>2</sub> = LES TRANSPORTS EN COMMUN PLUTÔT QUE LES VOITURES

## Que pouvez-vous faire?

LES COURTES DISTANCES  
À VÉLO PLUTÔT QU'EN  
VOITURE PARCOURIR **-651** kg DE CO<sub>2</sub>  
PAR ANNÉE

PRENDRE LE TRAIN  
PLUTÔT QUE LA VOITURE **-96** % D'ÉMISSIONS  
DE CO<sub>2</sub>

Sources: bafu.admin.ch (Office fédéral de l'environnement OFEV), flyingless.de, bfs.admin.ch (Office fédéral de la statistique), mobitool.ch (Facteurs de Mobitool v3.0, Update 2023, (Plate-forme d'outils de gestion de la mobilité et de données environnementales))



## Conseils pour économiser l'énergie Appareils électroniques et énergie

L'éclairage consomme **11 %** de l'électricité dans toute la Suisse. Les autres appareils électriques consomment **11,8 %** dans les ménages.

**STAND-BY** = 33'046 t DE CO<sub>2</sub> CONSOMMATION PAR AN EN SUISSE

**INTERNET MONDIAL** = PLUS D'UN MILLION DE TONNES, SOIT 2,8 % DES ÉMISSIONS MONDIALES DE GAZ À EFFET DE SERRE FOSSILES

### Que pouvez-vous faire?

ÉVITER LE STAND-BY, N'ALLUMER LES APPAREILS QUE LORSQU'ILS SONT UTILISÉS **-50** % D'ÉNERGIE DES MACHINES À CAFÉ

REEMPLACER UN APPAREIL A PAR UN APPAREIL A+++ **-50** % CONSOMMATION ÉLECTRIQUE

REEMPLACER LES AMPOULES À INCANDESCENCE PAR DES AMPOULES LED **5** FOIS MOINS DE CONSOMMATION D'ÉNERGIE



## Conseils pour économiser l'énergie Alimentation

Pas moins de **34 %** des gaz à effet de serre proviennent du secteur alimentaire.

**33 %** = DES ALIMENTS EN SUISSE SONT DES **DÉCHETS ALIMENTAIRES**

**48 kg** = **CONSOMMATION MOYENNE DE VIANDE** PAR PERSONNE ET PAR AN

**2,1 kg DE CO<sub>2</sub>** = UN kg DE **TOFU** (UE)

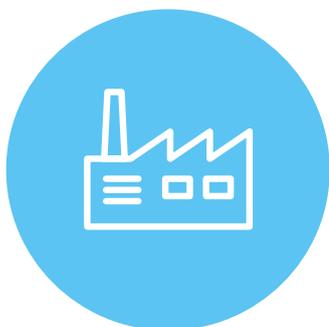
**48 kg DE CO<sub>2</sub>** = UN kg DE **VIANDE DE BŒUF** (CH)

## Que pouvez-vous faire?

**ALIMENTATION VÉGÉTARIENNE** PAR RAPPORT À UNE MOYENNE NUTRITION **-457** kg DE CO<sub>2</sub> PAR AN

**SAISONS ET LÉGUMES RÉGIONAUX**, AU LIEU DE LÉGUMES DE SERRE CHAUFFÉS **-312** kg DE CO<sub>2</sub> PAR AN

Sources: nature.com (Nature Food), wwf.ch (WWF Suisse : Organisation pour la protection de la nature et de l'environnement), bfs.admin.ch (Office fédéral de la statistique), stadt-zuerich.ch (Faits de la ville de Zurich), esu-services.ch (Fair consulting in sustainability)



## Conseils pour économiser l'énergie Matériel et infrastructure

En Suisse, chaque personne produit en moyenne **700 kg** de déchets par an. En Allemagne en moyenne, ce sont **641 kg** par an et par personne, et même **834 kg** en Autriche.

**431** kg CO<sub>2</sub> PAR AN

=

C'EST LA QUANTITÉ DE DÉCHETS QUE CHAQUE PERSONNE EN SUÈDE. CE SONT DES JUSQU'À **50 % DE DÉCHETS EN MOINS** QUE LES PERSONNES DE LA ZONE DACH

**7** tCO<sub>2</sub> =

ÉMISSIONS GRISES EN SUISSE, GÉNÉRÉES À L'ÉTRANGER PAR LA PRODUCTION DE NOS BIENS DE CONSOMMATION

## Que pouvez-vous faire?

UTILISEZ DES RECYCLABLES PLASTIQUES COMME LE REGRANULAT (PLASTIQUE RECYCLÉ)

-3



1 L DE PÉTROLE BRUT PAR 1 kg DE REGRANULAT

ÉVITER LA PRODUCTION DE PLASTIQUE ET DONC LES ÉMISSIONS ÉLEVÉES DE CO<sub>2</sub>

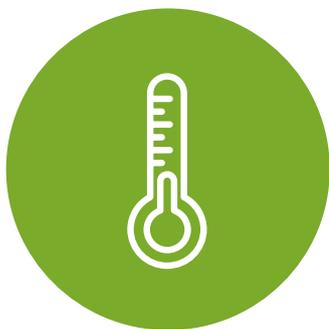
2,8

kg DE CO<sub>2</sub> POUR 1kg D'INCINÉRATION DE MATIÈRE PLASTIQUE

RENONCEZ AU PAPIER AU BUREAU, LÀ OÙ C'EST POSSIBLE. CAR CHAQUE PERSONNE CONSOMME PAR AN

185

kg DE CO<sub>2</sub>



## Conseils pour économiser l'énergie Chauffage, refroidissement et ventilation

Dans toute la Suisse, environ **30 %** de l'énergie est consommée pour le chauffage des locaux. Dans les ménages, le chauffage consomme même **63,7 %** de l'énergie.

**20** l DE MAZOUT = CONSOMMATION DES BÂTIMENTS DE PLUS DE 30 ANS PAR m<sup>2</sup> PAR AN

**3,8** l DE MAZOUT = CONSOMMATION D'UNE MAISON CONSTRUCTION NEUVE PAR M2 EN ANNÉE

**1** t DE CO<sub>2</sub> = 330 LITRES DE MAZOUT

### Que pouvez-vous faire?

AÉRER BRIÈVEMENT ET VIGOREUSEMENT **3 FOIS PAR JOUR**, NE PAS INCLINER LES FENÊTRES **-45** kg DE CO<sub>2</sub> PAR AN

CHAUFFAGE DANS LA MAISON/L'APPARTEMENT RÉGLER **2 °C PLUS BAS** **-75** kg DE CO<sub>2</sub> PAR AN

RÉFRIGÉRATEUR ET CONGÉLATEUR **2 °C EN MOINS RÉGLER LE FROID** **-10** % CONSOMMATION D'ÉNERGIE

UN VENTILATEUR AU LIEU DE LA CLIMATISATION **20** FOIS MOINS DE CONSOMMATION D'ÉLECTRICITÉ



## Conseils pour économiser l'énergie Eau et linge

Dans les ménages, l'eau chaude représente **13,8 %** de la consommation d'énergie.

**43,9 %** = DE TOUS LES MÉNAGES CHAUFFENT L'EAU CHAUDE AVEC DU GAZ NATUREL ET LE MAZOUT

**65 l d'eau** = 5 MIN DE DOUCHE AVEC UN POMMEAU DE DOUCHE ORDINAIRE

**35 l d'eau** = 5 MIN DE DOUCHE AVEC UN POMME DE DOUCHE ÉCONOMIQUE

## Que pouvez-vous faire?

INSTALLER DES BUSES D'ÉCONOMIE D'EAU DANS LA DOUCHE ET PRÈS DU LAVABO **-100** kg CO<sub>2</sub> PAR AN

PRENDRE UNE DOUCHE PLUTÔT QU'UN BAIN **-70** % D'ÉNERGIE

VÊTEMENTS À 20 °C, SOUS-VÊTEMENTS ET LITERIE LAVER À 60 °C **-70** % D'ÉNERGIE

SÉCHER LE LINGE À L'AIR **-76** % D'ÉNERGIE