



Conseils pour économiser l'énergie Mobilité

33,6% de toutes les émissions de CO₂ proviennent du secteur de la mobilité.

TRAIN **46** kg DE CO₂ = ÉMISSIONS DE GAZ À EFFET DE SERRE POUR LE TRAJET **BERLIN-ZURICH**
AVION **143** kg DE CO₂

1/15 DE CO₂ = 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 CO₂ PAR ANNÉE

PRENDRE LE TRAIN PLUTÔT QUE LA VOITURE **-96** % D'ÉMISSIONS DE CO₂

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 CO₂ 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 CO₂ = UN kg DE **TOFU** (UE)

48 kg DE CO₂ = UN kg DE **VIANDE DE BŒUF** (CH)

Que pouvez-vous faire?

ALIMENTATION VÉGÉTARIENNE PAR RAPPORT À UNE MOYENNE NUTRITION **-457** kg DE CO₂ PAR AN

SAISONS ET LÉGUMES RÉGIONAUX, AU LIEU DE LÉGUMES DE SERRE CHAUFFÉS **-312** kg DE CO₂ 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 CO₂ 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 tCO₂ =

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 CO₂

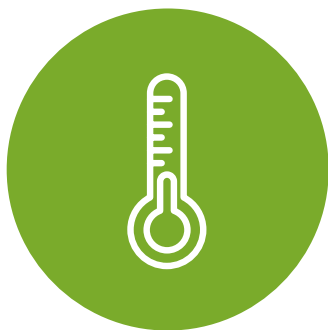
2,8

kg DE CO₂ 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 CO₂



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 m² PAR AN

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

1 t DE CO₂ = 330 LITRES DE MAZOUT

Que pouvez-vous faire?

AÉRER BRIÈVEMENT ET VIGOREUSEMENT 3 FOIS PAR JOUR, NE PAS INCLINER LES FENÊTRES **-45** kg DE CO₂ PAR AN

CHAUFFAGE DANS LA MAISON/L'APPARTEMENT RÉGLER 2 °C PLUS BAS **-75** kg DE CO₂ 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 CO₂ 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