

SOBRIÉTÉ ÉNERGÉTIQUE

SOBRIÉTÉ ET ALIMENTATION

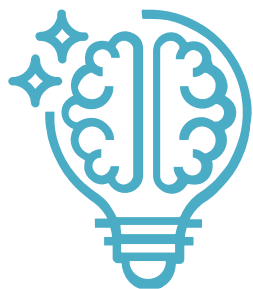
Fabrique francilienne de la sobriété / Vendredi 20 octobre 2023/ 9h30-12h00

Marie-Laure Falque Masset – AREC, L'Institut Paris Region



AREC
AGENCE RÉGIONALE
ÉNERGIE-CLIMAT

Atelier de la Fabrique francilienne des sobriétés



L'Institut Paris Region :
Une expertise pluridisciplinaire pour
traiter des enjeux territoriaux



Organisé par
le Département énergie climat



Animé par
Marie-Laure Falque Masset

Objectifs de l'atelier

Imaginer ensemble une sobriété choisie, juste, collective et innovante pour l'Île-de-France

- **Comment modifier nos comportements et nos pratiques alimentaires pour réduire les consommations d'énergie et de ressources ?**
- **Quel système alimentaire « pour assurer la disponibilité d'une nourriture adaptée, accessible et en quantité suffisante pour tous, dans un contexte de perturbations variées et imprévisibles » ?**



Programme de l'atelier

- Introduction et actualités

Marie-Laure Falque Masset, AREC, département énergie climat de L'Institut Paris Region

- Interventions et questions/réponses avec les participants

Laure de Biasi, L'Institut Paris Region

Agnès Delefortrie, Solanae

Marie Massart, ville de Montpellier

Marie Boursier, ADEME Île-de-France

François Loscheider, ville d'Arcueil

Rappel des travaux de l'AREC 2019/2021

Cycle 1 d'ateliers Sobriété énergétique AREC :

Imaginer ensemble une sobriété choisie, juste, collective et innovante pour l'Île-de-France.

Décembre 19 Enjeux, cadre et acteurs	Février 20 Identification des axes de travail pour construire le récit	Juillet 20 Définitions et mécanismes psychologiques	Octobre 20 Leviers et freins aux actions de sobriété	Novembre 20 Passeurs de sobriété	Décembre 20 Stratégies et pistes d'action
---	--	--	---	---	---

Cycle 2 d'ateliers Sobriété énergétique AREC :

Sobriété énergétique en Île-de-France : recommandations pour l'action

Janvier 21 Approfondir les propositions d'action	Mars 21 Nouvelles pistes et état des lieux	Mai 21 Scénarios de sobriété	Juillet 21 Du récit aux indicateurs de sobriété	Septembre 21 Sobriété numérique	Octobre 21 Fabrique francilienne de la sobriété (1)	Novembre 21 Fabrique francilienne de la sobriété (2)
---	---	--	---	--	--	---

Rappel des travaux de l'AREC 2022/2023

Cycle 3 d'ateliers Sobriété énergétique AREC :

Fabrique francilienne des sobriétés / an I

Février 22 Sobriété dans les bâtiments résidentiels et tertiaires	Avril 22 Indicateurs, impacts, mesures et bénéfices	Juin 22 Coopératives et collectifs	Juillet 22 Low tech et sobriété de la conception à l'usage	Septembre 22 Les imaginaires de la sobriété en test	Octobre 22 Plans de sobriété et outils de mobilisation	Novembre 22 Sensibiliser et mobiliser collectivités et particuliers
--	--	---	---	--	---	--

Cycle 4 d'ateliers Sobriété énergétique AREC :

Fabrique francilienne des sobriétés / an II

Mars 23 Plans de sobriété, on ne lâche rien	Mai 23 Sobriété, arts et culture	Juillet 23 Un été cool avec la sobriété	Septembre 23 Écolieux et bâtiments sobres	Octobre 23 Sobriété et alimentation	Décembre 23 Les imaginaires de la sobriété
---	---	---	---	--	---

Travaux en cours

Bibliothèque des plans de sobriété

Page du site de l'AREC

Pour le moment, collectivités franciliennes et Etat



Panorama de la sobriété énergétique

Île-de-France, France, Europe et monde : Working group Energy Sufficiency FEDARENE

Conférences régionales : 10 décembre 2021 et 19 janvier 2023

Chroniques de la sobriété : 4 billets en 2022

IMAGINAIRGY > atelier 15 décembre 2023

Mobiliser les imaginaires pour envisager de nouvelles actions en faveur de la sobriété énergétique avec la contribution de toutes les parties prenantes. En se projetant dans deux futurs spéculatifs, l'invitation est faite d'inventer les mesures, solutions et autres initiatives qui ont permis d'aboutir à une sobriété énergétique acceptée et plébiscitée dans chacun de ces futurs.

Les passeurs de sobriété

Expérimentation

Accompagnement des communes pour un état des lieux et l'élaboration d'un programme local de sobriété

Ateliers collectifs d'avril à juillet 2023

(Arcueil, Argenteuil, Bourg-la-Reine, Chaville, Courbevoie, Les Lilas)

Boîte à outils : enjeux, définition et valeurs, état des lieux et cartographie, bouquet d'actions, indicateurs, identification des freins et leviers, mobilisation, retours d'expérience, construction du récit de territoire, nouveaux imaginaires

Actions individuelles à partir d'octobre 2023

(Argenteuil, Chaville, Les Lilas)

Mise en œuvre d'outils sur les communes

Actualités sobriété

Conseil régional Île-de-France – depuis décembre 2022

Chèque efficacité énergétique à destination des TPE-PME

- Diminuer les consommations d'énergie (pompes à chaleur, luminaires LED, appareils frigorifiques professionnels, radiateurs basse température, isolation de la devanture...),
- Diminuer les consommations d'eau (mousseurs...),
- Améliorer la qualité de l'air intérieur (ventilation, purificateurs d'air, matériel de filtration...),
- Développer les mobilités douces (vélos cargo, points de recharge...),
- Développer la consigne pour réemploi et la gestion des déchets (contenants consignés, bacs de tri, broyeurs, composteurs...).

ADEME Île-de-France – 28/06/2023

Lauréats de son appel à projets **Schéma Directeur Immobilier et Énergétique (SDIE)** : Argenteuil, Chevilly-Larue, Melun, Montfermeil, Neuilly-sur-Marne, Rambouillet et Romainville.

Conseil régional Île-de-France – 21/09/2023

Budget participatif écologique 838 lauréats à la 5^e édition

Ateliers de réparation vélo, végétalisation d'espaces urbains, piste d'initiation à la pratique du vélo, ateliers citoyens de couture, îlots de fraîcheur, ...

La Croix – 05/10/2023

La SNCF veut optimiser l'usage et la durée de vie de ses trains

Des TER refaits à neuf après quinze à vingt ans, des TGV « botoxés » pour gagner dix ans de service... La SNCF a cessé de remiser prématurément de nombreuses rames. Une évolution dictée par des impératifs environnementaux mais aussi par ses difficultés à répondre à une demande croissante.

Actualité - Sondage IPSOS RTE mai 2023

Étude sur les mécanismes de décision des français en matière de consommation énergétique

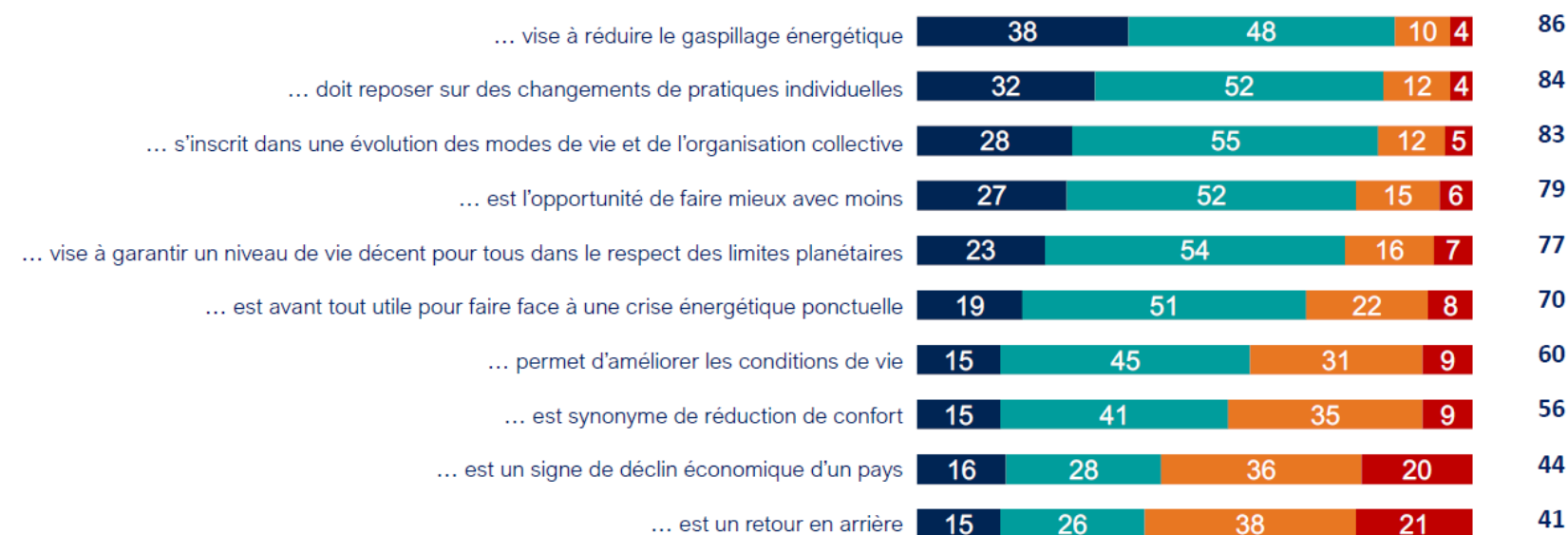


L'opinion détaillée sur la sobriété

Q. Diriez-vous que vous êtes d'accord ou pas d'accord avec chacune des affirmations suivantes ? La sobriété...

Base : Ensemble

% D'accord



TOUT À FAIT D'ACCORD

PLUTÔT D'ACCORD

PLUTÔT PAS D'ACCORD

PAS D'ACCORD DU TOUT

Actualité - Sondage IPSOS RTE mai 2023

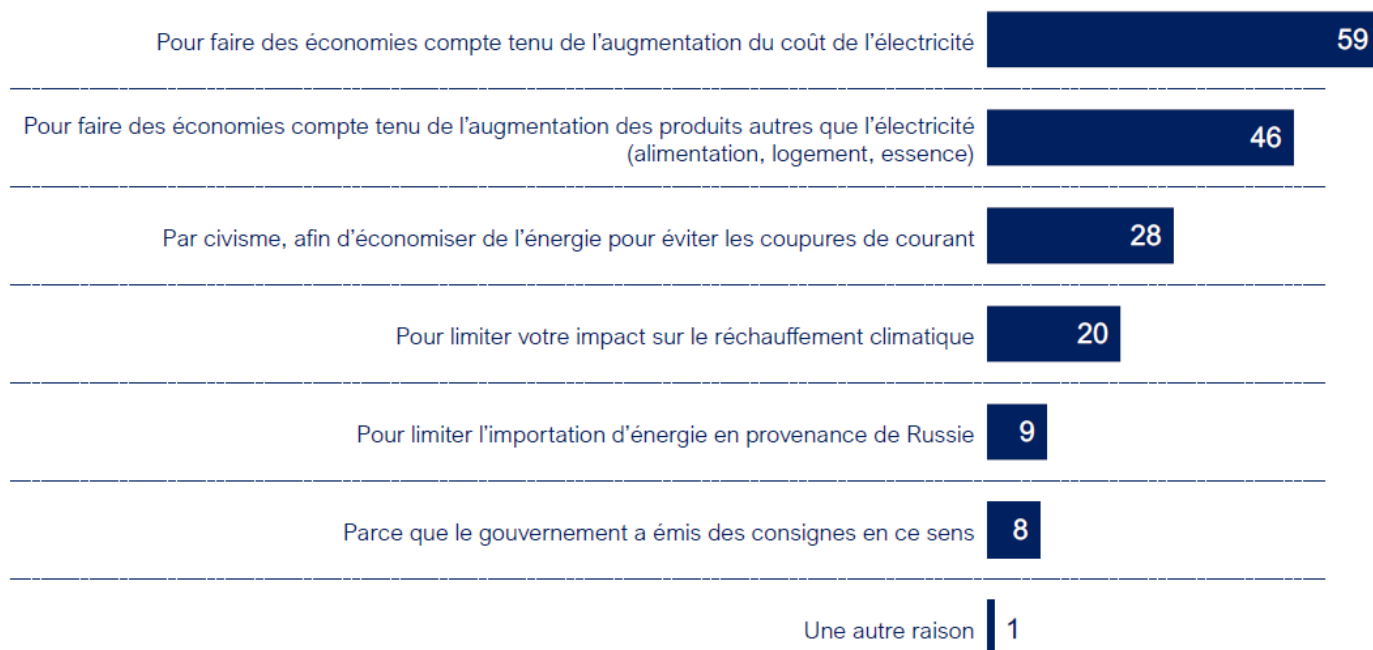
Étude sur les mécanismes de décision des français en matière de consommation énergétique

Les raisons des efforts en matière de consommation énergétique



Q. Pour quelles raisons principales avez-vous fait des efforts en matière de consommation d'énergie ?

Base : A ceux ayant fait des efforts (Total supérieur à 100 car deux réponses possibles)



79% citent des arguments financiers

Accélérer et pérenniser la sobriété énergétique des bâtiments tertiaires

Plan bâtiment durable - Septembre 2023

Bouquet d'actions quick-win : actions rapides à mettre en place, facilement diffusables et offrant des effets immédiats.

Chauffage et refroidissement

- Décaler le début de la saison de chauffe le plus tard possible ;
- Optimiser la programmation horaire de la température ;
- Respecter la température maximale d'ambiance 19° C, tout en s'assurant que le système de chauffage permet d'assurer cette température dans l'ensemble des espaces occupés ;
- Baisser la température de consigne à 16° C la nuit et les week-ends ;
- Décaler les plages de remise en chauffe pour éviter un appel d'énergie lors des heures de pointe ;
- Mettre le bâtiment en hors-gel (7° C) lorsqu'il est inoccupé pendant au moins 3 jours, avec une programmation de la remise en chauffe mobilisant uniquement le système de chauffage le plus performant (par exemple uniquement une pompe à chaleur, et pas son appoint électrique)
- Veiller à la bonne fermeture des portes et ouvrants entre zones chauffées/refroidies et zones non chauffées/refroidies (dont l'espace public) ;
- Mettre en place une régulation du système de chauffage afin d'adapter la température aux besoins réels (thermostats, détecteurs de présence et régulation de la production) ;
- Respecter la température minimale de la climatisation à 26° C.

Accélérer et pérenniser la sobriété énergétique des bâtiments tertiaires

Plan bâtiment durable - Septembre 2023

Bouquet d'actions quick-win : actions rapides à mettre en place, facilement diffusables et offrant des effets immédiats.

Ventilation

Optimiser les plages de fonctionnement des centrales de traitement d'air autour de la période d'occupation ;

Réduire la ventilation des bâtiments dès l'inoccupation (excepté pour les pièces humides : sanitaires, etc.) ;

Adapter la ventilation au taux d'occupation réel des bâtiments.

Eau chaude sanitaire

Mettre en place des dispositifs hydro-économes aux points de puisage d'eau chaude sanitaire ;

Mettre à l'arrêt l'eau chaude dans les sanitaires de lieux de travail, tout en veillant au risque de légionellose ;

Mettre à l'arrêt les systèmes d'eau chaude sanitaire en cas d'absence supérieure à une semaine.

Numérique

Mieux utiliser les équipements et allonger leur durée de vie ;

Optimiser la gestion des données ;

Réduire le nombre d'équipements ;

Augmenter la température des salles de serveur au maximum.

Accélérer et pérenniser la sobriété énergétique des bâtiments tertiaires

Plan bâtiment durable - Septembre 2023

Bouquet d'actions quick-win : actions rapides à mettre en place, facilement diffusables et offrant des effets immédiats.

Éclairage

Optimiser le fonctionnement de l'éclairage (détection de présence, gradation de l'éclairage) pour notamment réduire/éteindre l'éclairage en zones peu/pas occupées ;

Réduire le niveau d'éclairage afin de cibler celui-ci (e.g. : postes de travail, produits en vente en magasin...) tout en respectant un éclairage suffisant pour l'accessibilité du site ;

Adapter l'éclairage intérieur en profitant au maximum des apports gratuits de la lumière du jour ;

Grader l'éclairage extérieur en l'asservissant aux apports gratuits de la lumière du jour via l'installation de sondes crépusculaires pour l'éclairage extérieur ;

Éteindre l'éclairage intérieur des bâtiments dès l'inoccupation ;

Réduire l'éclairage extérieur des bâtiments, notamment publicitaire, et l'éteindre le plus tôt possible (idéalement dès la fin de l'activité).

Maintenance des équipements

Maintenir et réviser le matériel ;

Faire vérifier le bon fonctionnement général des systèmes de chauffage, notamment le bon réglage des pompes de circulation pour le chauffage à eau chaude ;

Désembouer et rééquilibrer le réseau hydraulique ;

Rétro-commissionner ses installations techniques régulièrement ;

Faire entretenir sa pompe à chaleur ou sa climatisation réversible, en plus de l'inspection quinquennale obligatoire.

Accélérer et pérenniser la sobriété énergétique des bâtiments tertiaires

Plan bâtiment durable - Septembre 2023

Bouquet d'actions quick-win : actions rapides à mettre en place, facilement diffusables et offrant des effets immédiats.

Espaces de travail

Densifier les plateaux de bureaux ;

Mettre en sommeil tout ou partie du site en le fermant 1 jour par semaine autour du week-end (en proposant par exemple une journée télétravaillée pour tous les collaborateurs).

Restaurant

Programmer les usages spécifiques sur les appareils en cuisine et en salle (meubles réfrigérés allumés seulement lorsqu'ils sont remplis) ;

Proposer un menu basse consommation.

Mobilité

Inciter les salariés à réduire l'impact environnemental de leur déplacement via le forfait mobilité durable, en incitant au covoiturage, aux mobilités actives ou aux transports en commun.

Accélérer et pérenniser la sobriété énergétique des bâtiments tertiaires

Plan bâtiment durable - Septembre 2023

Bouquet d'actions quick-win : actions rapides à mettre en place, facilement diffusables et offrant des effets immédiats.

Organisation interne

Désigner une personne en charge des économies d'énergie, et si possible une équipe pluridisciplinaire (comprenant a minima un responsable d'exploitation, un agent technique et un référent sobriété) ;

Mettre en place un plan d'action avec des objectifs, réaliser un suivi régulier des actions et des résultats sur les consommations énergétiques et rechercher les grands gisements ;

Mettre en place une ronde technique de nuit pour vérifier in situ que les réglages sur le chauffage ou l'arrêt des luminaires sont effectifs ;

Communiquer sur les économies réalisées auprès des occupants ;

Rendre ludiques les économies d'énergie, par exemple au travers de concours d'économie d'énergie tels que le Championnat de France des économies d'énergie ;

Renseigner ses surfaces et consommations sur OPERAT (y compris pour les structures non assujetties au décret tertiaire)

Signer la charte Ecowatt et/ou s'abonner aux alertes Ecowatt ;

Signer la charte Ecogaz et/ou s'abonner aux alertes Ecogaz.

Sensibilisation des occupants

Sensibiliser et former les salariés : écogestes, numérique responsable, écoconduite... ;

Relayer les alertes relatives aux périodes de tension sur le réseau pour que les salariés soient plus vigilants sur les écogestes.

Accélérer et pérenniser la sobriété énergétique des bâtiments tertiaires

Plan bâtiment durable - Septembre 2023

Bouquet d'actions d'opportunité : profiter d'une occasion particulière pour mettre en place une action (équipements en fin de vie, subventions, évolutions réglementaires).

Se saisir des aides disponibles pour réaliser un état des lieux, améliorer les performances énergétiques des équipements (isolation des canalisations d'eau chaude et chauffage, portes performantes meubles frigorifiques), rénover l'éclairage, installer une ventilation double flux, mettre en place un système de management de l'énergie

Capitaliser sur la mise en œuvre des réglementations (éco énergie tertiaire, BACS) : installer des systèmes d'automatisation et de contrôle des bâtiments ou raccorder des systèmes au BACS existant, monitorer la densité d'occupation et l'intensité d'usage pour suivre la performance du site et réorganiser les espaces,

Saisir les opportunités liés aux cycles d'obsolescence des équipements ou immobiliers : allonger la durée de vie, réduire les achats, achats plus vertueux

Accélérer et pérenniser la sobriété énergétique des bâtiments tertiaires

Plan bâtiment durable - Septembre 2023

Bouquet d'actions volontaristes : actions exemplaires de sobriété et d'économies d'énergie impliquant un investissement initial et visant un retour sur investissement important sur le moyen ou long terme ainsi qu'une valorisation du patrimoine immobilier.

Pilotage du bâtiment : changer de GT pour une classe A

Numérique : écoconcevoir, diagnostic d'impact, labellisation numérique responsable, système de refroidissement passif, récupération d'énergie

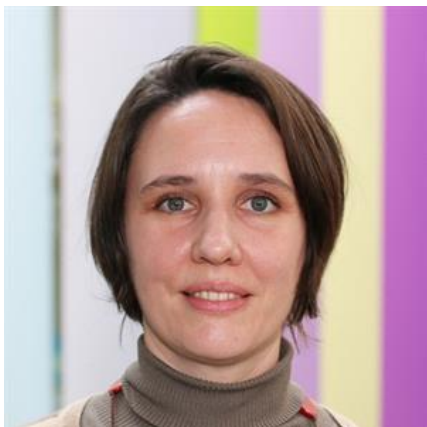
Mobilité : plan de mobilité, flotte véhicules électriques, local vélo

Bâtiment : rénovation globale, rafraichissement passif (végétalisation, ombrages, brise-soleil)

Investir dans les **énergies renouvelables**

Repenser le **modèle économique** : économie de la fonctionnalité (vente de l'usage de biens et non de biens)

Les intervenants



Laure de Biasi



Agnès Delefortrie



Marie Massart



Marie Boursier



François Loscheider

Merci de votre participation et à bientôt pour la suite

Prochains ateliers

Vendredi 15 décembre 2023 9h30-12h00

Les imaginaires de la sobriété

Vendredi 26 janvier 2024 9h30-12h00

Sobriété et économie circulaire

Dossiers et articles sur le site de l'AREC

<https://www.arec-idf.fr/sobriete-energetique.html>

Pour nous joindre:

AREC - Marie-Laure Falque Masset marie-laure.falque-masset@institutparisregion.fr

AREC - Edgar Michel-Tanguy edgar.michel-tanguy@institutparisregion.fr