

# Économiser en télétravail, c'est possible ?

**Quelles sont les solutions pour réaliser des économies d'énergie en télétravail ? Une facture de chauffage ou d'électricité peut vite atteindre un montant salé...**



*Économiser en télétravail, c'est possible ?*

Du carburant économisé, moins de CO2 émis et du temps de trajet en moins. C'est certain, mis en œuvre de manière structurelle ou non depuis le COVID, le télétravail a le vent en poupe en Belgique et comporte son lot d'avantages. Mais travailler à la maison peut augmenter drastiquement la consommation d'énergie habituellement prise en charge par l'employeur. Le chauffage, la consommation d'électricité ou encore de données peuvent engendrer une mauvaise surprise sur les factures.

> Lire aussi : [Pourquoi encourager le télétravail ?](#)

Voici cinq gestes pour être écolo et économe en télétravail.

## 1. Chauffer à bon escient

Le mot d'ordre : **chauffer exclusivement les pièces occupées**. On règle les vannes thermostatiques sur la position 3, ce qui correspond à 19 ou 20°C. Dans les autres pièces, on les laisse sur 2 (16°C) ou 1 (12°C). Et dans le salon ? Si la pièce comporte un thermostat,

on peut ouvrir les vannes en grand (position 5), il n'y aura pas de surconsommation car le thermostat coupe la chaudière une fois la température demandée atteinte. Sinon, on met les vannes sur 2 ou sur 3 selon l'occupation.

> Voir : [Comment régler le thermostat et les radiateurs ?](#)

## 2. Aérer, même en hiver

L'aération est la clé pour éviter bien des problèmes : humidité, moisissures, acariens, pollutions intérieures, odeurs... On coupe le chauffage et on ouvre toutes les fenêtres pendant **15 minutes, matin et soir**. Autre avantage de cette bonne pratique : un air sec demande moins d'énergie pour être chauffé. Et, justement, l'air est davantage sec à l'extérieur qu'à l'intérieur !

## 3. Combiner les trajets

Le télétravail n'exclut pas totalement les trajets : faire des courses, conduire les enfants à l'école, se rendre à des rendez-vous divers... Alors on combine les trajets pour **éviter les kilomètres inutiles et gagner du temps**.

## 4. Mieux utiliser les données

Télétravail rime désormais avec vidéoconférences, webinaires, vidéos sur les réseaux sociaux...

Pour éviter d'exploser sa consommation de données et son forfait, deux réflexes précieux : **on désactive la lecture automatique des vidéos** (pour éviter que la suivante ne se lance toute seule) et **on ajuste la qualité** (pas besoin de mettre en 720p ou en HD une vidéo pour avoir un fond musical, mieux vaut utiliser une plateforme de podcast).

Lors des réunions en ligne et des webinaires, **on coupe sa caméra quand c'est possible**. Bien sûr, une réunion avec les collègues est plus conviviale avec la vidéo, mais a-t-on besoin de l'allumer lorsqu'un orateur diffuse une présentation ?

> Lire d'autres astuces pour [diminuer l'impact du numérique sur le climat](#)

## 5. Garder en tête les bonnes habitudes

Le changement de lieu de travail ne modifie pas les bons réflexes comme éteindre les appareils en veille, imprimer uniquement ce qui est nécessaire ou encore préférer le réseau filaire au Wifi (pour l'ordinateur) et le Wifi à la 4G (pour le smartphone).

### Lire aussi

- [8 conseils pour économiser le chauffage cet hiver](#)
- [Comment diminuer sa facture d'électricité ?](#)

[www.ecoconso.be](http://www.ecoconso.be)

**Source URL:** <https://ecoconso.be/content/economiser-en-teletravail-cest-possible>