

[www.umih.fr](http://www.umih.fr)

UMIH.France

@UMIH\_France

UMIH



GUIDE  
DES BONNES PRATIQUES

# SOBRIÉTÉ ÉNERGÉTIQUE

## EN HÔTELLERIE-RESTAURATION

FÉVRIER 2023



SOMMAIRE  
INTERACTIF

- ▶ ÉDITO
- ▶ INTRODUCTION

▶ 4 LEVIERS  
D'AMÉLIORATION  
DANS MON  
ÉTABLISSEMENT

▶ LA MISE EN  
APPLICATION  
DANS MON  
ÉTABLISSEMENT

▶ CHIFFRES  
CLÉS

# SOBRIÉTÉ ÉNERGÉTIQUE

EN HÔTELLERIE-RESTAURATION

## ÉDITO

# La sobriété énergétique : un choix citoyen ET économique



Photo : Mathilde de l'Ecotais

**Thierry Marx**  
Président confédéral UMIH

Diriger une entreprise dans le secteur CHR ne laisse aucune place à l'à-peu-près. Qu'il s'agisse de la qualité du service rendu ou de la gestion de l'entreprise.

Le gaspillage n'en est rendu que plus intolérable tant il trahit une irresponsabilité vis-à-vis de l'environnement et une contre-performance économique. Dans cet esprit, l'UMIH milite depuis de nombreuses années contre le fléau représentatif de notre époque : « acheter, consommer, jeter » sans se soucier des conséquences. La sobriété qu'elle soit énergétique, alimentaire ou numérique, consiste à satisfaire nos besoins tout en repensant nos modes de consommation et de production dans le but de limiter leurs impacts sur l'environnement. C'est aujourd'hui une aspiration croissante chez nos concitoyens.

Ce guide a pour vocation d'accompagner les chefs d'entreprise afin d'améliorer leur impact sur l'environnement, la performance énergétique de leur établissement et la gestion économique de leur entreprise tout en conservant la qualité de service et de confort que le client est en droit d'attendre.

Réduire la consommation de fluides, améliorer le rendement énergétique des équipements, contribue au développement durable en général et à celui de l'entreprise en particulier. C'est un véritable projet d'entreprise dans lequel impliquer les équipes, sensibiliser les fournisseurs et les inviter à y adhérer.

De plus, optimiser l'usage des ressources répond aussi à la demande de la clientèle, soucieuse de se rendre dans un établissement engagé dans une démarche environnementale volontaire, performante et dynamique. C'est aussi une question d'image pour l'entreprise.

Chers Collègues, ce guide est un outil précieux de gestion, qui vous permettra également de communiquer auprès de votre clientèle sur les dispositifs de sobriété mis en place dans votre entreprise et peut-être lui donner envie de vous imiter.

# SOBRIÉTÉ ÉNERGÉTIQUE

EN HÔTELLERIE-RESTAURATION

## INTRODUCTION

Le 6 octobre 2022, le Gouvernement d'Elisabeth Borne, Première ministre, a présenté un plan de sobriété énergétique visant à « *baisser ensemble la consommation d'énergie* » pour aller vers des « *économies d'énergies choisies plutôt que des coupures subies* ». L'enjeu est d'éviter ou à tout le moins de limiter les coupures d'électricité cet hiver. Ce plan a pour objectif de réduire de 10% sous 2 ans la consommation énergétique des entreprises du secteur.

La sobriété énergétique est un concept qui nous invite à repenser nos besoins et nos utilisations d'énergie. Cette démarche implique de changer nos comportements, notre organisation au quotidien et notre mode de vie, à l'échelle individuelle, mais aussi collective.

Les 220 000 entreprises CHRD doivent être des exemples. Pour un chef d'entreprise, la sobriété énergétique est aussi synonyme d'économie (moins de dépenses énergétiques, moins d'argent dépensé) et de communication positive à destination des clients.

La profession s'est engagée à suivre la charte du Gouvernement et nous souhaitons accompagner les professionnels dans la mise en œuvre concrète de mesures dans leurs établissements. Le principe n'est pas de réduire les consommations d'énergie au détriment du confort. Le but est de mieux utiliser l'énergie tout en conservant la qualité de service au cœur des établissements. La sobriété énergétique doit alors se combiner à la notion d'efficacité énergétique.

**Toutes les formes d'hébergement  
et de restauration sont concernées  
pour valoriser l'art de vivre et de  
recevoir à la Française dans le cadre  
d'un tourisme durable.**

ÉGALEMENT SUR LE THÈME DES BONNES PRATIQUES :



Vaincre  
le gaspillage  
RESTAURATION



Recettes anti-gaspi  
LÉGUMES ET  
LÉGUMINEUSES

# 4 LEVIERS D'AMÉLIORATION DANS MON ÉTABLISSEMENT



## La sobriété structurelle

*Coworking, salle de repos, réfectoire, bar, salle de petit déjeuner.*

**Imaginer et créer des espaces permettant de modérer la consommation :**

- Régler les températures de chauffage à 19°.
- Eteindre le chauffage dans les salles inutilisées.
- Mettre l'ensemble des appareils en veille quand ils ne sont pas utilisés.
- Créer un espace lumineux grâce aux fenêtres (baisse de l'éclairage), installer des rideaux thermiques afin d'éviter le refroidissement causé par des fenêtres / baies vitrées froides.

## La sobriété dimensionnelle

- Dimensionner les équipements pour qu'ils soient adaptés aux besoins.
- Optimiser l'espace dans la cuisine afin de ne pas allumer toutes les lumières.

- N'allumer que les lumières nécessaires suivant le temps et la demande de luminosité.

## La sobriété d'usage

**Bien utiliser les équipements pour réduire la consommation énergétique :**

- Au stade de la cuisson : utiliser des couvercles sur les casseroles afin de limiter les pertes de chaleur, adapter la température de friture pour éviter les surconsommations, ne pas ouvrir régulièrement la porte du four pendant la cuisson des aliments, éviter de laisser le gaz allumé en permanence dans les cuisines en mettant les feux en veilleuse en cas de non utilisation.
- Au poste « froid » : limiter l'ouverture des portes des réfrigérateurs en regroupant par exemple les livraisons, laisser refroidir les plats avant de les y placer, éviter d'installer l'armoire frigorifique près des points chauds...

- Lors du remplacement d'un équipement, privilégier un appareil économe en eau et énergie.
- Mettre des détecteurs de présence dans les couloirs avec temporisation.
- Penser à éteindre les lumières dans les pièces inoccupées.
- Installer des ampoules LED dans tout l'établissement.
- Eteindre les lumières extérieures la nuit quand l'établissement est complet, n'allumer que la devanture (casquette, porche ou porte d'entrée) entre minuit et 6 h du matin.
- Débranchez le minibar des chambres et le proposer en option aux clients.

## La sobriété conviviale

**Mutualiser les équipements et leur utilisation :**

- Allumer et faire chauffer les appareils électriques ou à gaz seulement quand leur utilisation est nécessaire.
- Regrouper les besoins sur un ou plusieurs appareils.

# LA MISE EN APPLICATION DANS MON ÉTABLISSEMENT



## 1.

### Une sobriété énergétique des bâtiments dès la conception et la construction

La sobriété énergétique doit être visée dès la conception des bâtiments, c'est notamment l'objectif de la réglementation environnementale, qui subit toutefois diverses critiques.

La construction implique forcément de nouvelles consommations d'énergie qu'il est indispensable de prendre en compte lorsque l'on démarre des travaux : électricité, chauffage, alimentation électrique des équipements, sans oublier la fabrication et le transport des matériaux utilisés pour bâtir. L'ensemble du cycle de vie doit être considéré, jusqu'au recyclage. La notion de « design énergétique » prend également de l'importance.

## 2.

### Une isolation complète et de qualité

L'isolation thermique est la clé de l'efficacité énergétique d'un bâtiment. Les pertes thermiques des bâtiments anciens représentent un gouffre énergétique important. Selon l'Ademe, les pertes de chaleur d'une maison mal isolée se situent avant tout au niveau de la toiture et des murs (dans une moindre mesure vers le plancher bas et les fenêtres). Pour en finir avec le gaspillage de chauffage, il convient d'engager des travaux d'isolation en priorisant l'isolation du toit, des murs, des fenêtres et des planchers bas.

...

# LA MISE EN APPLICATION DANS MON ÉTABLISSEMENT



## 3. Un système de chauffage performant

Il est nécessaire aussi de bien choisir ou rénover le mode de chauffage.

Aujourd'hui, de nombreuses solutions existent pour allier confort thermique et économies d'énergie mesurables : pompes à chaleur, systèmes solaires combinés ainsi que chauffage au bois.

De même, des solutions performantes dédiées à la production d'eau chaude sanitaire (ECS) existent : chauffe-eau thermodynamique, chauffe-eau solaire, installation de mousseurs afin de réduire la consommation d'eau qui génèrera également une économie de production d'eau chaude.

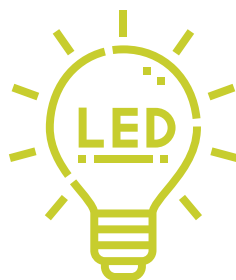
Des régulateurs (robinets thermostatiques, programmeurs multizones, détecteurs d'ouverture de fenêtre...) peuvent être également installés pour optimiser le confort thermique tout en réduisant la consommation de chauffage. Ils peuvent être centralisés depuis la réception.

Il devrait être possible d'installer ces modules même dans des bâtiments se situant dans une zone classée monuments historiques.

## 4.

### Un éclairage et une ventilation économes

- La mise en place d'un système de ventilation performant (exemple : double flux).
- Une programmation horaire sur une VMC traditionnelle.
- L'installation d'ampoules LED plutôt qu'halogènes très gourmandes en énergie.
- Des minuteurs ou détecteurs de présence dans les couloirs, escaliers et dans les toilettes d'accueil.
- L'extinction de l'éclairage dans les locaux inoccupés, et la nuit entre minuit et 6h du matin si l'établissement est complet.
- La réalisation d'un entretien annuel des appareils, climatisation et chauffage, afin de réduire la surproduction d'énergie. ...



## PISTES DE RÉDUCTION DES VA [VOLTAMPÈRES]

### EAU CHAUDE SANITAIRE [ECS]

Jusqu'à **-35 kWh/m<sup>2</sup>** de consommation d'ECS par an avec un chauffe-eau thermodynamique

Jusqu'à **-40% des besoins d'ECS par an** avec l'installation de mousseurs

### ÉCLAIRAGE

Recours à des LED

Éclairage plus faible (100 lux) et extinction automatique dans les couloirs : gain de 25% pour la seule zone de nuit

Éclairage de 300 lux dans les autres locaux

La consommation d'éclairage peut être réduite à **2,3 kWh/m<sup>2</sup>/an**

**-7,2 kWh/m<sup>2</sup>/an**

# LA MISE EN APPLICATION DANS MON ÉTABLISSEMENT

## 5.



### Une sensibilisation

#### des occupants aux éco-gestes

La sensibilisation du personnel et des clients aux écogestes demeure incontournable pour tenter d'atteindre la sobriété énergétique dans le cadre de la campagne « Chaque geste compte » lancée par le Gouvernement le 6 octobre 2022.

<https://www.ecologie.gouv.fr/chaque-geste-compte>

Opter pour une température de chauffage plus raisonnable (inutile d'augmenter les degrés pour pouvoir être en tee-shirt en plein hiver !)

- Une température conseillée de 19° à l'arrivée du client est la norme pour tous les hébergements touristiques quels qu'ils soient.
- La réduction de la température à 17° dans les parties communes hors de la présence des clients et du personnel (couloirs, salles inoccupées, réception s'il n'y a pas de personnel d'astreinte,

salles de restaurant, de sport quand elles sont fermées, etc.) salle de réunion, cuisine (les appareils de cuisson réchauffent la pièce).

- Autre piste de sobriété énergétique : choisir de ne pas dépasser un delta de 10° pour les climatisations froides par rapport à la température extérieure.

Arrêter les dépenses énergétiques oubliées :

- Affichette pour rappeler d'éteindre les lumières inutiles, les équipements en veille ou les appareils branchés en permanence qui consomment de l'énergie même lorsque nous ne les utilisons pas (exemple : grille-pain, chargeurs de téléphone).
- Formation du personnel au suivi des bonnes pratiques pour détecter toutes anomalies de fonctionnement.
- Messages de sensibilisation dans l'hôtel pour encourager une consommation raisonnée de l'eau, notamment dans les toilettes en ce qui concerne la chasse d'eau.



## 6.

### La sobriété numérique

La sobriété numérique est directement liée à la sobriété énergétique.

Nous devons réfléchir à nos usages personnels et professionnels et penser à adopter de nouveaux gestes. Quelques pistes :

- Fermer les onglets inutiles sur Internet.
- Supprimer les anciens e-mails, les mails traités.

- Privilégier les vidéos en qualité moindre, faire de la visioconférence sans camera pour les personnes non intervenantes.
- Travailler sur les systèmes informatiques des organisations, la sensibilisation des collaborateurs.
- Mettre les appareils inutilisés en mode veille rapide.
- Vider la corbeille régulièrement.



# SOBRIÉTÉ ÉNERGÉTIQUE

EN HÔTELLERIE-RESTAURATION

## ► CHIFFRES CLÉS

CAFÉS  
HÔTELS  
RESTAURANTS  
ÉTABLISSEMENTS  
DE NUIT

**L'UMIH**  
1<sup>ÈRE</sup> ORGANISATION  
PROFESSIONNELLE

**2 000** ÉLUS,   
**400** COLLABORATEURS

**66%**   
DES ENTREPRISES ADHÉRANT  
À UNE ORGANISATION  
PROFESSIONNELLE  
SOIT **27 507** ENTREPRISES.

**100**   
FÉDÉRATIONS  
DÉPARTEMENTALES

**LE SECTEUR CHR**  
**230 000** ENTREPRISES

**84**  
MILLIARDS  
D'EUROS DE CA

**1,1 MILLION** D'ACTIFS  
DONT 30% DE MOINS  
DE 30 ANS

[www.umih.fr](http://www.umih.fr)

UMIH.France

@UMIH\_France

UMIH



Ce guide a été réalisé par la Commission Développement Durable de l'UMIH,  
présidée par Ludovic Poyau.

Conception/Rédaction :  
Arthur Catherine, Nathalie Hebling, Charlotte Le Moniet,  
Ludovic Poyau, Ophélie Rota.