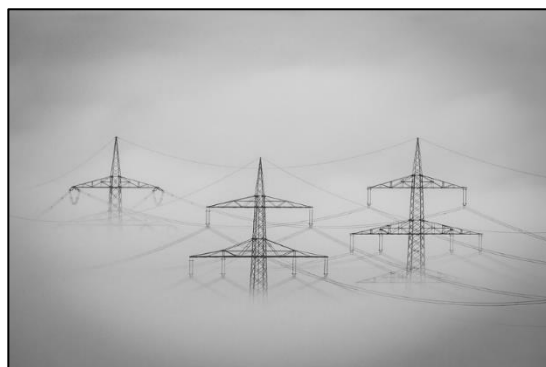


## On a réussi à éviter la coupure

**Après un automne où l'on nous préparait au risque de coupures d'électricité cet hiver, voici le printemps et nous avons réussi à passer l'hiver sans encombre. Bonne nouvelle, mais comment a-t-on fait ?**

Selon le Réseau de Transport d'Électricité (RTE) qui a fait le bilan de cet hiver, nous avons évité les coupures principalement grâce à la baisse de la consommation nationale, que ce soit les particuliers, les entreprises ou les collectivités territoriales. Diminutions plus ou moins subies ou volontaires. Sans elles, nous aurions vécu un tout autre hiver. En effet, en dehors de l'impact des températures avec un hiver relativement clément, la consommation a diminué de 20 TWh, soit 9% par rapport à la moyenne 2014-2019.



On peut certes expliquer ces économies par des changements de comportements grâce à la communication sur les écogestes et la mise en place de l'application ÉcoWatt, mais aussi par des facteurs économiques et de « signal prix » dont les consommateurs craignaient l'impact sur leur facture. Durant les semaines « chaudes », c'est le secteur tertiaire qui a enregistré les plus fortes baisses, lors des semaines « froides », les diminutions étaient surtout concentrées dans le secteur résidentiel.

On peut donc féliciter les efforts de sobriété des Français, mais il faut aussi remercier les pays voisins pour leur importation d'électricité et sans laquelle nous n'aurions pas pu éviter les coupures. Pour la première fois depuis 40 ans, la France est importatrice nette d'électricité en raison de l'arrêt des centrales. La facture s'élève pour 2022, à 7 milliards d'euros. Il est crucial que les décideurs se saisissent rapidement de la question de notre production électrique, sinon la facture ne cessera de s'alourdir pour tous.

## Au sommaire dans les Feuilles de Chou de ce mois

### CONSOMMATION

PASSEZ À LA CAISSE.....	2
CONNAISSEZ-VOUS SHEIN ?.....	3
LE 15 MARS ÉTAIT LA JOURNÉE INTERNATIONALE DES CONSOMMATEURS .....	3
TAUX D'INFLATION EN UN AN : LE SOLEIL NOUS COÛTE CHER. ....	4

### INTERNET

LES INFLUENCEURS MIEUX ENCADRÉS .....	4
---------------------------------------	---

### ENVIRONNEMENT

L'IMPACT DE LA TEMPÉRATURE SUR LA CONSO DES LAVE-LINGES.....	5
COMMENT REPENSER LA VILLE ? .....	6

### OUTIL PÉDAGOGIQUE

2189 : L'APPEL DU PROFESSEUR CÉPHALOS, LE JEU DE PLATEAU.....	8
---	---

### Passez à la caisse

Initialement prévue au 1<sup>er</sup> avril, la suppression de la facturette vient d'être une nouvelle fois reportée, maintenant pour le 1<sup>er</sup> août alors que certains magasins l'appliquent déjà. Cette interdiction concerne non seulement les tickets de caisse, mais aussi les facturettes de carte bancaire, les bons d'achat et « *autres tickets visant à la promotion ou à la réduction des prix d'articles de vente dans les surfaces de vente* ».

**Deux raisons à ce retrait.** D'une part, on estime à 30 milliards le nombre de tickets et facturettes imprimés chaque année. D'autre part, le papier imprimé contient le plus souvent des perturbateurs endocriniens, dangereux pour notre santé.

Il est vrai que ces documents ne se limitent pas à énumérer vos achats et leur prix. Comme les prospectus ne sont plus

autorisés (sauf sur demande) dans les boîtes aux lettres, les grandes surfaces ne se privent pas d'y joindre des bons de réduction, le plus souvent inutilisables, des QR codes pour les jeux etc. La taille du morceau de rouleau de papier enfoui dans notre sac ou nos poches s'en trouve multipliée par deux ou trois.

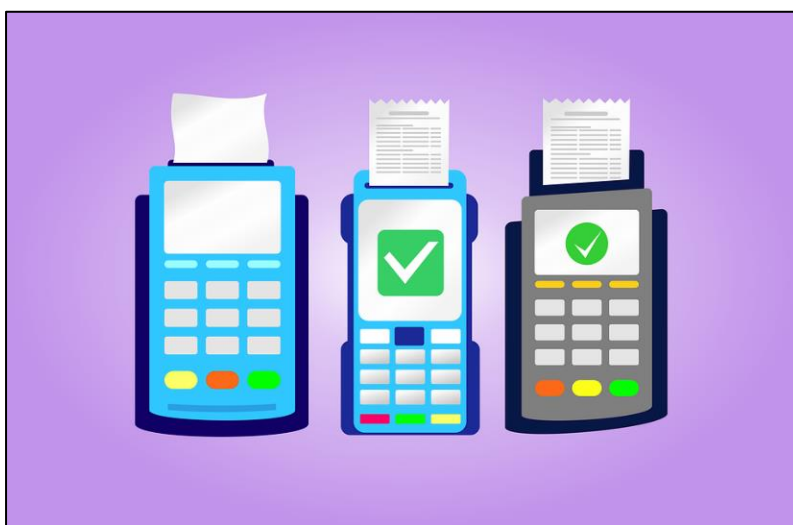
**Si nous le demandons**, le caissier ou la caissière sera obligé de nous donner cette preuve d'achat. Les tickets de caisse restent obligatoires pour les produits achetés sous garantie légale.

Rappelons que ces facturettes permettent de vérifier les prix de nos achats dès la sortie de caisse. Elles sont aussi des preuves d'achats pour procéder à des échanges si nécessaire (vêtements). Elles ont parfois un code barre permettant de sortir de l'espace des caisses automatiques. Elles sont immédiatement disponibles si un vigile vous fait ouvrir notre sac à la sortie du magasin.

Les facturettes de cartes bancaires permettent également de vérifier nos comptes en banque surtout dans le cas des paiements sans contact.

Les pouvoirs publics ont prévu une alternative : l'envoi de la facture par courrier électronique. Il faudra consulter son téléphone pour faire des vérifications sur ses mails. Le fossé va encore se creuser entre les utilisateurs de matériel numérique et les personnes qui, pour diverses raisons (âge, moyens financiers, connexions difficiles) sont privés de cet usage.

À bientôt, les caisses spéciales « facturette », car nous resterons nombreux à les demander.



## Connaissez-vous SHEIN ?

---

**Vous connaissiez le discount dans l'alimentaire et les produits de la vie quotidienne, dans les vols aériens, voici l'ultra discount vestimentaire.**

SHEIN, géant chinois du e-commerce, installe des magasins dans les grandes villes françaises (Paris, Toulouse, Montpellier, Lyon) alors que des enseignes que nous connaissons bien ferment peu à peu (Camaïeu, Pimkie, San Marina).

H&M ou Zara peuvent trembler. SHEIN propose des tops à moins de 10 euros, des robes ou des ensembles entre 10 et 20 euros, etc. Comment pratiquer des prix aussi bas ? En allant vite, très vite : plus de 500 nouveautés par jour annonce le site. Avec des soldes permanents et des codes promo dans la presse écrite (l'Express, le Figaro, 20 Minutes, et même le Monde). En visant les jeunes filles par des publicités sur les réseaux sociaux. En imposant des conditions de travail effroyables à des ouvrières sous-payées. En mettant à la vente des produits de qualité douteuse contenant des produits dangereux et en les déversant à la décharge ou l'incinérateur s'ils ne plaisent pas aux clients.

L'impact social et environnemental de cette entreprise est régulièrement dénoncé. Mais actuellement SHEIN travaille à la réduction de ses émissions de gaz à effets de serre... Alors s'ils le disent !

**La Newsletter NOVETHIC a publié plusieurs articles sur le sujet :**

🔗 <https://www.novethic.fr/actualite/social/consommation/isr-rse/ultra-fast-fashion-l-empire-shein-surpasse-desormais-zara-et-h-m-reunis-150713.html>



## Le 15 mars était la journée internationale des consommateurs

---

**La Journée mondiale des droits des consommateurs est célébrée chaque année le 15 mars depuis 1983. Cette journée est l'occasion de rappeler que les consommateurs ont des droits et qu'ils peuvent les exercer.**

Quelques exemples fondamentaux des droits des consommateurs français :

- le droit d'accès à l'information : le consommateur doit avoir accès à toutes les informations relatives au produit ou au service avant l'achat,
- le droit de rétractation : le consommateur doit pouvoir annuler son achat après un délai (sous certaines conditions et pour certains types d'achats),
- le droit du consommateur à se faire rembourser un article acheté : en cas de vice caché ou de défaut de conformité, par exemple (sous certaines conditions et pour certains types d'achats). Voir les fiches pratiques « [Garanties](#) ».

L'Institut National de la Consommation met à la disposition de tous, sur son site, des lettres types pour résilier un contrat, récupérer un dépôt de garantie, contester une facture, demander l'effacement de contenus indésirables sur Internet, rembourser un crédit par anticipation... Régulièrement mises à jour et classées par thèmes, elles vous aideront à finaliser vos démarches.

🔗 <https://www.inc-conso.fr/content/lettres-types-pour-regler-vos-litiges>

## Taux d'inflation en un an : le soleil nous coûte cher.

En consultant les chiffres de l'inflation dans les diverses régions françaises, on peut constater que la hausse des prix la plus forte concerne la Provence Alpes Côte d'Azur : + 11,76 %, et la plus faible, les Pays de la Loire : + 8,55 %. L'Occitanie se situe en quatrième place avec + 10,40 %.

### Comment expliquer ces différences ?

Les enseignes les moins chères sont inégalement réparties sur le territoire. La concurrence locale de certains Discounters entraîne les prix à la baisse.

Le coût du foncier dans les zones les plus riches ou les plus touristiques pèse sur le prix des produits. Il en va de même pour le coût du transport dans les zones montagneuses ou isolées.

Depuis février 2022, *60 Millions de consommateurs* publie chaque mois un **tableau de bord de l'évolution des prix dans les grandes surfaces**. C'est l'Institut Nielsen, qui collecte tous les mois les données de 10 000 points de vente (supermarchés, hypermarchés, discounters, magasins de proximité et drives), pour fournir les évolutions de prix en rayon.

Tous les produits de grande consommation en libre-service sont inclus dans ce suivi, soit plus de 300 000 produits portant un code-barres. La revue en a tiré un panier de 31 produits de première nécessité, suivis au plus près.

### Pour en savoir plus :

🔗 <https://www.60millions-mag.com/2023/02/24/observatoire-de-l-inflation-19695>



## Internet

### Les influenceurs mieux encadrés

Au niveau mondial, le marché des influenceurs devrait représenter 20 milliards de dollars en 2023, soit dix fois plus qu'en 2016. Face à la croissance du secteur, aux nombreuses plaintes pour escroquerie à l'encontre d'influenceurs, et à l'impact sur les plus jeunes ; une série de mesures a été annoncée par le gouvernement pour mieux encadrer les pratiques du secteur.

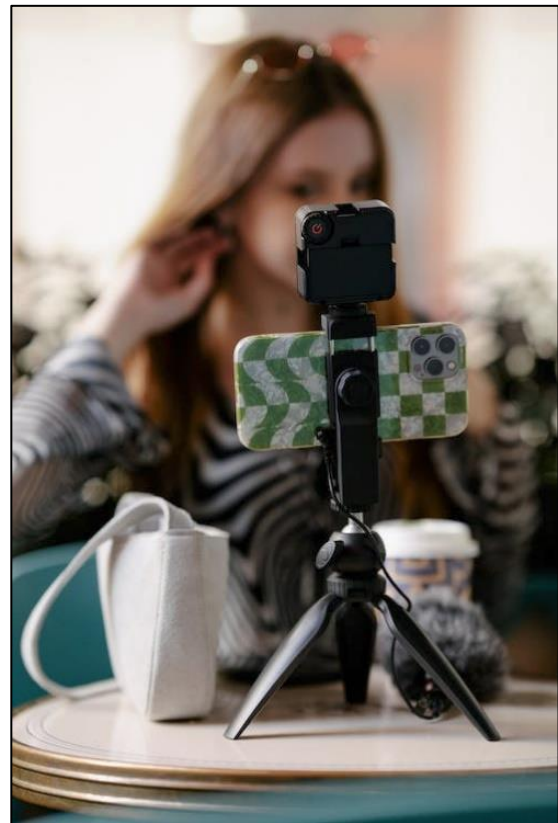
Le statut d'influenceur est en passe d'être défini juridiquement. Selon la nouvelle réglementation, sera considérée comme exerçant une activité d'influence commerciale toute personne « créant et diffusant du contenu sur Internet à destination du public français pour promouvoir des produits ou des services

en échange d'une rémunération ou d'un avantage en nature ». Il est estimé qu'environ 150 000 personnes en France correspondraient à cette définition.

Les influenceurs devront appliquer le code de la publicité et d'autres législations existantes, comme la loi Evin, pour certains produits tels que l'alcool, les cigarettes ou les paris en ligne. Les créateurs devront clairement signaler quand leurs contenus font la promotion de tels produits ou services, ainsi que l'utilisation de filtres ou d'altérations visuelles dès lors qu'ils sont de nature esthétique. Le gouvernement prévoit aussi d'interdire la publicité pour la chirurgie esthétique et de limiter celle sur les produits financiers de type cryptomonnaie.

La plupart des influenceurs étant autodidactes, un « guide de bonne conduite » leur sera proposé afin qu'ils connaissent leurs droits et devoirs et qu'ils s'acquittent de leurs obligations fiscales, sociales et règlementaires. De plus en plus d'influenceurs étant mineurs, ils bénéficient, lorsqu'ils ont moins de 16 ans, des dispositions protectrices du droit du travail régissant le travail des mineurs.

Pour faire appliquer tout cela, une brigade de l'influence commerciale, composée d'une quinzaine d'agents, sera créée pour l'occasion. Elle sera placée sous la tutelle de la Direction générale de la concurrence, de la consommation et de la répression des fraudes (DGCCRF) et sera chargée de la surveillance des réseaux sociaux et devra traiter les signalements d'utilisateurs ou de victimes d'abus. Ils ne manqueront pas de travail.



## Environnement

### L'impact de la température sur la conso des lave-linges

**Faut-il laver à froid, ou entre 20 et 60 °C ? Quel est l'impact de la température sur la consommation d'eau et d'électricité ? Quel est le programme au meilleur rapport efficacité de lavage/consommation énergétique ? Autant de questions auxquelles ont tenté de répondre le site Les Numériques.**

À l'aide d'un protocole clairement établi, le site Les Numériques a effectué six lavages à des températures différentes (à froid puis 20, 30, 40, 60 et 95 °C) sur un même lave-linge, chaque fois avec une charge de 3 kg et une bande test maculée de diverses taches (ketchup, café...). À chaque fois le même programme « Coton », qui est le plus utilisé, et il ne reste plus qu'à mesurer les consommations et vérifier l'efficacité du lavage.

Les résultats sont intéressants à observer. Concernant la durée du cycle de lavage ou la consommation d'eau, elle varie très peu d'une température à l'autre, à l'exception du cycle à 95°C qui est quasiment



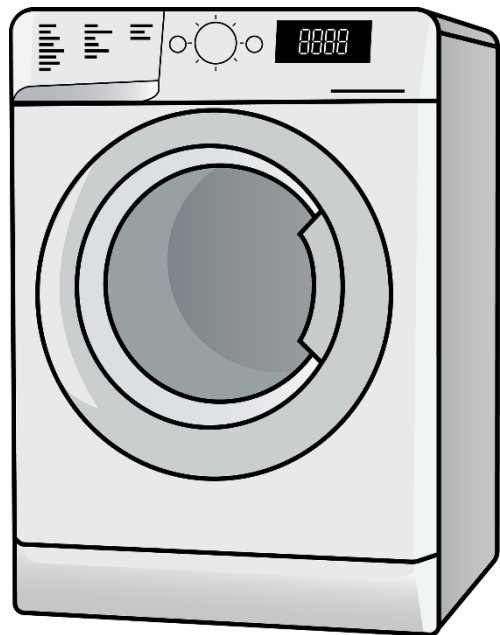
deux fois plus long et consomme deux fois plus d'eau car il nécessite un rinçage supplémentaire. Il faut compter une consommation de 36 litres pour un programme « coton » à 30°C.

Concernant la consommation d'électricité, elle est naturellement proportionnelle à la température. Si un cycle à froid consomme seulement 0,10 kWh, un cycle à 30°C demande 0,37 kWh et un cycle à 60°C beaucoup plus avec 1,04 kWh. Comptez encore 50% d'électricité en plus avec un cycle à 95°C. On se rend ainsi compte que la principale source de consommation électrique d'un lave-linge n'est pas l'essorage mais de loin le chauffage de l'eau.

Quant à l'efficacité du lavage, c'est à 60°C que les taches seront le mieux éliminées. Et plus la température sera faible, moins le lavage sera efficace. Un lavage à 30°C est donc celui qui offre le meilleur rendement efficacité/énergie.

**Pour en savoir plus :**

<https://www.lesnumeriques.com/lave-linge/lave-linge-ces-programmes-qui-permettent-de-reduire-la-facture-tout-en-restant-efficaces-a207035.html>



## Comment repenser la ville ?

La question de l'urbanisation et de la place des villes dans notre modèle de développement va être cruciale dans les décennies à venir pour faire face au réchauffement climatique et à notre impact environnemental. Afin d'alimenter notre réflexion voici trois ouvrages sur cette thématique.

À force de grandir, la ville se disloque. Ce modèle de développement urbain inefficace, fondé sur la consommation de toujours plus de sol a un nom : l'étalement urbain. Structuré autour de la mobilité automobile, ce modèle montre aujourd'hui ses limites : consommation de terres agricoles, pollutions, coûts prohibitifs... mais surtout forme d'une ville qui a oublié les vertus de la proximité et qui accentue les fragmentations sociales et nos fragilités face aux crises.

**Manifeste pour un urbanisme circulaire** de Sylvain Grisot, paru le 6 janvier 2021 chez Apogee



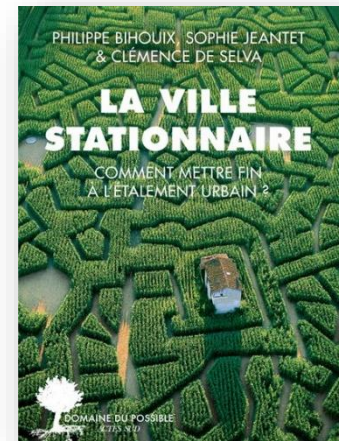
La croissance des villes est devenue insoutenable : le secteur de la construction est l'un des principaux émetteurs de gaz à effet de serre et engloutit des quantités énormes de ressources, pendant que l'étalement urbain dévore les sols naturels et agricoles.

Dans l'écoconstruction, les expériences se multiplient mais sont encore marginales. La densification et la métropolisation n'ont pas apporté les bénéfices environnementaux escomptés, tandis que se révèlent les vulnérabilités d'une concentration humaine trop grande. Quant aux promesses d'une technologisation accrue, les vertus des futures smart cities restent mystérieuses ou ténues, malgré les incantations.

Et si les villes n'avaient pas vocation à grandir éternellement ? Plus tôt nous protégerons nos terres agricoles, naturelles et forestières de l'artificialisation, plus grande sera notre résilience face aux risques et aux crises écologiques à venir. Au plus vite, les villes doivent – et peuvent – devenir stationnaires. Il ne s'agit pas de les figer, mais de les transformer et les embellir, d'exploiter l'immense patrimoine déjà bâti.

Surtout, c'est notre rapport aux territoires qu'il faut faire évoluer, en favorisant la redistribution des services et des emplois, en œuvrant à une nouvelle attractivité des villes moyennes, des bourgs, des villages et des campagnes. Désormais, les métropoles ne doivent plus attirer et grandir, mais essayer.

**La ville stationnaire : Comment mettre fin à l'étalement urbain ? de Philippe Bihouix, Sophie Jeantet & Clémence De Selva, paru le 5 octobre 2022 chez Actes sud**



Nos villes sont les grandes oubliées du débat politique. Elles fondent pourtant nos relations humaines. Leur construction doit être culturelle et sensible pour répondre à nos besoins.

Au moment où nous entamons une décennie décisive pour l'avenir de l'homme sur la Terre, nous ne pouvons plus attendre : il faut proposer une vision courageuse de la ville, à la hauteur des enjeux du siècle. Une vision qui tienne compte de ses habitants comme du ménagement de la planète. Mais alors qu'il y a urgence à adapter la ville qui nous entoure aux chocs qui commencent, nous privilégions encore l'étalement urbain et la construction neuve.

Dans ce livre, les auteurs sont optimistes : puisque l'essentiel de la ville de 2050 est déjà là, il est temps d'en assumer l'héritage et d'engager sa transformation. Comment faire ? En réparant la ville pour la rendre adaptable à nos envies et nos besoins. En bâtissant une ville qui donne envie d'y vivre.

Un livre écrit à deux voix, à l'attention des citoyens comme des décideurs. Un ouvrage sur nos villes, pour nous tous.

**Réparons la ville ! de Christine Leconte & Sylvain Grisot, paru le 9 février 2022 chez Apogée**

## Outil pédagogique

### 2189 : l'appel du professeur Céphalos, le jeu de plateau

« Vous êtes en 2189. Vous captez un S.O.S. de Céphalos, parti en excursion à bord de son module scientifique. Ce poulpe scientifique est notamment reconnu pour ses recherches en médecine et en robotisation de membres défaillants pour la faune sauvage. Depuis plusieurs années, il parcourt les mers et océans du monde entier pour comprendre les évolutions du milieu marin. Lors d'une sortie en mer, son navire a été pris dans une terrible tempête. Il menace de couler et d'emporter avec lui toutes ses recherches ».



**But du jeu :** Retrouver le carnet de recherches du professeur avant qu'il ne sombre dans l'océan ! L'avenir en dépend ! Un *escape game* immersif, contenant des plateaux de jeux, des cartes et des sons, au cœur du navire de Céphalos.

**Thématiques principales :** Mer, littoral, changement climatique (érosion littorale, élévation du niveau de la mer, pollution plastique, surpêche, espèces envahissantes, destruction d'habitats).

**Public visé :** à partir de 8 ans.

**Type d'outil :** Jeu de plateau pour 1 à 6 joueurs

**Temps de jeu :** 50 min à 1 h.

**Modalités d'emprunt :** Le CPIE du Bassin de Thau (34) possède 5 exemplaires de ce jeu pour l'utilisation lors d'animations scolaires.

À emprunter via le centre de ressources du réseau du CPIE (sur place) auprès d'Hélène Chaty : [info@cpiebassindethau.fr](mailto:info@cpiebassindethau.fr)

#### Ont contribué à la rédaction du N°115 des Feuilles de Chou :

Jean-Louis Biot, Frédéric Chardon, Dominique Lassarre, Christophe Prud'homme, Corinne Rabier, Julie Redler, Roseline Vivès.



#### Les Feuilles de Chou de l'Adéic Languedoc-Roussillon

Association de Défense d'Éducation et d'Information du Consommateur du Languedoc-Roussillon

4, rue Jean Bouin 30000 NÎMES - 07.82.76.30.48 - [publications@adeic-lr.fr](mailto:publications@adeic-lr.fr)

Directeur de la publication : Christophe Prud'homme

Rédacteur en Chef : Frédéric Chardon

Crédits photos : Adéic, Pixabay, Wikimedia, flickr, pexel, PxHere

