

## Hiver 2025-2026 : ce que révèlent les données de consommation de 21 000 foyers français

À partir de l'analyse de **21 000 foyers suivis sur l'ensemble de l'hiver 2025-2026**, représentant **158 millions de données issues des compteurs communicants**, [Watt Watchers](#) publie une étude inédite sur les usages énergétiques des ménages français. Cette analyse permet d'identifier, de manière objective, **les leviers réellement activés par les foyers pour réduire leur consommation, ainsi que leur efficacité mesurée.**

### Une consommation toujours dominée par le chauffage, avec des écarts majeurs selon les logements et les usages

Sur la période hivernale, le chauffage concentre à lui seul jusqu'à **64 % de la consommation énergétique totale des foyers analysés**, loin devant les autres usages domestiques (eau chaude sanitaire, électroménager, éclairage). L'analyse des données montre que cette dépendance au chauffage se traduit par des niveaux de consommation très différenciés selon les logements. À surface et localisation comparables, les foyers résidant dans des logements classés A à C consomment en moyenne **39 % à 52 % de moins** que ceux situés en classes F et G, pour se chauffer.

**Mais au-delà des caractéristiques du bâti, les comportements individuels restent un facteur déterminant.** Les données révèlent que, pour deux logements avec DPE comparable, **l'écart de consommation peut atteindre jusqu'à 90 % sur la même période**, en fonction notamment :

- de la température moyenne de chauffage (écart observé jusqu'à **10°C** entre foyers)
- de la durée quotidienne de chauffe
- et de l'utilisation des équipements d'appoint

À titre d'exemple, un foyer maintenant une température moyenne de **21°C consomme jusqu'à 14 % de plus qu'un foyer réglé à 19°C**, toutes choses égales par ailleurs.

**"La structure du logement conditionne le niveau de consommation, mais ce sont les usages qui déterminent les écarts observés à court terme."** - Laurent Fournier, porte-parole du programme.

### Nombre d'actions mises en œuvre et impacts estimés des principaux leviers d'économie

Sur l'ensemble des foyers analysés, Watt Watchers observe une mise en œuvre d'environ **11 000 écogestes**, ayant permis une réduction de **6 % de la consommation sur la période hivernale**. L'analyse fine des données permet d'identifier les actions les plus contributrices à ces économies. **Les leviers les plus efficaces sont également les plus accessibles :**

- une baisse de **1°C du chauffage** génère en moyenne **7 % d'économies**, soit **70 € sur la saison hivernale**.
- l'ajustement des plages de chauffe (par pièce et par moments de la journée) permet un gain de **12 %**.

**À l'inverse, certains écogestes largement perçus comme prioritaires ont un impact plus modéré.** Par exemple, l'impact d'éteindre systématiquement la lumière est devenu négligeable maintenant que les éclairages basse consommation (LED) sont présents dans tous les foyers.

**Autre enseignement : l'activation des leviers reste très hétérogène.** Par exemple :

- seuls **22 % des foyers analysés ont baissé leur température de chauffage (lorsque c'était pertinent).**
- moins de **12 % optimisent leurs plages de chauffe de manière régulière.**

Ces écarts d'activation expliquent une part importante des différences d'économies observées entre les foyers.

**“Les économies les plus significatives reposent sur des actions simples, mais encore insuffisamment systématisées à l'échelle des foyers.” - Laurent Fournier, porte-parole du programme.**

## **L'accompagnement, facteur déterminant pour activer le potentiel d'économies**

Les données mettent en évidence un écart significatif entre les foyers accompagnés et ceux qui ne le sont pas. Les utilisateurs de Watt Watchers enregistrent en moyenne :

- **13 % d'économies** s'ils utilisent l'application Watt Watchers dans la durée (versus 6% pour un usage ponctuel de l'application).
- une réduction plus rapide de leur consommation dès les premières semaines d'utilisation.

L'analyse des parcours utilisateurs montre que :

- **24 % des utilisateurs mettent en place au moins un éco-geste dans les 7 jours suivant leur inscription.**

L'ensemble de ces résultats met en évidence un levier central : l'accompagnement conditionne à la fois l'adoption rapide des éco-gestes et leur maintien dans le temps

**“L'enjeu n'est pas uniquement d'inciter à agir, mais d'aider les foyers à identifier, prioriser et maintenir les actions les plus efficaces dans le temps.” - Laurent Fournier, porte-parole du programme.**

**“Cette étude montre que la réduction de la consommation énergétique repose sur une combinaison de facteurs : les caractéristiques du logement, les usages, mais aussi la capacité à activer les bons leviers au bon moment. La donnée permet aujourd'hui d'objectiver ces mécanismes et d'accompagner les foyers de manière beaucoup plus précise.”, ajoute-t-il.**

A propos de Watt Watchers : [Watt Watchers](#), lauréat de l'appel à projets Certificats d'Économies d'Énergie (CEE) 2023, ambitionne d'accompagner 600 000 foyers, dont 2 500 foyers précaires, dans une démarche globale d'économies d'énergie. Grâce à une approche innovante combinant sciences comportementales et technologies, le programme inclut également la mesure des économies réelles post-travaux de rénovation énergétique pour 15 000 logements, dont 5 000 maisons individuelles accompagnées à la sobriété post-rénovation. En exploitant

les données des compteurs communicants, Watt Watchers vise à contribuer à l'évolution des politiques publiques en matière de sobriété énergétique. Plus d'information dans le kit média [ici](#).