

## Fiche pédagogique

# Comprendre les emballages des ampoules

### Les ampoules, une sélection difficile...

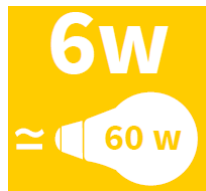
Types, culots, puissance, flux lumineux, température de couleur,... Les ampoules ont de nombreuses caractéristiques techniques qui semblent difficilement compréhensibles à priori. Nous vous proposons un petit jeu pour comprendre les éléments que l'on peut trouver sur les emballages des ampoules !

Temps	30 min
-------	--------

### Comprendre les emballages des ampoules !

**Questions :** (Les réponses se trouvent à la page suivante)

1. Que signifie ce symbole :

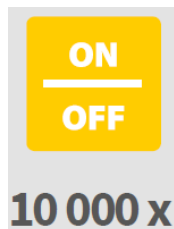


2. Qu'est-ce que le lumen ?

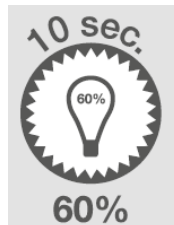
3. Certaines ampoules produisent une ambiance plus chaude que d'autres, vrai ou faux ?

4. En quelle unité est exprimée la durée de vie d'une ampoule ?

5. Que signifie ce symbole ?



6. Que signifie ce symbole ?



7. Que signifie ce symbole ?



## Réponses :

1. 6 W (6 watts) correspond à la puissance de l'ampoule. Le symbole en dessous indique que l'ampoule éclaire comme une lampe incandescence de 60 Watts.  
Pour une puissance de 6 watts, elle génèrera donc un flux lumineux équivalent à une ampoule à incandescence de 60 watts
2. Le lumen est l'unité utilisée pour mesurer un flux lumineux. Auparavant, on choisissait une ampoule d'après la puissance des lampes à incandescence. Cependant les modèles d'ampoule ont évolué et la puissance de ceux-ci a baissé. Désormais l'unité mentionnée sur les emballages est le lumen.

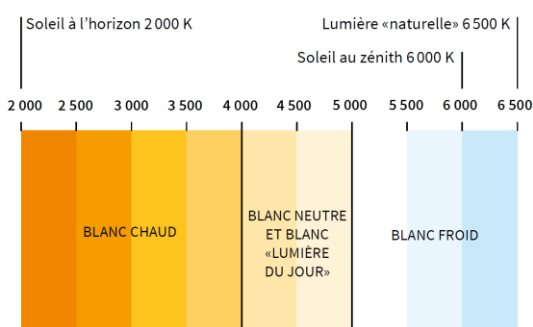
ÉQUIVALENCE ENTRE LA PUISSANCE D'UNE LAMPE À INCANDESCENCE ET LE FLUX LUMINEUX DES LED, LFC OU HALOGÈNE

Puissance d'une lampe à incandescence (en watts)	15	25	40	60	75	100	150	200
Flux lumineux indicatif (en lumens) pour obtenir une lumière équivalente	130	240	440	750	990	1420	2290	3220

3. Vrai, l'ambiance produite par une ampoule dépend de sa température de couleur exprimée en kelvins.

Il est recommandé de choisir une température de couleur plutôt chaude et reposante pour les chambre et salon, et plutôt froide et dynamique pour les salle-de-bain et cuisine.

TEMPÉRATURES DE COULEUR, AMBIANCES ET TYPES DE LAMPES



### Les recommandations de l'ANSES

L'Anses (Agence nationale de sécurité sanitaire) recommande d'éviter l'utilisation de sources de lumière émettant une forte lumière froide dans les lieux fréquentés par les enfants (maternités, crèches, écoles, etc.).

4. La durée de vie est exprimée en heures. On attribut généralement 1000h de fonctionnement par an en moyenne. 25 000h correspondraient donc à une durée de vie de 25 ans.
5. Il s'agit du nombre de cycles d'allumage - extinction possibles. Cette information doit être prise en compte notamment pour les ampoules éclairant des couloirs, dont les cycles d'allumage-extinction sont nombreux.
6. Il s'agit du temps nécessaire à l'obtention de 60 % du flux lumineux, ici 10 secondes.
7. Ce symbole indique qu'il n'est pas possible d'installer l'ampoule sur un variateur.

**Pour plus d'informations sur l'éclairage**, retrouvez le guide « Choisir son éclairage » de l'ADEME au lien suivant : <https://www.ademe.fr/sites/default/files/assets/documents/guide-pratique-choisir-son-eclairage.pdf>

Pour bénéficier de conseils gratuits, neutres et indépendants, rendez-vous sur :



**eco-renovez.fr**  
en Pays d'Aix