

Réduire les consommations inutiles avec une prise connectée

Comprendre, installer et utiliser une prise Sonoff avec
méthode, sans croire aux solutions miracles.

Ce guide est destiné aux personnes qui veulent mieux contrôler certains
appareils de leur maison. Il ne promet pas une économie automatique : il aide
à éviter des fonctionnements inutiles et à choisir une installation adaptée.

— 01 — LE PROBLÈME

1. Des appareils laissés allumés ou alimentés inutilement

Dans une maison, certains appareils continuent de fonctionner alors que personne ne les utilise. Un ventilateur reste allumé après le départ, une lampe ou un appareil de bureau reste alimenté toute la journée, un équipement reste branché longtemps après la fin de son usage.

Ce n'est pas toujours un oubli isolé : c'est souvent un geste à répéter chaque jour, à un moment où l'on pense à autre chose. Une prise connectée ne change pas l'appareil. Elle ajoute un moyen de commander son alimentation, à distance ou à une heure décidée à l'avance.

La bonne question n'est donc pas de savoir s'il faut connecter toute la maison. C'est de repérer quel appareil est réellement concerné par un fonctionnement inutile, et s'il peut être commandé sans risque.

Une prise connectée ne garantit pas une baisse automatique de la facture. Elle sert à mieux contrôler certains usages et à éviter certains fonctionnements inutiles.

2. Ce qu'une prise Sonoff peut faire

Une prise Sonoff se place entre la prise murale et l'appareil que tu veux commander. Selon le modèle, elle permet de couper ou de rétablir l'alimentation depuis une application, de programmer une heure d'arrêt, et parfois de suivre la consommation de l'appareil branché.

Le principe est simple : la prise reçoit l'ordre d'allumer ou de couper, puis laisse passer ou interrompt le courant. Elle ne rend pas un appareil plus efficace. Elle évite surtout de le laisser fonctionner au mauvais moment.

— 02 — APPAREILS ADAPTÉS

3. Les appareils adaptés à une prise connectée

Une prise connectée convient d'abord aux appareils dont la fonction est simple, dont la puissance reste dans les limites de la prise, et qui supportent une coupure de courant sans problème.

VENTILATEUR

Exemple de démonstration le plus simple : il sert pendant une période précise, puis peut être arrêté automatiquement.

APPAREILS DE BUREAU

Lampe, écran, imprimante ou chargeurs restent souvent alimentés toute la journée alors que le poste n'est pas utilisé.

APPAREILS RESTÉS ALIMENTÉS

Certains équipements restent sous tension après leur utilisation. La prise permet de couper cette alimentation sans y penser.

CERTAINES MACHINES

À vérifier au cas par cas : une prise connectée rétablit le courant, mais elle ne lance pas forcément un cycle automatiquement après une coupure.

Avant de brancher, vérifie la puissance maximale supportée par la prise, la puissance de l'appareil indiquée sur son étiquette, son comportement après un retour du courant, et le lieu d'utilisation (humidité, chaleur, extérieur, accès aux enfants).

— 03 — APPAREILS PUISSANTS

4. Les appareils qui nécessitent une installation adaptée

Un chauffe-eau, une pompe ou une climatisation ne doit pas être branché sur une prise connectée grand public simplement parce qu'elle possède une application. Ces appareils peuvent demander une puissance importante, fonctionner avec une commande spécifique ou nécessiter une protection adaptée.

Pour ce type d'équipement, la bonne solution est le plus souvent un module adapté, un contacteur ou une commande intégrée au tableau électrique. Le choix dépend de l'appareil, de sa puissance et de l'installation de la maison.

Précautions à respecter

- Une prise Sonoff classique ne doit pas être utilisée automatiquement pour un chauffe-eau, une pompe, une climatisation ou un autre appareil puissant.
- Vérifie toujours la puissance maximale supportée par la prise et la puissance de l'appareil.
- Une prise connectée ne remplace pas une installation électrique adaptée.
- En cas de doute, demande l'avis d'un professionnel avant de brancher l'appareil.
- Une prise connectée ne garantit pas une baisse automatique de la facture : elle sert à mieux contrôler certains usages et à éviter certains fonctionnements inutiles.

— 04 — INSTALLATION

5. L'installation générale, étape par étape

Le principe est facile, mais la vérification de compatibilité reste obligatoire. Commence par un appareil simple, par exemple un ventilateur, avant d'envisager autre chose.

01 Vérifier la puissance

Relève la puissance maximale indiquée sur la prise Sonoff et celle de l'appareil. Si l'appareil dépasse cette limite, ne le branche pas.

02 Brancher la prise Sonoff

Branche la prise Sonoff sur la prise murale. Vérifie que la prise murale et le câble sont en bon état, sans échauffement ni usure.

03 Brancher l'appareil

Branche ensuite l'appareil sur la prise Sonoff, puis teste la commande manuelle avant toute programmation.

04 Connecter la prise à l'application

Ouvre l'application prévue par le modèle, souvent eWeLink, et suis la procédure d'ajout. Donne un nom clair : « ventilateur chambre », « lampe bureau ».

05 Programmer l'arrêt

Définis une heure d'arrêt correspondant à l'usage réel, puis vérifie le lendemain que l'appareil s'arrête comme prévu.

— 05 — USAGE QUOTIDIEN

6. La commande à distance

Depuis l'application, tu peux couper ou rétablir l'alimentation de l'appareil sans être devant la prise. C'est utile quand la prise est difficile d'accès, ou quand tu te rends compte en partant qu'un appareil est resté allumé.

Cette commande dépend du réseau et de la configuration du modèle. Vérifie sur la fiche du produit ce qui reste possible sans connexion internet, et garde en tête qu'un appareil doit pouvoir être coupé sans risque au moment où tu envoies l'ordre.

7. La programmation

La programmation est la partie la plus utile lorsque le problème vient d'un geste répétitif. Tu définis une heure d'arrêt, parfois une heure de mise en route, et l'appareil suit cet horaire sans que tu y penses.

L'objectif n'est pas de créer une routine compliquée, mais de supprimer une décision répétée chaque jour. Commence par un seul horaire simple, teste-le pendant quelques jours, puis ajuste. Une automatisation doit être testée avant d'être laissée seule.

Une prise connectée commande l'alimentation, pas l'usage. Elle ne sait pas si une personne se trouve dans la pièce ou si une tâche est terminée : une programmation mal choisie peut couper un appareil au mauvais moment.

— 06 - LIMITES

8. Les limites de la solution

- Elle ne rend pas un appareil énergivore économique : elle évite seulement qu'il fonctionne inutilement.
- Elle ne protège pas contre la surcharge : c'est à toi de comparer les puissances avant de brancher.
- Elle ne convient pas à un endroit humide ou exposé sans vérifier l'indice de protection du modèle.
- Elle ne relance pas forcément un cycle après une coupure : certains appareils ne redémarrent pas seuls.
- Une fonction de mesure, quand le modèle en possède une, aide à comprendre un usage. Ce n'est pas une promesse d'économie.
- Une seule prise résout un besoin précis. Elle ne remplace pas une réflexion complète sur l'installation.

Tutoriel vidéo complet

Pour voir la configuration d'une prise Sonoff et son association avec l'application, consulte la playlist officielle SONOFF | Tutorial. Choisis la vidéo correspondant au modèle que tu as acheté, car les étapes peuvent varier selon la référence.

<https://www.youtube.com/watch?v=yRZc8Xh1YY4>

— 07 — AVANT UTILISATION

9. Checklist avant utilisation

- ☐ Je sais quel appareil je veux contrôler et pourquoi.
- ☐ J'ai vérifié la puissance de l'appareil.
- ☐ J'ai vérifié la puissance maximale supportée par la prise Sonoff.
- ☐ L'appareil supporte une coupure puis un retour du courant.
- ☐ La prise et son emplacement sont adaptés (humidité, chaleur, accès).
- ☐ J'ai testé la commande manuelle avant la programmation.
- ☐ Pour un chauffe-eau, une pompe, une climatisation ou un appareil puissant, j'ai demandé un avis compétent.

Où trouver une prise connectée Sonoff ?

Le lien ci-dessous permet d'accéder à la prise Sonoff utilisée comme référence pour ce guide. Vérifie toujours la référence, la puissance maximale et les caractéristiques du modèle avant l'achat.

<https://link.amazon/B0hZ42X0o>

— 08 — SYNTHÈSE

10. Ce qu'il faut retenir

Une prise connectée est utile lorsqu'elle répond à un besoin précis : contrôler un appareil, programmer son arrêt ou éviter un fonctionnement inutile. Elle ne remplace pas une installation électrique correctement pensée et ne doit pas être utilisée sans vérification sur les appareils puissants.

La première étape est toujours la même : partir d'un besoin réel. Quel appareil veux-tu contrôler ? À quel moment fonctionne-t-il inutilement ? Quelle puissance demande-t-il ? Que se passe-t-il après une coupure ? Si les réponses sont claires et que l'appareil est compatible, la prise connectée peut être une solution pratique.

Le confort vient d'une automatisation utile. La maîtrise de l'énergie vient d'une décision vérifiée.

Ce guide est pédagogique. Il ne remplace pas la notice du fabricant ni l'avis d'un professionnel lorsque l'appareil ou l'installation présente un risque électrique.

TOLTEK

domotique · photovoltaïque · immobilier

Propulsé par ASILI SAS

© 2026 ASILI SAS – Partenaire Loxone certifié

