



## Les bons conseils du Gifam pour réduire de 10% notre consommation d'énergie à la maison

**ALERTE PRESSE**



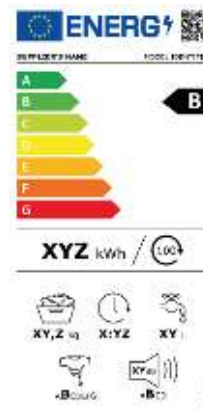
### Episode 1 – Les bons réflexes à adopter pour les appareils électriques de notre quotidien

Alors que la question énergétique est au cœur de l'actualité, Emmanuel Macron a appelé les Français à un effort collectif, pour atteindre une baisse de 10% de notre consommation d'énergie d'ici deux ans. L'objectif ? Tendre vers une plus grande sobriété énergétique et éviter les pénuries l'hiver prochain, dans un contexte de tensions sur le gaz et l'électricité à l'échelle européenne. Fort de son expertise en matière d'électroménager et de chauffage électrique, le Gifam, groupement des marques d'appareils pour la maison, livre ses bons conseils pour aider les Français à réduire leur consommation d'énergie à la maison.

#### A l'achat – choisir des appareils moins énergivores et adaptés à notre consommation

##### Privilégier des appareils moins énergivores grâce à l'étiquette énergie

Pour permettre aux consommateurs de faire un choix éclairé lors de l'achat d'appareils électroménagers, une nouvelle étiquette énergie plus exigeante a été mise en place en mars 2021 sur les appareils de froid (réfrigérateur, congélateur, appareil combiné, cave à vin) et de lavage (lave-vaisselle, lave-linge, lavante-séchante).



Jusqu'à 50%  
d'économies  
d'énergie

Visible en magasin comme sur les sites de ventes en ligne, cet outil de référence sert à mesurer la performance énergétique de nos appareils afin de les comparer entre eux plus facilement. Depuis 2021, l'échelle de classification énergétique, s'échelonne de A à G pour les appareils de froid (réfrigérateur, combiné, congélateur, cave à vin) et de lavage (lave-linge, lavante-séchante, lave-vaisselle) et comprend des informations clés sur chaque catégorie de produits.

A savoir :

- ▶ Pour un lave-linge, changer d'une classe, c'est 12 à 13 % d'économie d'énergie<sup>1</sup>.
- ▶ Un réfrigérateur classé C plutôt que F consomme 50 % moins d'énergie<sup>2</sup>.

<sup>1</sup> ADEME, Astuces pour réduire la facture d'eau et d'énergie, 2022.

<sup>2</sup> ADEME, Astuces pour réduire la facture d'eau et d'énergie, 2022.

A savoir :

- ▶ Un four combiné (four + micro-onde à la fois), réduit le temps de cuisson des aliments et la consommation d'électricité de 66 à 75% versus un four traditionnel<sup>3</sup>.
- ▶ Des plaques de cuisson par induction, qui permettent une économie d'électricité d'environ 20% par rapport aux surfaces vitrocéramiques et de 25% par rapport aux plaques de cuisson classiques, car les aliments commencent à chauffer beaucoup plus vite<sup>4</sup>.

Jusqu'à 75%  
d'économies  
d'énergie

Jusqu'à 25%  
d'économies  
d'énergie

### Choisir des appareils adaptés à votre mode de vie

Avant d'acheter un appareil électroménager, en particulier le gros électroménager, il est indispensable de se poser les bonnes questions, pour faire un choix éclairé :

- Optez pour un appareil adapté à la taille de votre famille ou au nombre de personnes vivant dans le foyer.
- Regardez bien les fonctionnalités proposées, qui sont multiples aujourd'hui, afin de privilégier celui qui répondra le mieux à vos besoins.

### A la maison – appliquer les écogestes

Une fois à la maison, l'entretien est un élément clé pour garantir un parfait état de marche de vos appareils électroménagers et éviter les déperditions d'énergie inutiles. Voici quelques conseils, par catégorie d'appareil, afin d'adopter les bons gestes au quotidien pour maîtriser sa consommation.

#### Le réfrigérateur

- N'installez pas votre réfrigérateur, et plus généralement vos appareils de froid près d'une source de chaleur telle qu'un four, un radiateur, une plaque de cuisson, ou dans une zone trop exposée au soleil ! Ils pourraient monter en température et ainsi dépenser plus d'énergie pour maintenir la température idéale.
- Ne laissez pas la porte ouverte trop longtemps et trop souvent.
- Laissez refroidir vos préparations avant de les placer dans votre réfrigérateur.
- Dépoussiérez au moins une fois par an la grille noire située au dos de votre appareil.
- N'obstruez pas la grille d'aération si l'appareil est installé dans une cuisine intégrée.
- Réglez la température de la zone froide entre 0°C et 4°C.

#### Le congélateur

- Vérifiez l'étanchéité de votre congélateur en refermant la porte sur une feuille de papier et en essayant de la retirer. Si la feuille se retire facilement : le joint est à changer.
- Dégivrez au moins 1 fois par an votre appareil. En effet, 5 mm de givre augmentent de 30% l'énergie consommée<sup>5</sup>.
- Soyez doux avec votre appareil lorsque vous le dégivrez : privilégiez une raclette en plastique pour décoller la glace et respectez les précautions d'usage mentionnées dans la notice.

Jusqu'à 30%  
d'économies  
d'énergie

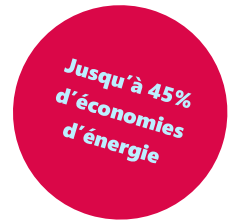
<sup>3</sup> ADEME, Au quotidien réduire sa facture d'électricité, 2019.

<sup>4</sup> ADEME, Au quotidien réduire sa facture d'électricité, 2019.

<sup>5</sup> Gifam, [guide Ecogestes](#).

## Le lave-vaisselle

- Effectuez un cycle à vide à température maximale avec un produit dédié tous les 4 à 6 mois pour dégraisser et détartrer votre machine.
- Ne rincez pas vos assiettes avant de les ranger dans votre lave-vaisselle, contentez-vous d'en retirer les principaux déchets.
- Utilisez le programme « Eco » du lave-vaisselle, qui permet de réduire sa consommation d'énergie jusqu'à 45% par rapport au programme intensif<sup>6</sup>.
- Nettoyez régulièrement les filtres.
- A savoir : 80% de l'énergie consommée par un lave-vaisselle sert à chauffer l'eau. Ainsi, moins il utilise d'eau, moins il consomme d'énergie<sup>7</sup>.



## Le lave-linge

- Privilégiez le cycle Eco (noté « Eco 40-60 sur les nouveaux lave-linge) plus long mais qui consomme moins d'énergie qu'un cycle normal.
- Remplissez votre machine avec la bonne quantité de linge.
- Quand le linge est peu sale, diminuez de quelques degrés la température de lavage, en respectant toutefois la nature du textile.
- Comme pour le lave-vaisselle, effectuez un cycle à vide à température maximale avec un produit dédié tous les 4 à 6 mois.
- A savoir : l'essorage dans le tambour du lave-linge (extraction mécanique de l'humidité) est 100 fois plus économe que le séchage dans le sèche-linge (extraction thermique)<sup>8</sup>.

## Le four

- Quand c'est possible, faites cuire plusieurs plats en même temps.
- Enchaînez deux cuissons en commençant par le plat qui nécessite la plus haute température.
- Si l'appareil n'est pas programmable, l'arrêter 10 minutes avant la fin de la cuisson pour utiliser la chaleur résiduelle.
- Si votre four le propose, suivez les cycles de cuisson programmés : plus économes en énergie, ils sont spécialement conçus pour les plats que vous souhaitez préparer.

## La table de cuisson

- Déposez le récipient sur la zone de cuisson avant de mettre celle-ci en fonctionnement pour ne pas consommer inutilement de l'énergie.
- Couvrez autant que possible vos poêles et casseroles avec un couvercle pour permettre une montée en température plus rapide et un excellent maintien au chaud. En effet, mettre un couvercle sur une casserole pour faire bouillir de l'eau par exemple, permet de consommer 4 fois moins d'énergie.
- Veillez à ce que le fond du récipient soit complètement lisse, plat et épais afin d'éviter une déperdition de chaleur.
- Utilisez la zone de cuisson adaptée à la taille de votre casserole ou poêle.

Plus d'informations dans [« Le guide des écoGESTES de la maison »](#), gratuit et accessible en ligne

Sources des données chiffrées : ADEME

<sup>6</sup> ADEME, Au quotidien réduire sa facture d'électricité, 2019.

<sup>7</sup> ADEME, Au quotidien réduire sa facture d'électricité, 2019.

<sup>8</sup> ADEME, Au quotidien réduire sa facture d'électricité, 2019.

### À propos du Gifam

Groupement des marques d'appareils pour la maison, le Gifam rassemble une centaine de marques, grands groupes internationaux et PME, qui accompagnent le consommateur au quotidien en proposant des produits innovants en électroménager et solutions de thermique électrique sous des marques de grande notoriété. Plus d'informations sur [www.gifam.fr](http://www.gifam.fr).

Facebook : [@Gifam](#), Twitter : [@GIFAM](#), LinkedIn : [Gifam](#).

### Contacts presse

- ▶ Pauline Carde – 06 32 03 22 55 – [pauline.carde@maarc.fr](mailto:pauline.carde@maarc.fr)
- ▶ Victoria Bareille – 06 70 73 01 73 – [victoria.bareille@maarc.fr](mailto:victoria.bareille@maarc.fr)