

## À QUELLE TEMPÉRATURE LAVÉ LE LINGE ?

ARTICLES

[mise à jour : 05/2020]



**Pour économiser l'énergie et préserver le linge, on lave à basse température. Mais la température de lavage dépend aussi du textile et de sa saleté.**

Les belges préfèrent laver le linge à 40 ou 60°C.<sup>[1]</sup> Mais lessiver à basse température est suffisant pour laver la majorité des textiles. D'autant que la plupart des lessives sont aujourd'hui efficaces à basse température.

> Lire aussi : [Quelle lessive choisir ?](#)

### Sommaire :

- [Le linge à laver à moins de 30°C](#)
- [Le linge à laver à 30°C](#)
- [Le linge à laver à 40°C](#)
- [Le linge à laver à 60°C](#)
- [Précautions pour l'entretien de la machine à laver](#)

-----

Pour bien entretenir ses vêtements, on se fie aux instructions présentes sur l'étiquette du linge. De nombreux vêtements nécessitent un lavage à 30 ou 40°C. Mais c'est toujours la température de lavage maximum qui est indiquée et rien n'empêche de laver moins chaud.

> Consulter : [Comprendre les symboles sur l'étiquette de lavage du linge.](#)

Laver le linge à basse température (30°C, voire moins) présente plusieurs avantages :

- **On économise de l'énergie** car [c'est pour chauffer l'eau que le lave-linge consomme beaucoup d'énergie](#). On réduit donc ses dépenses et son impact sur l'environnement.
- **On préserve son linge** car les températures plus faibles abîment moins les fibres et conservent les couleurs plus longtemps.

Il existe cependant des exceptions qui nécessitent une température plus élevée. Par exemple pour faire **disparaître les mauvaises odeurs** ou bien **éliminer les bactéries et microbes**.

On distingue ici le « linge courant » des textiles délicats, vêtements de sports, etc. Le linge courant englobe tout ce que l'on porte ou utilise au quotidien : pulls, T-shirt, pantalons, sous-vêtements, chaussettes, serviettes de bain, draps de lit, rideaux...

## Le linge à laver à moins de 30°C

- le linge courant **sans contact intime avec le corps**, s'il est **normalement sale** et sans mauvaises odeurs.
- le **linge délicat peu sale**.

On peut donc lessiver les **chemises, pantalons, vêtements en laine, etc.** à 15 ou 20°C, ou utiliser le programme « lavage à froid » (qui permet d'utiliser l'eau du réseau sans la chauffer).

## Le linge à laver à 30°C

**La plupart des matières** préfèrent le lavage à 30°C. On lave à cette température **les sous-vêtements, les essuies et serviettes de bain...**

Bref, on lave à 30°C :

- le linge courant **en contact direct avec le corps** s'il est normalement sale, non humide et qu'il sera **séché au soleil ou au séchoir**.
- le **linge délicat assez sale**.
- si on fréquente les salon-lavoirs, le linge courant sans contact intime avec le corps s'il est normalement sale et sans mauvaises odeurs.

## Le linge à laver à 40°C

On privilégie un lavage à 40°C pour **un pantalon avec de nombreuses taches, un T-shirt avec une odeur de transpiration, des serviettes de bain humides, du linge de lit qui sèche à l'ombre...**

De manière générale, on lave à 40°C :

- le linge courant en **contact direct avec le corps** s'il est **très sale**, humide ou qu'il ne sera pas séché au soleil ou au séchoir.
- le linge courant sans contact intime avec le corps s'il est très sale ou avec des mauvaises odeurs.
- les langes lavables sans cas de maladie.

Pour plus d'efficacité sans augmenter la température de lavage, on peut également utiliser une lessive généraliste en poudre ou qui contient du [percarbonate de soude](#).

Si cette température permet d'enlever plus efficacement les grosses taches, elle abîme aussi plus vite le linge. À la longue, il va décolorer, rétrécir et certains tissus seront endommagés.

## Le linge à laver à 60°C

Lessiver à 60°C permet d'éliminer les différents types de micro-organismes comme les bactéries ou les acariens. On choisit donc cette température pour :

- le linge souillé par des **fluides corporels** tels que sang, urine, selles, vomi...
- les langes lavables en cas de maladies ou d'un besoin d'hygiène très stricte.
- les **essuies de cuisine** ou le linge qui a été en contact avec de la nourriture.
- les **vêtements de sport**.
- les vêtements qui restent imprégnés d'une mauvaise odeur après lavage.
- le linge de **personnes malades ou sensibles aux infections/acariens** ou ayant été en contact avec celles-ci.

## Précautions pour l'entretien de la machine à laver

Lessiver à basse température permet de faire des lessives écologiques.

> Voir plus de [conseils pour laver son linge de façon écologique](#).

Mais laver fréquemment à basse température peut causer l'apparition de biofilms dans la machine. Ce sont des communautés de **bactéries** et de **champignons** qui se collent à l'intérieur de la machine au contact de surfaces humides.

**Pour limiter leur apparition et s'en débarrasser**<sup>[2]</sup> :

- On utilise toujours [la dose correcte de produit lessive](#), indiquée par le fabricant pour éviter que des restes de lessive stagnent dans la machine.
- On laisse toujours la **porte du lave-linge ouverte entre deux machines** pour que l'humidité s'évacue.
- On fait tourner **une machine à vide à 60°C tous les 5 cycles à 1 mois** environ (en fonction des recommandations du fabricant). On peut aussi ajouter [un peu de percarbonate de soude](#) pour détruire les microbes.

### Sources :

- La campagne « [I Prefer 30°C](#) » de Ginetex
- Que Choisir, « [Lave-linge - Quelle température utiliser pour laver son linge ?](#) »
- Avis de l'Agence nationale de sécurité sanitaire de l'alimentation, de l'environnement et du travail relatif à l'utilisation de l'eau de pluie pour le lavage du linge chez les particuliers, ANSES, 2015
- Yates & Evans, 2016. Dirtying Linen: Re-evaluating the sustainability of domestic laundry. Environmental Policy and Governance, Env. Pol. Gov. 26, 101-115.

---

[1] A.I.S.E, document technique via [DETIC](#).

[2] Department for Environment, Food and Rural Affairs, 2009. Reducing the environmental impact of clothes cleaning.

---

## Liens

[1] <mailto:amelchior@ecoconso.be>

[2] <https://www.ecoconso.be/fr/content/conditions-dutilisation-de-nos-contenus>

[3] <https://www.ecoconso.be/fr/Quel-produit-de-lessive-choisir>

[4] <https://www.ecoconso.be/fr/content/comprendre-les-symboles-sur-letiquette-de-lavage-du-linge>

[5] <https://www.ecoconso.be/fr/content/comment-economiser-leau-et-lenergie-de-sa-machine-laver>

[6] <http://www.ecoconso.be/fr/content/les-produits-dentretien-naturels-indispensables-la-maison#-percarbonate-soude>

[7] <https://www.ecoconso.be/fr/content/lessive-ecologique-9-conseils-pour-bien-laver-le-linge>

[8] <https://www.ecoconso.be/fr/content/comment-bien-doser-son-produit-de-lessive>

[9] <https://www.iprefer30.eu/>

[10] <https://www.quechoisir.org/conseils-lave-linge-quelle-temperature-utiliser-pour-laver-son-linge-n68219/>

[11] <http://www.detic.be/fr/ip30>

Cette publication est mise à disposition sous un contrat Creative Commons

