

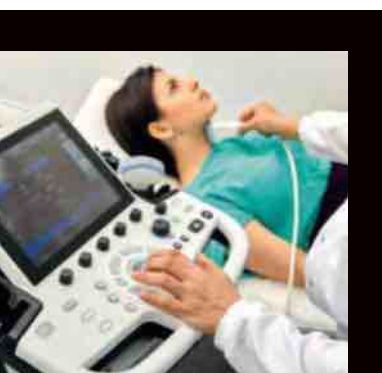
QUE

CHOISIR

EXPERT • INDÉPENDANT
• SANS PUBLICITÉ

TESTS
LABO 

- **POMPES À CHALEUR** AIR-EAU
- **SHAMPOINGS** SOLIDES ET LIQUIDES
- **POÊLES** DE CUISSON



Médecine
Les femmes oubliées

Produits laitiers
Les meilleurs pour la santé



EAU POTABLE

ALERTE SUR LES CONTAMINANTS

PFAS

NOS ANALYSES EXCLUSIVES

DROM-COM : 6,20 € / 740 XPF

L 12260 - 643 - F: 5,00 € - RD



Nos combats sont d'abord les vôtres



L'Union fédérale des consommateurs-Que Choisir est la première association de consommateurs de France, **100 % indépendante** depuis sa création en 1951.

Nos missions : vous informer, vous conseiller et vous défendre.

À cette fin, nos experts – journalistes, économistes, ingénieurs – vous aident à choisir de façon éclairée. Nos juristes saisissent les autorités compétentes pour faire respecter vos droits, sanctionner les agissements illicites et obtenir l’indemnisation des consommateurs lésés. Nos lobbyistes exercent une pression au niveau national et européen pour que **la législation** et les fabricants évoluent.

Quant à nos **4 100 bénévoles**, ils sont à votre service dans les 135 associations locales UFC-Que Choisir, réparties dans tout le territoire, et s'engagent dans la **défense individuelle et collective des consommateurs**.

Votre financement est le garant de notre indépendance



Votre contribution financière est un soutien essentiel à notre association, qui **n'accepte aucune subvention du monde économique**. Cela nous permet de **financer librement nos combats, nos informations**, loin des lobbies et des pressions politiques.

Vous pouvez contribuer en adhérant auprès de nos associations locales, en vous abonnant à nos médias ou en faisant un don sur [Consolidons.org](https://consolidons.org) pour soutenir nos actions d'intérêt général.



Rejoignez notre mouvement de défense des consommateurs sur Quechoisir.org

L'UFC-Que Choisir et *Que Choisir* sont également présents sur :



UFC-QUE CHOISIR

233, boulevard Voltaire, 75555 Paris Cedex 11
0143485548.

Présidente et directrice des publications : Marie-Amandine Stévenin • **Relations presse/communication :** Christelle Leduc, Lauren Nelson, Anne Vesque • **Directeur général délégué :** Jérôme Franck **REDACTION** • **Rédacteurs en chef :** Arnaud de Blauew (QC mensuel), Franck Attia (QC en ligne), Pascal Barlet (QC Argent et QC Pratique), Perrine Vennetier (QC Santé) – **Assistante :** Catherine Salignon • **Secrétaire général de la rédaction :** Laurent Suchowiecki • **Enquêtes, reportages :** Elsa Abdoun, Cyril Brosset, Elsa Casalegno, Boris Cassel, Camille Bruhier (cheffe de rubrique tests), Fabienne Maleysoun, Cécile Poulligon, Audrey Vaugrente • **Secrétariat de rédaction :** Valérie Barres-Jacobs, Marie Bourdellès, Gaëlle Desportes, Leslie Que Puvillan • **Direction artistique :** Ludovic Wyart • **Maquette :** Sandrine Barbier, Clotilde Gadesaude, Capucine Ragot

Infographie/maquette web : Carla Félix-Dejeufosse (première rédactrice graphiste), Laurent Lammens • **Documentation :** Annie Renaudin • **Ont collaboré à ce numéro :** Rosine Maiolo, Fabien Maréchal **QUE CHOISIR ÉDITION** • Laure Sassier **ESSAIS** : Ozkan Altıncı, Éric Berhan, Vincent Erpelding, Aïssam Haddad, Soraya Hamimi, Gaëlle Landry, Abaygella Le Palabre, Lars Ly, Noël N., Séliha Redjadj, Gabrielle Thérèse, Domitille Vey **OBSERVATOIRE DE LA CONSOMMATION** • Grégory Caret **(directeur)**, Nelly Florencia Thomassin **(directrice administrative et financière)**, Sandrine Flagel, Audrey Saint-Dizier • **Ressources humaines :** Adrien Goussier • **Gestion de projets :** Régis Ghozian **(directeur)** • **Informatique :** Jean-Baptiste Goupille **(directeur technique)**, Damien Chastagne Marti, Zohra Sourta, Alexis Ulrich • **Logistique :** Philippe Ballon **(responsable)**, Sarah Bouzella, Franck Delhomme Blanc-Rouchouse, Justine Boduch, Jean-Louis Bourghol, Marie-Noëlle Decaulne, Jean-Philippe Machanovitch, Francine • Brigitte Bouttier **DIRECTION DE L'INFORMATION JURIDIQUE** • Sophie Herbreteau **(directrice)**, Murielle Bailly, Christina Helle François, Rayane Karam, Ruth Kinouani, Julia Le Roux, Laure Littardi, Patricia Lorineau, Justine Marena, Krystèle Mensah, Frédérique, 60643 Chantilly Cedex. Tél. : 01 55 56 71 09 • **Inspection des ventes et réseaux diffuseurs :** MP hors-séries + 4 pratiques : 94 € **UFC-QUE CHOISIR** • Association à but non lucratif • Bureau du conseil d'administration, Arnaud Lajugie • **Trésorier :** Jean-Pierre Jokiel • **Trésorier adjoint :** Marina Scall-Bersinger • **Administrateur :** Alain-Longo, Christian Bailly, Philippe Balbastre, Michel Debiais, Xavier Kruger, Jean-Christophe Lampe, Arnaud de Blauew, Patricia Lorineau **ACTION POLITIQUE** • Cédric Musso **(directeur)** • **Études et Lobby :** Anne, Mélissa Chevallard, Frithjof Michaelsen, Benjamin Recher, Juliette Woods • **Juridique :** Magali Buttar • **Arène :** Candice Meric, Mélanie Saldanha • **Relations associatives :** Myriam Bos, Christine Chaton, Andrjambelsson **IMPRESSION** • RotoFrance, rue de la Maison-Rouge, 77185 Lognes. Distribué par MLP.

Yves Martin, Élisabeth Oudin, Anne-Sophie Stamane, Pierre Thieulin-Pardo, Fabrice Poullouen, Audrey Vaugrenat, **Secrétariat de rédaction** : Valérie Barès-Jacobs, Marie Bourdellès, Gaëlle Desportes, Leslie George (QC en ligne) • **Conception graphique** : Marie-Maguenet et Véronique Puvilland • **Direction artistique** : Ludovic Wyart • **Maquette** : Sandrine Barbier, Clotilde Gadesama, Capucine Ragot (première rédactrice graphiste) • **Responsable photo** : Catherine Métayer • **Infographie/maquette web** : Carla Félix-Dejeux (première rédactrice graphiste), Laurent Lammens • **Documentation** : Frédérique Vidal (**responsable**), Audrey Berbach, Véronique Le Verge, Stéphanie Renaud • **Ont collaboré à ce numéro** : Rosine Maiolo, Fabien Maréchal **QUE CHOISIR ÉDITION** • Laure Sassier **ESSAIS COMPARATIFS** • Éric Bonneff (**directeur**), Karima Amziane, Laurent Baubeste, Ozkan Calisir, Éric Ébran, Vincent Erpelding, Aïssam Haddad, Soraya Hamimi, Gaëlle Landry, Abygaëlle Le Palabre, Lars Ly, Neil McPherson, Mélanie Marchais, Mickaël Marques De Oliveira, François Palemon, Séliha Redjadj, Gabrielle Thier, Domitille Vey **OBSERVATOIRE DE LA CONSOMMATION** • Grégory Caret (**directeur**), Noël Baudouin, Isabelle Bourcier, Ingrid Stiemer, Juliette Vacant **ADMINISTRATION** • Florence Thomassin (**directrice administrative et financière**), Sandrine Flagel, Audrey Saint-Dizier • **Ressources humaines** : Véronique Couesnon (**directrice**), Audrey Dauche, Toutou Gassama, Anne Hamadou • **Gestion de projets** : Régis Ghazlan (**directeur**) • **Informatique** : Jean-Baptiste Goupille (**directeur technique**), Damien Bidault, Rémy Ebbo, Andy Griffit, Gilles Jean, Willy Julian, Nicolas Lavergne, Christophe Marti, Zohra Sourta, Alexis Ulrich • **Logistique** : Philippe Ballon (**responsable**), Sarah Bouzefla, Franck Delhomel **MARKETING/DIVERSIFICATION** • Laurence Rossilloh (**directrice**), Delphine Blanc-Rouchouse, Justine Boduch, Jean-Louis Bourghol, Marie-Noëlle Decaulne, Jean-Philippe Machanovitch, Francine Manguelle, Steven Phommahin, Nicolas Schaller, Ibrahim Sissoko • **Courrier** : Brigitte Bouttier **DIRECTION DE L'INFORMATION JURIDIQUE** • Sophie Herbretaux (**directrice**), Murielle Bailly, Christina Bamba, Magali Berthe, Lucas Bilton, Clémentine Chervin, Emmanuel Eslin, Rachelle François, Rayane Karam, Ruth Kinouani, Julia Le Roux, Laure Littardi, Patricia Lorineau, Justine Marendia, Krystèle Mensah, Samir Victor • **Service abonnements** : *Que Choisir*, 45, avenue du Général-Leclerc, 60643 Chantilly Cedex. Tél. : 01 55 56 71 09 • **Inspection des ventes et réassort diffuseurs** : MP Conseil • **Tarifs** : 1 an, soit 11 numéros : 49 € ; 1 an + 4 hors-séries : 67 € ; 1 an + 4 hors-séries + 4 pratiques : 94 € **UFC-QUE CHOISIR** • Association à but non lucratif • Bureau du conseil – **Présidente** : Marie-Amandine Stévenin – **Vice-présidents** : Daniel Bideau, Arnaud Lajugie – **Trésorier** : Jean-Pierre Jokiel – **Trésorier adjoint** : Marina Scall-Bersinger – **Secrétaire** : Ludvine Payraud • **Conseil d'administration** : Anne-Marie Abinal-Longo, Christine Bailly, Philippe Balbastre, Michel Debais, Xavier Kruger, Jean-Christophe Lampe, Jean-Pierre Lhermite, Anne Morin, Michel Namy ; et pour le personnel, Arnaud de Blauwe, Patricia Lorineau **ACTION POLITIQUE** • Cédric Musso (**directeur**) • **Études et Lobby** : Antoine Autier (**responsable**), Olivier Andraud, Théau Brigand, Lucile Bouissin, Mélissa Chevallier, Frithjof Michaelsen, Benjamin Recher, Juliette Woods • **Juridique** : Magali Buttar (**responsable**), Brune Blanc-Durand, Gwenaelle Le Jeune, Véronique Louis-Arcène, Candice Meric, Mélanie Saldanha • **Relations associatives** : Myriam Bos, Christine Chaton, Catherine Guillermin, Cléo Leyrat, Nadia Mammi, Karina Novelli, Jean-Philippe Randriambelison **IMPRESSION** • RotoFrance, rue de la Maison-Rouge, 77185 Lognes. Distribué par MLP. Dépôt légal n° 144, Commission paritaire n° 0727 G 82318. Tous droits de reproduction et d'adaptation réservés. Ce numéro comporte un encart abonnement *Que Choisir Santé*, un encart « Carte d'information juridique » sur une partie du tirage et un encart sous enveloppe collée en 4° de couverture sur une partie du tirage. Numéro imprimé avec des encres blanches sur papier certifié FSC PEFC Holmen XLNT. 1580 kg CO₂/T papier. Origine papier : Norrköping, Suède. Pas de fibres recyclées. CoC inspecta 2177. ISSN 0033-5932.



10

Eau potable
Une contamination massive aux PFAS

ZONE ROUGE



ALERTE



22

Moteurs diesel 1.5 BlueHdi
La colère monte

26

Produits laitiers nature
Nos amis pour la vie ?

LABO QC



DÉCRYPTAGE



44

Médecine
Les femmes dans l'angle mort



INFO EXPRESS

Toute la consommation en bref

4



ZONE ROUGE

Eau potable • Une contamination massive aux PFAS

10



ÇA POURRAIT VOUS ARRIVER

Rappels auto • Les réparations traînent

18



ALERTE

Contaminants • Des poissons au mercure

20

Moteurs diesel 1.5 BlueHdi • La colère monte

22



LABO QC

Produits laitiers nature • Nos amis pour la vie ?

26

Shampoings solides et liquides

• Tous comparables, à un cheveu près

32

Poêles de cuisson • La revanche des anciennes

34

Voitures électriques

37

Tables à induction • Des commandes plus modernes

38

Pompes à chaleur air-eau • Ce que les vendeurs taisent trop souvent

40

Testé ailleurs

43



DÉCRYPTAGE

Médecine • Les femmes dans l'angle mort

44

Abonnements multimédias

• Toujours des souscriptions non désirées

50

Assurances • Les experts dans le collimateur

52

Agroalimentaire • Ce que l'industrie mijote

54



FORUM

Vos courriers, vos questions et nos réponses

56



TOUT S'EXPLIQUE

Achat en ligne • Limitez les risques lors de la commande

60

Oasis pêche-abricot • Mais pourquoi de l'huile de palme ?

61

Accès à la nature • La « servitude de marchepied » libère les berges

61



AUSSI UNE ASSOCIATION

Le billet de Marie-Amandine Stévenin et les actions nationales

62

Les associations locales et leurs actions

64

VOSTRACAS

Que c'est agaçant, la suite !

66

Le numéro 642 de *Que Choisir* a été tiré à 436 500 exemplaires.

CRÉDITS DE COUVERTURE

ALEXIS LECOMTE ; AEGEANBLUE/ISTOCK ; J. SAMSONOV/ISTOCK ; J. SAMSONOV/ISTOCK ; PEAKSTOCK/SCIENCE PHOTO LIBRARY-AFP

Donnez-nous votre avis

Vous le savez, vous êtes les garants de notre indépendance. Car nos sources de revenus, ce sont nos magazines et notre site internet, sans publicités. C'est pourquoi votre satisfaction est primordiale pour nous. Aussi l'équipe de *Que Choisir* souhaite connaître votre avis sur votre mensuel. Que vous soyez un lecteur occasionnel ou un fidèle abonné (nous en comptons quand même près de 370 000 !), votre contribution nous sera extrêmement précieuse. Nous aimerions recueillir vos remarques, positives ou plus critiques, sur le magazine actuel : sa structure, ses visuels, ses rubriques et contenus... Alors, n'hésitez pas à répondre à ce questionnaire en ligne (votre anonymat est garanti). Cela ne devrait vous prendre qu'entre 10 et 15 minutes.

Vous pouvez accéder à notre sondage via le lien internet [Ufcqc.link/sondage643](https://ufcqc.link/sondage643) ou en flashant le QR code ci-contre.



Une fois analysés, les résultats de cette enquête nous permettront de vous proposer un journal qui répondra encore mieux à vos attentes et à vos besoins. Après *Que Choisir Argent*, qui est devenu *Que Choisir Budget(s)* en octobre 2024, *Que Choisir* (tout court !) va, à son tour, évoluer. Nous planchons d'ores et déjà sur une nouvelle formule qui vous offrira un rubriquage différent, une maquette modernisée et un traitement de l'information plus adapté aux habitudes de lecture d'aujourd'hui. Notre objectif est également de renforcer la complémentarité, la « complicité », avec *Quechoisir.org*, notre site web. Bref, à vos questionnaires et, par avance, un grand merci à tous pour votre participation ! ♦

ARNAUD DE BLAUWE
RÉDACTEUR EN CHEF

COMPLÉMENTAIRES SANTÉ

Des frais de gestion trop élevés

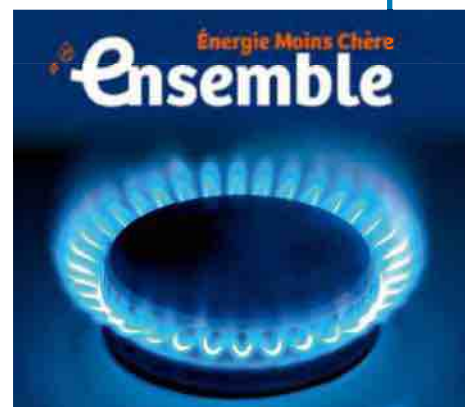
Comme chaque année, la Direction de la recherche, des études, de l'évaluation et des statistiques (Drees) a fait le point sur la situation financière des complémentaires santé. Il ressort qu'en 2023, mutuelles, assureurs et instituts de prévoyance ont couvert 34,9 milliards d'euros de prestations de soins, soit 6,4 % de plus qu'en 2022. Cette augmentation est surtout due aux hospitalisations et aux dépenses en optique et dentaire. Les recettes sont également

en hausse, de 6 %, avec 43 milliards d'euros collectés, soit un surplus de 8 milliards par rapport aux remboursements. Au total, la part des primes reversées a atteint 81 %. Le taux de redistribution « *demeure plus élevé pour les institutions de prévoyance (90 %), par rapport aux mutuelles (81 %) et aux entreprises d'assurances (78 %)* », note la Drees. À peu près 20 % des cotisations sont par conséquent destinées aux frais de fonctionnement et au marketing des complémentaires santé. ♦

GAZ MOINS CHER ENSEMBLE

18 millions d'euros de pouvoir d'achat économisés !

Organisée par l'UFC-Que Choisir, via sa filiale SAS Que Choisir, la campagne « Énergie moins chère ensemble » 2024 pour le gaz de ville, qui s'est achevée le 31 décembre, a rencontré un vif succès. Plus de 63 000 personnes ont souscrit à l'offre lauréate, sécurisée juridiquement et très attractive financièrement. En décembre, elle affichait un tarif du kilowattheure de gaz inférieur de 21 à 24 % (selon l'option tarifaire et la zone géographique) au prix repère de la Commission de régulation de l'énergie (CRE), qui n'a cessé de grimper ces derniers mois. Le gain moyen par souscripteur s'élève à 280 €, pour un total de 18 millions d'euros de pouvoir d'achat économisés par et pour les consommateurs. Comme cette offre est à prix fixes pendant deux ans, les économies pourraient être encore plus significatives si le coût du gaz continuait à croître. La moitié des souscripteurs se répartit dans quatre régions : Île-de-France, Hauts-de-France, Auvergne-Rhône-Alpes et Grand Est.



Nous avons reçu de nombreux retours positifs de leur part. « *Alors que je bénéficiais d'un bon tarif, je vais quand même faire des économies substantielles, tant sur l'abonnement que sur le prix de l'énergie* », indique Pierre. Depuis la mise en place de ces opérations (l'UFC-Que Choisir en a lancé plusieurs de ce type avant celle de 2024), près de 110 millions d'euros de pouvoir d'achat ont été gagnés. C'est ça, le pouvoir de marché des consommateurs ! ♦

MARCHE ET VÉLO

Moins de maladies... et un meilleur moral

Une étude écossaise indique que se rendre au travail à vélo ou à pied est bon pour la santé. Menée sur un important échantillon de plus de 80 000 hommes et femmes, âgés de 16 à 74 ans, entre 2001 et 2018, elle met surtout en évidence des indicateurs très favorables chez les « vélotafeurs », avec une forte réduction de la mortalité « toutes causes », un risque plus faible d'hospitalisation et de traitement pour maladie cardiovasculaire et moins d'hospitalisations et de décès par cancer. La santé mentale est également meilleure, si l'on en croit les prescriptions de

La petite reine fait la course en tête question bienfaits.

médicaments observées. À noter, les admissions de cyclistes à l'hôpital à la suite d'une collision ont été rares – 83 sur les 18 années considérées. Les effets sont moins marqués en ce qui concerne la marche, mais ils existent bel et bien. Ces résultats sont toutefois à prendre pour ce qu'ils sont, car ils comportent des biais importants. Il est probable que

les personnes se déplaçant à vélo soient aussi plus sportives en général, et que leur bonne forme découle surtout de leur hygiène de vie, pas uniquement du mode de transport qu'elles utilisent. De même, les auteurs de l'étude ne sont pas en mesure de préciser à partir de combien de kilomètres par jour, à pied ou à vélo, les bénéfices se font sentir. ♦

PAIEMENT PAR CARTE

Le réseau CB, un choix pertinent

« *Le made in France, c'est mieux si on paye in France.* » La campagne, siglée CB, déployée ces derniers mois par affichage et dans la presse, a de quoi interpeller, car on ne sait pas forcément qu'une option s'offre à nous au moment de régler un achat par carte bancaire. Mais regardez bien lors de vos prochaines emplettes en ligne : à côté des logos Visa ou Mastercard, celui de CB, la marque du groupement d'intérêt économique Cartes bancaires, fondé en 1984 par les principales banques hexagonales, est la plupart du temps présent. Or, si vous avez une carte « cobadgée », c'est-à-dire portant ce symbole en plus de ceux des réseaux américains précités, vous pouvez, avant d'entrer vos coordonnées, cliquer sur ce pictogramme. Cela ravira le commerçant, car les deux géants états-unis réclament aux professionnels des commissions plus élevées que CB. Une association de webmarchands

européens a même récemment tapé du poing sur la table, dénonçant les hausses constantes et spectaculaires des tarifs, et réclamant de la transparence aux deux entreprises, quasiment en situation de monopole. Indirectement, votre choix vous sera également profitable, à vous consommateur. Car qui dit augmentation des frais pour les vendeurs, dit généralement répercussion de ces majorations sur les prix des produits et services. Précisons que si certaines assurances sont liées à une carte bancaire (en cas de voyage, en particulier), le fait de sélectionner un système de paiement ou un autre ne change rien. ♦

Un p'tit clic patriotique



OBSÈQUES

Plafond bancaire relevé

Dès que la banque a connaissance du décès d'un client, ses comptes sont bloqués. Mais les héritiers (enfants, conjoint marié...) ou la personne ayant « *qualité pour pouvoir aux funérailles* » peuvent régler les obsèques en demandant que la somme nécessaire soit débitée des comptes ou livrets du défunt (art. L. 312-1-4 du Code monétaire et financier). Le 1^{er} janvier, le montant maximal qu'il est possible de ponctionner est passé de 5 830,50 € à 5 910 €. Sous réserve que les comptes affichent un solde créditeur, l'établissement ne peut s'opposer au prélèvement. Celui-ci doit toutefois être justifié. Ainsi, la personne en charge des funérailles est tenue de fournir un devis, un bon de commande (la somme est alors réglée directement à l'entreprise de pompes funèbres) ou une facture. S'il s'agit d'un héritier et que la succession est supérieure à ce montant de 5 910 €, un acte de notoriété, établi par le notaire, doit être délivré. Par contre, s'il n'y a pas assez d'argent sur les comptes, le ou les héritiers ont l'obligation de payer le reliquat.

INTOXICATIONS ALIMENTAIRES

Davantage de cas graves recensés en 2023

Virus de la rage, maladie de Lyme, paludisme... Autant de pathologies graves, voire mortelles, que les animaux peuvent nous transmettre, par contact, mais plus souvent via les denrées que nous consommons. Les zoonoses les plus fréquentes sont en effet d'origine alimentaire : la campylobactériose, la salmonellose, les infections à *Escherichia coli* producteurs de shigatoxines, la yersiniose et la listériose. À elles cinq, ces affections ont fait près

catégories de personnes immunodéprimées (avec les enfants en bas âge et les femmes enceintes), plus fragiles. C'est la bactérie *Salmonella* qui cause le plus d'hospitalisations. Elle est transmise principalement par les viandes et les œufs, ainsi que les fromages, les produits de la mer, les fruits et légumes. Mais la *Listeria* se distingue par sa gravité : elle provoque le plus de décès, avec un taux de mortalité de 11%. Or, l'Efsa souligne un pic de contaminations en 2023, avec une augmentation des cas « *significative entre 2019 et 2023* ». Soyez donc vigilant avec les aliments vecteurs de cette bactérie, surtout les viandes et produits à base de viande (saucisses fraîches, saucissons), mais aussi les poissons frais ou fumés, les fromages frais ou à pâte molle et les fruits et légumes.

Le nombre de morts a été le plus élevé en une décennie

de 250 000 malades en Europe en 2023, dont 22 000 en France. Constat inquiétant de l'Agence européenne de sécurité des aliments (Efsa) : elles ont touché davantage de personnes qu'au cours des 10 années précédentes. Les cas de maladies, d'hospitalisations et de décès ont augmenté de respectivement 7,2, 4 et 1,6 % par rapport à 2022. Le nombre de morts, en particulier, a été le plus élevé en une décennie.

Pic de contaminations

Faut-il y voir un effet du vieillissement de la population ? Les seniors, de plus en plus nombreux, font aussi partie des

Quelques précautions

Conservez les denrées fragiles (viandes, œufs, produits laitiers) au réfrigérateur et respectez les durées de conservation indiquées ; faites cuire les viandes à cœur ; lavez-vous les mains avant la préparation des repas et nettoyez les fruits et légumes à l'eau potable. Les populations à risque (femmes enceintes, personnes immunodéprimées) doivent éviter divers aliments : certains fromages à pâte molle, d'autres à croûte fleurie, les viandes et œufs crus ou peu cuits... ♦



Vigilance avec les aliments vecteurs

CONTENANTS

Le bisphénol A interdit en Europe

Enfin ! L'Union européenne (UE) proscrit, 12 ans après la France, le bisphénol A (BPA) dans les matériaux au contact des aliments (revêtements des conserves, bouteilles en plastique réutilisables, ustensiles de cuisine...), « *en raison d'effets potentiellement nocifs pour la santé* ». La mesure est entrée en vigueur le 20 janvier 2025, mais les fabricants bénéficient d'une période de transition de 18 mois, et de dérogations pendant trois ans. Une tolérance contestable : le BPA



est sur la sellette depuis des années... Pour autant, ne boudons pas cette avancée : elle succède à des décennies de déni de la part des instances européennes sur la nocivité du BPA, dont l'effet perturbateur endocrinien est connu depuis un siècle. La France a été précurseur, en l'interdisant dans les biberons et pots d'aliments pour bébé dès 2009 (suivie seulement en 2018 par l'UE), puis dans tous les contenants et ustensiles alimentaires en 2013. Mais ces mesures ne garantissent pas l'innocuité des produits. En 2023, *Que Choisir* a analysé divers objets (biberons, canettes, conserves, vêtements, jouets...), et du BPA a été trouvé. Illégal ! Autre souci, les fabricants de plastiques ont parfois remplacé cet élément par d'autres bisphénols aussi nocifs, voire davantage. On peut regretter que l'UE n'ait pas enclenché le retrait de toute cette famille de près de 150 molécules.

Si vous tombez sur des situations choquantes, des messages mensongers ou amusants, adressez-nous vos photos (en précisant le lieu et la date) et un bref commentaire par e-mail à redaction@quechoisir.org.

Une aberration qui ne nous emballe pas

Nos lecteurs sont vraiment irrités par le suremballage ou les emballages disproportionnés. À tel point que la plupart des photos qu'ils nous adressent pour cette rubrique « Vu ! » sont liées à cette problématique. Dernier « coup de gueule » en date, celui de Nathalie P. : « J'ai reçu ce colis de chez Pichon [photo] pour l'école où je travaille, écrit-elle à Que Choisir. Un énorme carton pour trois rouleaux de scotch ! Et le pire, c'est que j'ai reçu, le lendemain, un autre colis du même vendeur, avec d'autres articles... J'étais très en colère, car je fais attention à l'environnement au quotidien. »

Ce colis ne colle pas



MALBOUFFE

Autoréguler, sans interdire...

Agences publicitaires, industriels de l'agroalimentaire, chaînes de télé et plateformes de réseaux sociaux ont le bras plus long que les professionnels de la santé publique... Face à leur lobbying, toutes les tentatives pour interdire, ou du moins encadrer de près la publicité pour des aliments trop gras, salés ou sucrés, et ciblant les enfants, ont échoué⁽¹⁾. Ces filières ont préféré signer une « charte visant à promouvoir une alimentation et des comportements favorables à la santé dans les programmes audiovisuels, les contenus numériques et les communications commerciales », sous l'égide de l'Arcom, le gendarme de l'audiovisuel. Une initiative soutenue par les pouvoirs publics, alors que son incapacité à contrer la prise de poids a été démontrée par plusieurs études scientifiques. La charte, née en 2009, est renouvelée tous les cinq ans. La mouture 2025-2029, publiée le 17 décembre, apporte quelques progrès. Internet, les réseaux



sociaux et les influenceurs sont désormais inclus dans son périmètre. Ainsi, les représentants des métiers de l'influence et ceux de l'association regroupant Google, Meta, TikTok et Snapchat sont signataires, au côté des chaînes de radio et de télé, des agences publicitaires et du principal syndicat de l'agroalimentaire, l'Ania. Le ministère de la Santé est également partie prenante. Mais ce genre de charte volontaire, qui manque d'engagements chiffrés, reste un effet d'annonce peu efficace. Or, un quart des jeunes sont en surpoids, et 5 à 7%, obèses... ♦

(1) Diverses propositions de loi ont été édulcorées (2018), voire retoquées (2019).

BIODÉCHETS

Des progrès trop timides

Un an après l'obligation pour les communes de déployer des dispositifs de tri à la source des biodéchets, le bilan tiré par l'association Zero Waste France n'est pas reluisant. L'accès à des solutions de tri reste largement insuffisant et les moyens engagés sont inadaptés. Les subventions dédiées diminuent, souligne l'association – ce qui ne facilite pas la mise en place des équipements idoines. Parfois, les collectivités optent pour des propositions mal pensées, demandant trop d'efforts aux habitants ou aux associations spécialisées. Et même dans les communes où le bon matériel a été installé, le manque de sensibilisation compromet la réussite de l'opération. De fait, alors que les conteneurs sont nombreux dans les grandes villes, trop d'habitants ignorent qu'ils ont la possibilité de s'en servir assez facilement. Résultat, des quantités substantielles de rebuts, qui pourraient être valorisés sous forme de compost ou de biogaz, vont encore brûler dans les incinérateurs, au prix d'un gaspillage d'énergie considérable.

Réseaux sociaux et influenceurs inclus

CYBERMALVEILLANCE

Une plateforme pour les victimes

Harcèlement, demande de rançon, escroquerie, virus : les menaces en ligne sont variées, et en hausse... les atteintes signalées aux autorités ont grimpé de 8 % par an depuis 2016 ! Chacun peut y être confronté, mais stress, honte et interlocuteurs multiples empêchent souvent les victimes d'effectuer les bonnes démarches. C'est pourquoi un guichet unique a été mis en place pour les personnes ou entreprises estimant avoir été la cible de pirates. La plateforme 17Cyber, lancée le 17 décembre, est le fruit du travail conjoint des services de police, de gendarmerie et du groupement d'intérêt public nommé Action contre la cybermalveillance. Au total, 50 cas sont couverts – allant du rançongiciel à l'e-mail d'arnaque à la contravention. En se connectant, l'internaute répond



à plusieurs questions concernant son profil et la nature du problème rencontré. La plateforme livre ensuite un diagnostic et les premières mesures d'urgence, comme débrancher l'ordinateur infecté. Si une assistance s'avère nécessaire, le site propose une liste de prestataires de proximité. Un outil de chat existe dans certains cas, pour échanger en détails avec un gendarme ou un policier formé. Enfin, il est possible de prendre rendez-vous en vue d'un dépôt de plainte au commissariat ou à la brigade de gendarmerie. Les agents auront alors accès aux informations déjà fournies sur 17Cyber, ce qui facilite les choses.



AUTOMOBILE

Batterie irremplaçable, nouvelle voiture !

En 2022, Bertrand décide, par conviction écologique mais aussi par souci d'économie, de passer à l'électrique. Il cherche un modèle correspondant à ses besoins et, surtout, à son budget limité. Il jette son dévolu sur une Nissan Leaf Acenta de février 2016. Cette occasion, vendue 8 400 € par un particulier, l'a séduit. Elle n'a que 80 000 km. Équipée de la toute dernière batterie de la marque, d'une capacité de 30 kWh, elle promet une autonomie raisonnable de 250 km (au lieu des 199 km annoncés jusque-là avec la « petite » réserve d'énergie de 24 kWh). Cet automobiliste, qui ne parcourt que 70 km par jour, effectuera ainsi ses trajets quotidiens sereinement. Autre point positif : le constructeur propose une garantie de 8 ans ou

la Leaf de Bertrand compte 126 000 km au compteur. La garantie expire bientôt et notre automobiliste se rend chez son concessionnaire Nissan, qui réalise une expertise en novembre 2023. Le coupe-ret tombe : le SOH (*state of health* ou « état de santé ») de la batterie est en dessous de la valeur fatidique des 75 %. Elle doit être remplacée sous garantie.

Des engagements respectés par le constructeur

C'est le début d'une longue aventure. Non pas que le garagiste et le constructeur ne veuillent pas se plier à leurs obligations légales, mais le remplacement est impossible faute d'équipement disponible. Le concessionnaire se met donc à la recherche d'un nouvel accumulateur. Et Bertrand de patienter... encore et encore. Au bout de neuf mois, en août 2024, le constat est amer : impossible de changer la batterie. Le fabricant prend alors ses responsabilités et propose le remplacement de la voiture. Bertrand se voit « offrir » une Nissan Leaf N-Connecta de mai 2021 avec seulement 71 000 kilomètres au compteur. Ce modèle est équipé d'un bloc plus puissant, de 40 kWh. Avec, à la clé, une autonomie portée, sur le papier, à 285 km. Cerise sur le gâteau, la valeur du véhicule est de 13 680 €, et il est garanti jusqu'en 2029 ! Le 13 août, Bertrand repart du garage au volant d'un modèle plus récent, plus performant et plus agréable. Comme on peut l'imaginer, il est ravi. Mais de nombreux conducteurs dans le même cas que lui n'ont pas réussi à obtenir une réparation... ♦

Le client doit encore changer de véhicule, malgré la garantie

160 000 km pour la batterie. Bertrand peut bénéficier de cet avantage, ici transmissible. Il se sent en confiance. Cette première génération (phase 3) de la voiture électrique emblématique du fabricant japonais lui donne d'ailleurs entière satisfaction... du moins pendant un peu plus d'un an. Car, à partir d'octobre 2023, la dernière barre de la jauge affichant le niveau de capacité de l'accumulateur ne s'allume plus. Conséquences : les recharges se rapprochent et l'autonomie baisse sensiblement. Ce n'est plus 200 km qu'il peut faire avec une pleine charge, mais 100. Âgée de 7 ans et demi,

Les stats

Travailler plus pour acheter moins ?

L'Observatoire de la consommation de l'UFC-Que Choisir a fait le point sur 25 ans de consommation. En 2000, la durée de travail annuelle moyenne des Français (temps plein) était de 241 jours, pour un salaire moyen de 21 004 € (12,40 € de l'heure). En 2024, cette même durée est passée à 230 jours, et le salaire moyen, à 32 944 € (20,50 € de l'heure) – soit une progression de 65 %. À partir de là, il a été possible de calculer combien de temps il fallait travailler pour acheter 61 produits alimentaires. Le coût de ce panier de denrées a diminué de 4 % en 25 ans. Mais cette moyenne cache des disparités, comme le montre notre tableau ci-contre.

Produits	Temps de travail nécessaire (en min)	
	2000	2025
1 kg de riz (Carrefour)	10	6
1 kg de poulet (Loué)	21	23
1 kg de cabillaud en filets (Findus)	56	69
12 œufs premiers prix	5	7
1 litre d'huile d'olive (Puget)	24	59
1 kg de haricots verts (Carrefour)	17	8
250 g de café (Monoprix)	9	10
1 bordeaux supérieur (Reignac)	36	60



VÉHICULE VOLÉ

Le ministère retourne sa veste

C'est ce qu'on appelle un virage à 180 degrés ! En juin dernier, comme on le rapportait dans notre numéro de décembre (QC n° 641), le ministère de l'Intérieur rappelait aux gardiens de fourrière que, lorsqu'ils se voyaient confier un véhicule volé retrouvé par les forces de l'ordre, ils devaient appliquer les tarifs

réglementés (de 6,75 à 29 € par jour selon les villes) au propriétaire venu réclamer son bien. Mais voilà que, fin 2024, la même responsable du ministère prend, dans une note d'information, une position inverse. Elle argue qu'il ne s'agit pas d'une mise en fourrière mais

d'un dépôt « à titre conservatoire », et que les gérants sont donc libres d'appliquer les tarifs qu'ils souhaitent. Si ces derniers, dont le lobbying a manifestement payé, sont ravis, c'est la double peine pour les victimes de vol de véhicule, dont les contrats d'assurance ne prennent pas toujours ces frais en charge. Et, lorsqu'ils le font, c'est évidemment au prix d'un renchérissement des primes. Dans tous les cas, cela revient à obliger le consommateur à régler des montants parfois astronomiques réclamés par des gardiens de fourrière, qui profitent d'un droit particulièrement flou. ♦

Après le vol, le racket ?



MÉDICAMENTS

Ruptures de stock

Fin décembre, l'Agence nationale de sécurité du médicament (ANSM) a publié la liste mise à jour des médicaments dits « d'intérêt thérapeutique majeur » (MITM). Elle comporte 8 107 produits, dont 555 ajoutés par l'ANSM. Car c'est la nouveauté, les laboratoires ne sont plus seuls à en décider. Concrètement, pour les médicaments listés, les industriels doivent garantir deux mois de stocks, et quatre si les médicaments ont déjà fait l'objet d'un risque de rupture de stock ou d'une rupture effective les deux années passées. Plus de 700 références sont dans ce cas.



EAU POTABLE

Une contamination massive aux PFAS

Consommer régulièrement de l'eau du robinet est-il dangereux ? Difficile de répondre. Nos prélèvements dans 30 communes confirment que l'on y détecte aisément des PFAS, ces polluants éternels à la toxicité suspecte. Certes, les niveaux mesurés restent inférieurs au seuil réglementaire retenu à ce jour par la France. Mais celui-ci est-il adapté ?

— Par **FABRICE POULIQUEN** avec **MÉLANIE MARCHAIS**

Neuf dans l'eau du robinet de Narbonne (Aude) et de Grenade (Haute-Garonne), 10 dans celles de Tours (Indre-et-Loire) et de Tavaux (Jura), et même 11 à Sotteville-lès-Rouen (Seine-Maritime), Évry-Grégy-sur-Yerre (Seine-et-Marne) ou encore Lunel (Hérault)... Voilà au moins une certitude avec les PFAS : quand on les cherche, on les trouve. Notre campagne d'analyses, menée à l'été et à l'automne 2024 avec l'appui de l'association Génération futures, en apporte une nouvelle preuve. Nous avons traqué 33 de ces composés chimiques (soit le maximum de ce que pouvait analyser notre laboratoire) dans les eaux du robinet de 30 communes de France métropolitaine : des grandes agglomérations comme Paris, Toulouse (Haute-Garonne), Rouen (Seine-Maritime) et Amiens (Somme) ; des villes plus petites, telles que Fleury-les-Aubrais (Loiret) ; des villages, à l'instar de Lavernat (Sarthe) ; des localités potentiellement à risque, situées à proximité de sites industriels de production de PFAS, que sont Moussac (Gard) et Tavaux (Jura) ; ainsi qu'à Vendôme (Loir-et-Cher) et dans quatre communes de Seine-et-Marne, dont Melun, où de précédentes études ont montré de fortes concentrations dans des cours d'eau. Il n'y a qu'à Roubaix (Nord) où aucun des 33 PFAS que nous recherchions n'a été détecté. Au total, la moyenne s'établit à six par échantillon.

La science découvre progressivement les effets des PFAS sur la santé

Derrière le sigle PFAS se cache une grande famille de substances, les perfluoroalkylés et polyfluoroalkylés. Il en existe «entre 5000 et 10000 suivant la définition que l'on retient», cadre Céline Druet, directrice adjointe de l'évaluation des risques à l'Agence nationale de sécurité sanitaire de l'alimentation et de l'environnement (Anses). Mais certaines estimations en englobent près de 15 000. Illustration parfaite du flou qui entoure encore ces composés.

« Polluants éternels », un surnom pas volé

Tous ont un point commun, leur liaison carbone-fluor très stable. Une aubaine pour les industriels, qui emploient les PFAS depuis les années 1950 pour leurs propriétés imperméabilisantes, résistantes à la chaleur, antiadhésives... On en trouve ainsi dans des poêles (en téflon), des vêtements de sport, des emballages de fast-food, des mousses anti-incendie, des médicaments, ou encore dans l'agriculture, certains pesticides ayant pour substances actives des PFAS. Mais la très forte stabilité de leur liaison carbone-fluor les rend aussi très persistants dans l'environnement. D'où leur surnom de «polluants éternels». Ils s'accumulent depuis 70 ans dans les milieux naturels, sans épargner les eaux de surface (rivières, lacs...) et les nappes phréatiques via la pluie, les ruissellements, les rejets industriels, la désagrégation dans les sols des pesticides, les rejets des stations d'épuration, etc. Pas étonnant alors de les déceler dans l'eau potable.

>>>

PFAS

Ces milliers de composés chimiques, utilisés depuis les années 1950 dans l'industrie, **sont très persistants dans l'environnement, notamment dans l'eau.** Or, on découvre petit à petit la toxicité inquiétante de plusieurs d'entre eux.

67 %

C'est la **part des Français qui déclarent boire de l'eau du robinet** tous les jours ou presque *. Un chiffre à la hausse ces 15 dernières années. Même si 80 % des sondés affirment garder confiance en l'eau du robinet, ce taux a diminué de 7 points en 2023.

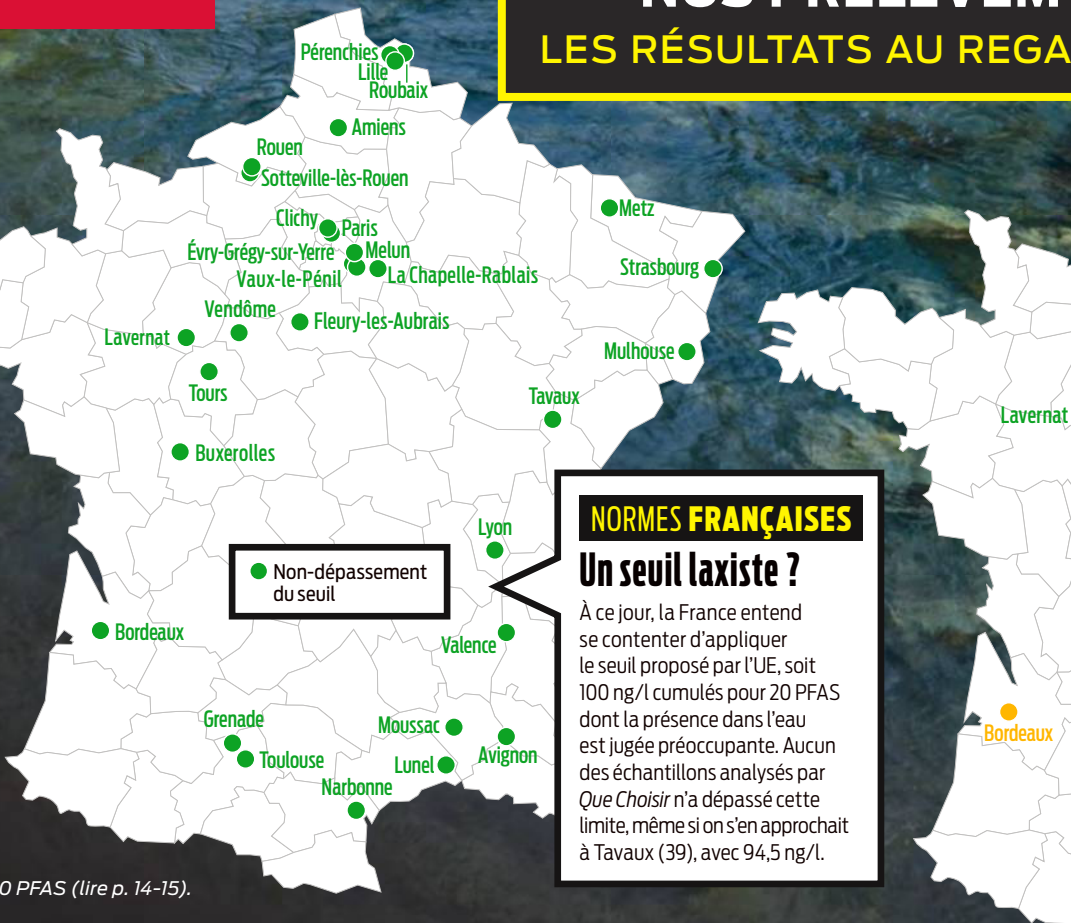
* Source : baromètre 2024 du Centre d'information sur l'eau.

UN CASSE-TÊTE RÉGLEMENTAIRE

À partir de 2026, **20 PFAS seront surveillés systématiquement** dans les eaux du robinet françaises. Leur somme ne devra pas dépasser 100 ng/l. Un seuil trop peu protecteur, disent certains.

et été et à l'automne, salariés et associations locales de l'UFC-Que Choisir, ainsi que l'ONG Générations futures, ont prélevé des échantillons d'eau du robinet dans 30 localités. Nous y avons recherché des PFAS, dont les 20 que surveillera la France de façon systématique ⁽¹⁾ dans les eaux du robinet à partir de 2026, conformément à une directive européenne. Nous avons comparé les concentrations relevées aux seuils réglementaires de la France (qui ne va pas au-delà de ce qu'impose l'Union européenne) et à ceux, plus protecteurs, qu'appliqueront les États-Unis et le Danemark. La lecture des résultats (voir cartes) n'est alors plus du tout la même.

⁽¹⁾ Le TFA ne fait pas partie de ces 20 PFAS (lire p. 14-15).



NORMES FRANÇAISES

Un seuil laxiste ?

À ce jour, la France entend se contenter d'appliquer le seuil proposé par l'UE, soit 100 ng/l cumulés pour 20 PFAS dont la présence dans l'eau est jugée préoccupante. Aucun des échantillons analysés par Que Choisir n'a dépassé cette limite, même si on s'en approchait à Tavaux (39), avec 94,5 ng/l.

>>> Plutôt inquiétant. Car si les connaissances restent parcellaires, plus la science étudie ces substances, plus elle en découvre des effets délétères sur la santé. Elles sont suspectées, avec un haut niveau de certitude, de causer des maladies thyroïdiennes, des taux élevés de cholestérol, des lésions au foie, des cancers du rein, des faibles poids de naissance, listait l'Agence européenne pour l'environnement en 2019. Elle ajoutait d'autres risques, à un degré de certitude plus faible : cancer du sein, hypertension, obésité... Trois PFAS ont d'ores et déjà été interdits ou restreints (avec des dérogations limitées à certaines applications) à l'échelle internationale : le PFOS (en 2009), le PFOA (en 2020) et le PFHxS (en 2022). Nous les avons malgré tout retrouvés dans plusieurs de nos prélèvements. C'est dire leur persistance.

Début de surveillance systématique en 2026

Ce n'est pas seulement le nombre de PFAS auxquels nous sommes exposés qui importe, mais aussi leur concentration. Peu à peu, la réglementation se durcit. À partir de 2026, la France appliquera la directive européenne 2020/2184 relative à la qualité des eaux destinées à la consommation humaine (dites «de boisson»). Lors de contrôles sanitaires de ces eaux, dont celle du robinet, les agences régionales de santé

(ARS) rechercheront ainsi systématiquement les 20 PFAS que Bruxelles juge prioritaires à suivre. Lorsque leur somme excédera 100 nanogrammes par litre (ng/l), soit 0,1 microgramme par litre (µg/l), l'eau sera considérée comme non conforme. Les producteurs d'eau potable concernés devront alors prendre des mesures afin de faire baisser les taux. Aucun de nos échantillons n'était supérieur à ce seuil, même si on s'en approchait à Tavaux (94,5 ng/l), où le groupe chimique Solvay a implanté une usine de production de PFAS.

Dans une campagne d'analyses similaire à la nôtre, publiée en septembre 2024 et portant sur 89 eaux du robinet, Radio France a repéré trois dépassements : 187 ng/l à Cognac (Charente), 119 ng/l à Saint-Symphorien-d'Ozon (Rhône) et 100,2 ng/l à Martres-Tolosane (Haute-Garonne).

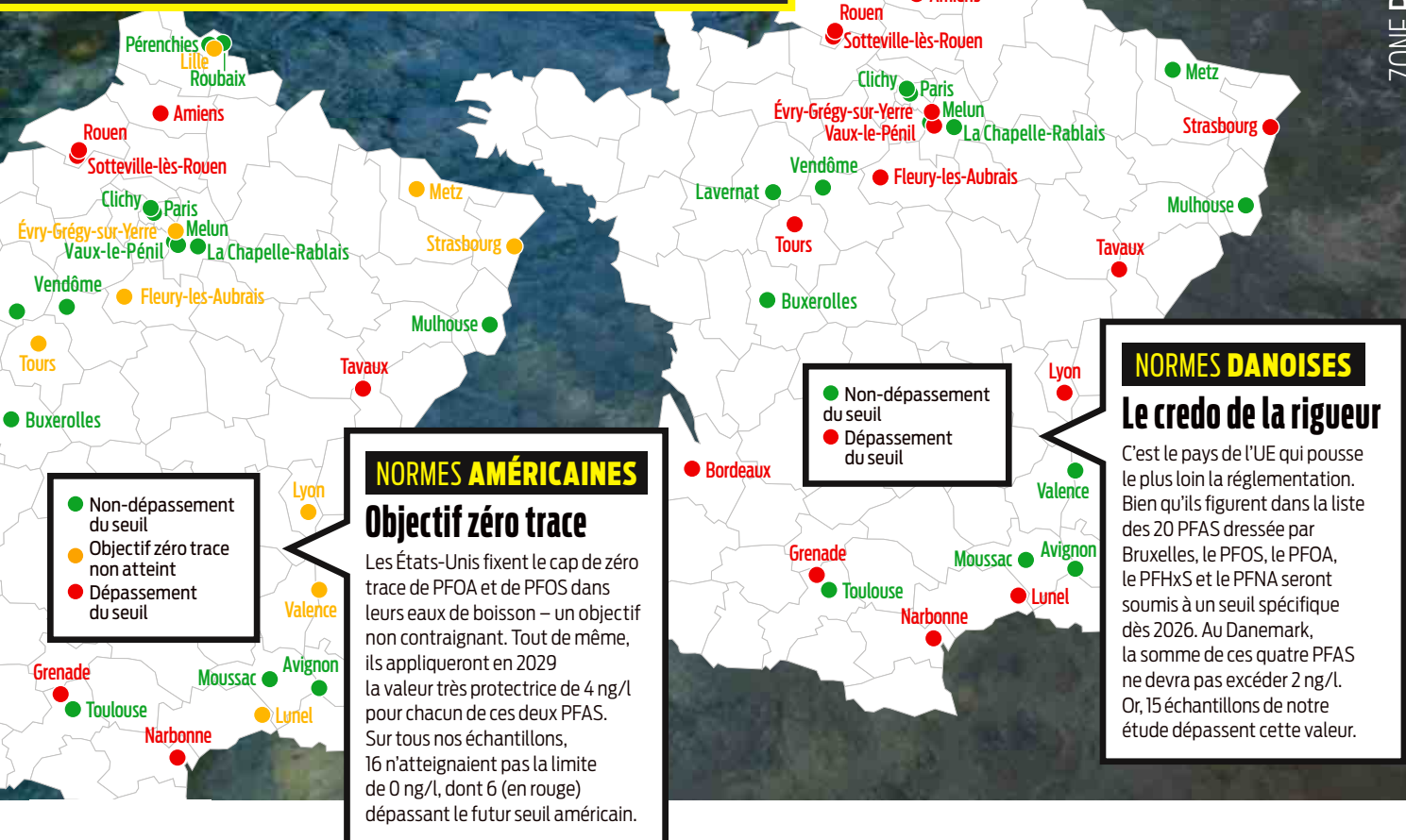
De son côté, Veolia a effectué une série de tests identiques dans 2 400 points de production d'eau potable qu'elle gère pour le compte de collectivités locales et qui desservent au robinet 20 millions de Français. Attitude regrettable : l'entreprise a communiqué ses conclusions sans détailler ni les résultats ni la localisation de la vingtaine de sites où elle admet avoir détecté des dépassements. Elle s'est contentée d'«attester la conformité de l'eau potable au regard des normes PFAS dans plus de 99 % de ses points de prélèvement».

**Problème :
comment fixer
les limites
réglementaires ?**



ENTS DANS 30 COMMUNES

RD DES SEUILS ADOPTÉS PAR 3 PAYS



Tout ça pourrait sembler rassurant. « D'autant plus qu'un dépassement de 100 ng/l ne veut pas forcément dire que l'eau est impropre à la consommation, relève Sylvaine Ronga-Pezeret, médecin toxicologue et membre de la Société francophone de santé et environnement (SFSE). Ce 100 ng/l est une limite de qualité, soit un objectif réglementaire à ne pas dépasser. Il ne faut pas confondre avec une valeur sanitaire qui détermine, elle, la concentration dans l'eau d'une substance à partir de laquelle elle aura des effets sur la santé humaine. »

Une montagne de normes sanitaires à établir

Problème, pour les PFAS, cette vaste famille de composés chimiques à la toxicité imprévisible et que l'on découvre à peine, on se retrouve avec une montagne de valeurs sanitaires à définir. Même avec les 20 que l'Union européenne demande de surveiller dès 2026, le compte n'y est pas, à lire un rapport de l'Anses de décembre 2023. « Les substances les plus connues ont jusqu'à 20 valeurs sanitaires proposées dans la littérature scientifique, quand d'autres, faute de données précises, se voient appliquer des valeurs de molécules dont la composition est proche », détaille Éléonore Ney, cheffe de l'unité d'évaluation des risques liés à l'eau à l'Anses. Et ces valeurs sanitaires évoluent fréquemment, à mesure que paraissent de nouvelles données de nocivité. Un exemple : l'Autorité européenne de sécurité des aliments

(Efsa) a déterminé en 2018 une dose hebdomadaire tolérable dans l'alimentation de 13 nanogrammes par kilo de poids corporel et par semaine (ng/kg/pc/sem) pour le PFOS, et de 6 ng/kg/pc/sem pour le PFOA. Deux ans plus tard, à l'aune d'études plus récentes, la même autorité a établi un nouveau seuil de sécurité groupé pour le PFOA, le PFOS et deux autres PFAS (le PFNA et le PFHxS) de 4,4 ng/kg/pc/sem. Sacrée réévaluation !

Dans ce contexte, comment être sûr que la limite réglementaire retenue actuellement par la France est suffisamment protectrice ? Toxicologue à Générations futures, Pauline Cervan tique déjà sur le choix des 20 PFAS à surveiller. « Il y a en ce moment une proposition de révision en cours d'examen d'une autre directive-cadre européenne, cette fois-ci sur les eaux de surface et souterraines, rappelle-t-elle. L'enjeu est notamment de mettre à jour la liste des polluants à réglementer. Et, pour les PFAS, elle en propose 24, donc 4 de plus que la directive 2020/2184 sur les eaux de boisson. Plus étonnant, certains PFAS parmi les 20 ne figurent même pas dans les 24. »

Valeur limite contestée

Cependant, c'est surtout la valeur limite – les fameux 100 ng/l – que Pauline Cervan remet en cause : « Celle-ci ne repose sur aucune donnée scientifique. On a juste transposé le seuil qu'on applique déjà aux pesticides surveillés dans >>>

>>> *l'eau. Or, on sait que certains PFAS sont toxiques à des concentrations moindres.* » C'est le cas, en particulier, du PFOA. En 2017, l'Anses avait défini une valeur sanitaire maximale dans l'eau potable de 75 ng/l. Pauline Cervan s'interroge : « *Que dira-t-on alors d'une eau du robinet dans laquelle la somme des 20 PFAS réglementés ne dépasse peut-être pas les 100 ng/l, mais où le PFOA, à lui seul, est présent à plus de 75 ng/l ? Qu'elle est conforme ?* »

Plusieurs États ont, en tout cas, décidé d'appliquer des seuils beaucoup plus protecteurs que ceux que prévoit la France. À l'instar des États-Unis, qui ont fixé un cap de « zéro trace » dans les eaux de boisson pour le PFOA et le PFOS. Ils considèrent qu'il n'existe pas, concernant ces deux composés, de taux qui garantissent une absence totale d'effet. Cet objectif est non contraignant. En parallèle, le pays a tout de même déterminé des limites réglementaires très basses à partir de 2029 – pas plus de 4 ng/l pour chacun. Six des eaux analysées lors de nos prélèvements ont dépassé cette valeur pour l'un de ces PFAS.

Toutefois, pas besoin d'aller voir aussi loin. En se fondant sur la nouvelle dose hebdomadaire tolérable (DHT) définie par l'Efsa pour le PFOA, le PFOS, le PFHxS et le PFNA,

la Suède et le Danemark ont choisi d'imposer un seuil spécifique pour ces 4 PFAS, bien qu'ils figurent déjà parmi les 20 que Bruxelles demande de surveiller dans les eaux de boisson dès 2026. Leur somme ne devra pas excéder 4 ng/l en Suède et même 2 ng/l au Danemark. Dans le premier cas, 13 des eaux du robinet analysées par nos soins présentent des quantités supérieures à la limite établie, et 15 dans le second cas (lire les cartes que nous publions p. 12-13).

Certains pays appliquent des normes bien plus protectrices

Limiter le nombre d'eaux du robinet non conformes ?

Pourquoi donc la France ne suit-elle pas le même chemin ? C'est la question que nous avons posée à la Direction générale de la santé (DGS), une instance du ministère éponyme chargée de préparer et mettre en œuvre la politique de santé publique. Qui a fini par nous répondre... sans se mouiller. « *L'Anses a été saisie par ses ministères de tutelle en novembre 2022 pour améliorer les connaissances sur les voies d'exposition et les conséquences sanitaires des PFAS dans l'environnement et sur la santé humaine, nous a-t-elle fait savoir. Des valeurs guides sanitaires dans les EDCH [eaux destinées à la consommation humaine] seront disponibles mi-2025 et seront adoptées lors de leur publication.* » Mais Pauline Cervan, de Générations futures, n'en attend pas trop. « *On le voit bien dans les réunions que nous avons avec la DGS : son principal souci est d'avoir le moins d'eaux du robinet non conformes. Cela ne pousse guère à l'adoption de seuils protecteurs.* » ♦

LE CAS PARTI Pesticide un

Plusieurs de nos prélèvements recèlent des concentrations importantes de TFA, un PFAS engendré notamment par l'emploi de pesticides dans les cultures de céréales. Inquiétant ?

La messe est dite : le flufénacet, un pesticide, est un perturbateur endocrinien. Ainsi l'a classé l'Autorité européenne de sécurité des aliments (Efsa), le 27 septembre 2024. La décision met fin à une évaluation qui a duré... 11 ans. Pendant tout ce temps, le flufénacet a vu son approbation prolongée. Neuvième herbicide le plus vendu en France, il est surtout utilisé sur les céréales. La Commission européenne ne proposera pas de renouveler son autorisation, qui expire le 15 juin. Fin de l'histoire ? Oh, non !

➔ Un PFAS qui affole les compteurs

Une fois épandus, les pesticides se désagrègent en d'autres substances, les « métabolites ». Dans ceux du flufénacet (comme d'autres pesticides) figure l'acide trifluoroacétique (TFA), un PFAS. « *Pas aussi dangereux que les PFOA ou le PFOS*, précise Pauline Cervan, toxicologue chez Générations



Le flufénacet, un herbicide, une fois épandu au sol, se désagrège en TFA, un PFAS.

CULIER DU TFA

jour, PFAS toujours

futures. Mais quasi indestructible dans l'environnement. » Bien que le TFA ne fasse pas partie des 20 PFAS jugés prioritaires par Bruxelles, *Que Choisir* l'a recherché dans ses prélèvements d'eau du robinet. Nous en avons trouvé de très fortes concentrations, jusqu'à 13 000 ng/l à Moussac (Gard). C'est 130 fois plus que le seuil réglementaire de 100 ng/l (soit 0,1 µg/l) appliqué pour un métabolite de pesticide classé «pertinent», soit présentant un risque sanitaire. Rien d'étonnant. Moussac se situe près de Salindres, où une usine du groupe Solvay produisait du TFA jusqu'en septembre dernier. Début 2024, Générations futures avait dénoncé des rejets importants dans l'environnement et observé des teneurs élevées de TFA dans des eaux du robinet alentour. Cependant, ce PFAS affole aussi les compteurs ailleurs. Parmi nos prélèvements, il est présent dans 24 communes sur 30, dont 20 fois à une concentration supérieure à 100 ng/l. Elle a atteint 1 600 ng/l à Fleury-les-Aubrais (Loiret), 2 600 ng/l à Buxerolles (Vienne) et 6 200 ng/l à Paris (réseau est). Nos

mesures rejoignent une étude du Réseau européen d'action sur les pesticides (Pan Europe), qui s'alarme d'une vaste contamination des eaux européennes au TFA.



Sous les radars

Le problème est mis sous le tapis. Du moins dans notre pays, où le TFA est très peu – pour ne pas dire jamais – recherché par les agences régionales de santé lors des contrôles des eaux potables. Le rapport de l'Efsa du 27 septembre pourrait tout changer. «L'Agence nationale de sécurité sanitaire (Anses) a toujours été claire, commente Pauline Cervan. Si une substance active [ici, le flufénacet] est un perturbateur endocrinien, alors ses métabolites [dont le TFA] doivent être considérés par défaut comme pertinents. Les autorités sanitaires françaises auraient ainsi bien du mal à justifier la surveillance non systématique de ce PFAS... » Encore faut-il que l'Anses s'empare du dossier. Ses ministères de tutelle ne l'ont pas saisie pour évaluer la pertinence de ce métabolite. Générations futures a bien déposé deux demandes de saisine. Sans succès. La France serait-elle peu pressée de statuer ? Sa surveillance systématique rendrait probablement beaucoup d'eaux du robinet non conformes... ce qui ne signifie pas «dangereuses», rappelons-le : le seuil réglementaire de 100 ng/l ne doit pas être confondu avec une valeur sanitaire (lire p. 13). Mais les risques sanitaires de ce PFAS sont encore très mal définis. La preuve : en se basant sur les quelques données scientifiques disponibles, l'Allemagne et les Pays-Bas ont d'ores et déjà fixé des valeurs indicatives de gestion du TFA dans l'eau. L'écart est colossal : 60 000 ng/l pour la première et 2 200 ng/l pour les seconds, une limite bien plus protectrice. La Direction générale de la santé nous dit pencher vers les seuils allemands, du moins «dans l'attente des résultats des travaux en cours de l'Anses sur cette molécule». ♦

CONCENTRATION EN TFA

NOS ANALYSES
DANS 30 COMMUNES

	Concentration en TFA (ng/l)	Appréciation
Amiens (80)	n. d.	●
Bordeaux (33)	n. d.	●
Grenade (31)	n. d.	●
Melun (77)	n. d.	●
Pérénchies (59)	n. d.	●
Roubaix (59)	n. d.	●
La Chapelle-Rablais (77)	70	●
Vaux-le-Pénit (77)	70	●
Toulouse (31)	80	●
Strasbourg (67)	80	●
Sotteville-lès-Rouen (76)	110	●
Lyon (69)	120	●
Narbonne (11)	120	●
Tours (37) ⁽¹⁾	120	●
Mulhouse (68)	140	●
Vendôme (41)	150	●
Clichy (92)	160	●
Valence (26)	160	●
Avignon (84)	170	●
Évry-Grégy-sur-Yerre (77)	170	●
Lunel (34)	210	●
Metz (57)	230	●
Rouen (76)	250	●
Lille (59)	290	●
Tavaux (39) ⁽²⁾	660	●
Lavernat (72)	1 100	●
Fleury-les-Aubrais (45)	1 600	●
Buxerolles (86)	2 600	●
Paris 10 ^e arr. (75) ⁽³⁾	6 200	●
Moussac (30) ⁽²⁾	13 000	●

● Pas de dépassement du seuil ● Dépassement

(1) À Tours, la concentration atteignait 170 ng/l lors d'un second prélèvement. (2) Localités proches de sites industriels où des PFAS sont fabriqués et utilisés. (3) Plusieurs prélèvements sur ce réseau d'eau (réseau est) ont révélé de forts écarts de concentration en TFA : non-détection en juillet ; 2 600 ng/l en octobre ; 6 200 ng/l en novembre. ng/l : nanogramme par litre. n. d. : non détecté.

13 000 NG/L

C'est la concentration en TFA dans l'eau du robinet à Moussac (Gard). Soit 130 fois plus que le seuil réglementaire de 100 nanogrammes par litre (ng/l).

>>>

QUELLES SOLUTIONS ?

La technologie ne fait pas tout

Les collectivités auront bien du mal à éliminer les PFAS de l'eau. Les techniques de traitement ont toutes leurs limites et feront flamber les factures. Une impasse ?

Le 6 décembre 2024, Atlantic'eau devait inaugurer une nouvelle unité de production d'eau potable, mise en service sur le site de Nort-sur-Erdre, à 25 km de Nantes (Loire-Atlantique). L'événement a été reporté sine die. La raison ? La découverte de deux molécules préoccupantes, le 1,4-dioxane⁽¹⁾ et le TFA, dans les quatre puits alimentant l'usine. Deux de plus ! Car, quelques années plus tôt, le syndicat mixte, chargé d'approvisionner en eau 145 communes rurales du département, avait déjà trouvé dans ses captages des concentrations élevées d'ESA-métolachlore (un résidu d'herbicide) et du chlorothalonil R471811 (un métabolite d'un fongicide interdit).

C'est notamment afin de remédier à ce problème que 6,5 millions d'euros ont été investis dans la modernisation de la station. Dont environ 1,7 million dans un dispositif amélioré de traitement de l'eau par charbon actif. Les usines d'eau potable utilisent souvent ce matériau poreux pour fixer les micropolluants présents dans l'eau. « D'un charbon actif classique, nous sommes passés à du micrograin, plus efficace sur les deux métabolites détectés, explique Mickaël Derangeon, vice-président en charge de la sécurité sanitaire à Atlantic'eau. Et ça marche : leurs taux dans nos eaux sont aujourd'hui très faibles. »

Des traitements limités ou pas encore matures

Revenons aux deux substances ayant empêché l'inauguration. Le TFA, un PFAS, est le plus embêtant, d'autant qu'il est décemment partout (lire p. 14-15). « Nous cherchons encore à fiabiliser les résultats, indique Mickaël Derangeon. Cependant, les teneurs sont sûres au-dessus de 0,1 µg/l et la présence de ce PFAS n'a pas été confirmée qu'à Nort-sur-Erdre, mais sur nos 14 sites de production d'eau. » La tuile ! Car le charbon actif, même micrograin, ne vient pas à bout du TFA. « Ce constat concerne d'ailleurs d'autres PFAS, signale Régis Taisne, chef du département Cycle de l'eau, à la Fédération nationale des collectivités concédantes et régies (FNCCR). Soit parce que ces composés ne se fixent pas, soit parce qu'ils demandent de renouveler les filtres trop souvent pour que ce soit économiquement viable. »

Rejeter moins de PFAS dans l'environnement est essentiel



D'autres technologies pourraient prendre le relais. À l'instar de l'osmose inverse. Elle consiste à faire passer l'eau dans une membrane très fine, qui retient les plus petites molécules. « Avec des limites tout de même », pointe Nathalie Karpel, chercheuse à l'Institut de chimie des milieux et matériaux de Poitiers (IC2MP) du Centre national de la recherche scientifique (CNRS) et de l'université de Poitiers (Vienne). Ce procédé de purification « ne retire pas seulement les PFAS de l'eau, mais également les sels minéraux et d'autres molécules qui n'ont rien de toxique, voire sont plutôt bonnes pour la santé. » « Cette technologie est très coûteuse, énergivore et génère du gaspillage d'une ressource précieuse, tempère aussi Mickaël Derangeon. Pour 100 litres d'eau passés dans l'osmoseur, on récupère 80 % d'eau pure et 20 % de concentrat où se sont agglutinés tous les contaminants enlevés. Qu'est-ce qu'on en fait ? On rejette cette pollution dans l'environnement ? »

Là encore, des pistes sont à l'étude, non plus pour retirer les PFAS de l'eau, mais pour les éliminer. Chercheur à l'Institut de chimie physique (CNRS/université Paris-Saclay), Mehran Mostafavi planche dessus, en particulier sur la radiolyse de l'eau, qui consiste à l'irradier. Des rayons X « cassent les molécules d'eau et libèrent des radicaux libres, des atomes très agressifs, qui attaquent les molécules alentour, dont les PFAS », détaille-t-il. La technique n'est néanmoins pas encore prête à être déployée. « L'attaque des PFAS par les radicaux libres génère d'autres molécules, dont il faut s'assurer de l'innocuité », met en garde Mehran Mostafavi. Il y a un



Les technologies de traitement des PFAS ne sont pas encore tout à fait au point.



autre bémol: plus le volume d'eau à traiter est important, plus la radiolyse perd en efficacité. «Elle viendra sans doute alors en complément de l'osmose inverse pour traiter le concentrat», imagine le scientifique. De quoi alors faire grimper un peu plus les coûts de production de l'eau potable. Depuis des années, la FNCCR tire la sonnette d'alarme sur la hausse en cours et, surtout, à venir des factures d'eau des particuliers (lire *Que Choisir* Argent n° 175). «Le traitement de ces polluants que l'on découvre peu à peu en est l'une des causes majeures», précise Régis Taisne. Dans bien des usines d'eau potable, l'osmose inverse entraînera quasi un doublement du prix du mètre cube d'eau potable [environ 2 € TTC en moyenne]. Mais ces investissements en valent-ils toujours le coup?

S'attaquer aussi à l'alimentation

La recherche analytique a beaucoup progressé, souligne Nathalie Karpel: «Cela ne veut pas forcément dire que la qualité de l'eau se dégrade, mais qu'on est capable de détecter des micro-polluants sous les radars jusqu'alors. L'enjeu est de déterminer leur toxicité et de savoir si les éliminer dans l'eau constitue une priorité.» Ce n'est pas seulement là que doit se mener la bataille contre les PFAS: «Une autre source d'exposition, plus importante, dont on parle toutefois moins, est l'alimentation.»

À Nort-sur-Erdre, en tout cas, Atlantic'eau n'a pas prévu de nouveaux investissements pour s'attaquer au TFA. «Les technologies ne sont pas mûres économiquement et la toxicité même de ce PFAS est encore incertaine», résume Mickaël Derangeon.

Pauline Cervan, toxicologue à l'association environnementale Générations futures, tire tout de même une leçon des difficultés rencontrées par ce syndicat mixte sur le territoire: «La solution aux PFAS ne pourra pas être que technologique. L'urgence est aussi de réduire drastiquement les quantités que l'on relargue dans l'environnement.»

Une proposition de loi dans les tuyaux

Nicolas Thierry essaie. Au printemps dernier, le député EELV de Gironde a déposé une proposition de loi visant à interdire ces substances dans certains produits: vêtements, cosmétiques, farts (enduits pour les semelles de skis) et ustensiles de cuisine (poêles antiadhésives). «Autant d'applications pour lesquelles il existe aujourd'hui des alternatives aux PFAS», argue-t-il. Première déception: «Le lobby de SEB, propriétaire de la marque Tefal [qui avait incité ses salariés à manifester devant l'Assemblée la veille du vote], a fonctionné, les ustensiles de cuisine ont été retirés de la liste», regrette le parlementaire. Surtout, adopté par le Sénat le 30 mai, ce texte doit revenir devant les députés en deuxième lecture – potentiellement la dernière, si celui-ci ne bouge pas d'une virgule. «Mais il n'est jamais mis à l'ordre du jour», se désole l'élu. Cependant, la niche parlementaire (moment où un groupe peut décider de l'ordre du jour) des écologistes arrive début février... l'occasion en or de contraindre l'Assemblée nationale à sortir cette proposition de loi du placard. ♦

(1) Le 1,4-dioxane, cancérogène possible, n'est pas un PFAS. Atlantic'eau en diminuera les teneurs en mixant les eaux de ses captages.

LAURE V.
a attendu plusieurs mois
avant que sa BMW ne soit
réparée dans le cadre
d'une opération de rappel.



Dans le secteur automobile,
les retours à l'atelier sont légion.
Mais souvent, il n'y a pas assez
de pièces en stock et les délais
d'intervention peuvent être longs.

— Par **ARNAUD DE BLAUWE**



RAPPELS AUTO

Les réparations traînent

Ce séjour en Corse aurait pu mal se terminer... Nous sommes le 2 août 2024. Il fait nuit noire sur une route sinueuse de l'île de Beauté. Laure V., 48 ans, est assise à l'avant d'une BMW 218i Active Tourer. Sur le siège conducteur, son époux, et à l'arrière, leurs deux enfants âgés de 16 et 12 ans. L'auto, achetée en leasing un an plus tôt dans une concession d'Ivry-sur-Seine (94), lui appartient. Commerciale, Laure s'en sert dans le cadre de son activité professionnelle. Petit saut dans le temps. En ce début d'année 2025, nous voilà chez elle, dans sa confortable maison de la banlieue parisienne. Elle rembobine le film. «*Nous rentrions à notre camping quand, soudain, la voiture a pilé dans un virage; nous avons eu l'impression que nous venions de heurter un mur. Il était une heure du matin et on n'y voyait rien. Sur le tableau de bord est apparu le message suivant: "Frein de stationnement en panne, aide à la conduite limitée. Danger, contactez rapidement votre revendeur agréé." Vu comme le véhicule s'est arrêté brutalement, imaginez ce qui se serait produit à 130 km/h sur l'auto-route.*» Ils sont au milieu de nulle part. Il leur reste 20 kilomètres à parcourir avant d'atteindre le camping. Le mari de Laure reprend le volant. «*Il a roulé très prudemment, raconte la quadragénaire. Pour freiner, il fallait une force colossale. Mais en même temps, s'il appuyait trop fort sur la pédale, la BMW s'arrêtait net.*» Tant bien que mal, le couple et ses enfants arrivent à destination.

— En rade à Toulon

L'histoire ne fait pas rire Laure. Car, en novembre 2023, lors de la pose de pneus hiver, son garagiste lui avait annoncé que sa voiture était concernée par une opération de rappel. En cause? Un problème de freinage. L'élément à changer étant en rupture de stock, l'intervention avait dû être repoussée. Le professionnel lui avait néanmoins garanti que conduire le véhicule ne présentait aucun danger. «*Dans les mois qui ont suivi, j'ai téléphoné à plusieurs reprises afin que la "remise à niveau" soit effectuée, se souvient-elle. On m'a répondu qu'il fallait encore patienter. En juin dernier, avant d'aller en Corse, j'ai rappelé. Toujours pas de pièce disponible. On m'a toutefois assuré que je pouvais partir tranquille en vacances avec ma BMW.*» La suite, on la connaît...

Retournons d'ailleurs sur l'île de Beauté, afin de reprendre notre récit. Le lendemain de l'incident, le 3 août 2024 donc, Laure contacte l'assistance de la marque. Une dépanneuse ramène

NOUS AVONS BESOIN DE VOUS

Communiquez-nous vos expériences de vie
quotidienne, heureuses ou malheureuses

Adressez vos courriers au 233, bd Voltaire,
75555 Paris cedex 11

Par e-mail courrierdeslecteurs@quechoisir.org
✉ @UFCquechoisir

TUCUMAN

La voiture a pilé sur une petite route
de montagne, heureusement déserte



L'assistance BMW, très difficile à joindre, a tout de même fait le nécessaire pour dépanner Laure.

l'auto à la concession BMW d'Ajaccio (Corse-du-Sud). « On met à ma disposition une voiture de location chez Hertz, à l'aéroport de Figari, enchaîne-t-elle. Je la garde pendant 10 jours. Étant donné que la fin de notre séjour approche et que ma BMW n'est toujours pas réparée, je veux savoir s'il est possible de conserver le véhicule "prête" et de rentrer avec. "Non, les voitures louées ici restent ici", me rétorque le loueur. L'assistance, toujours très difficile à joindre, me propose un rapatriement sur le continent en avion. Je refuse et demande à reprendre ma BMW en signant une décharge. Ensuite, direction le ferry, à Ajaccio. Une dépanneuse la récupère à notre arrivée à Toulon (Var) et la dépose dans un garage BMW de la ville. Par contre, sur place, plus de voiture de location de libre. L'assistance nous suggère d'aller en chercher une à Aix-en-Provence (Bouches-du-Rhône). De là, nous avons poursuivi nos vacances dans les Écrins, puis regagné Paris avec le véhicule loué, le mien était toujours en rade (sans jeu de mots !) à Toulon. »

— Voiture louée à restituer sans délai

Nous sommes le 12 septembre. Laure est à Orléans (Loiret) en déplacement professionnel. Elle reçoit un SMS lui enjoignant de rendre l'auto dans une agence Avis de la région parisienne. Motif: fin de location, les plafonds de prise en charge prévus au contrat d'assistance étant atteints. « Par courtoisie, je préviens le loueur que je la rendrai plus tard, à mon retour chez moi, indique-t-elle. Cependant, j'avais besoin d'être véhiculée pour mon travail. » L'assistance lui conseille alors de solliciter une voiture de courtoisie au garage de Toulon. « Vous plaisantez, il est dans le Var !, réplique-t-elle à son interlocuteur. Faute de voiture, j'ai été obligée d'annuler plusieurs rendez-vous programmés avec des clients. » Treize jours plus tard, Laure récupère enfin sa BMW. Un chauffeur mandaté par l'assistance l'a remontée de Toulon. « C'est moi qui ai dû payer les frais du voyage. Comme il s'agit d'une voiture de fonction, mon employeur m'a remboursée », précise la mère de famille. Mais quels défauts affectaient sa BMW ? En insistant, elle finit par obtenir le rapport d'intervention. Ce document lui apprend que les moteurs de frein à main arrière gauche et droit, ainsi que le boîtier DSCI (la pièce qui gère le freinage du véhicule) ont été remplacés, qu'une purge du système a été réalisée... Rien que ça ! Une remise en état qui a été, bien sûr, totalement prise en charge par le constructeur car effectuée dans le cadre d'un rappel. ♦

Présomption de faute

Si des désordres persistent ou apparaissent après l'intervention d'un garagiste, sa responsabilité peut être engagée, même quand l'origine de la panne est incertaine ou difficilement décelable.

Responsabilité présumée

Le garagiste a une obligation de résultat « allégée ». Il peut, dès lors, tenter de renverser la présomption de faute, mais en prouvant qu'il n'y est pour rien.

Des contours définis

Deux décisions de la Cour de cassation précisent les contours de cette présomption de faute.

➤ **Premier cas** (cass. 1^{re} civ., 25/09/24, n° 23-15151). Il concerne une voiture d'occasion acquise en octobre 2013. Le garagiste vendeur essaie en vain de résoudre la panne. Le véhicule finit par subir une avarie liée à des vibrations dans la caisse. L'affaire va en justice. D'abord, la cour d'appel donne tort à l'acheteur, car le lien de causalité direct entre le manque de professionnalisme du garagiste et les désordres relevés n'est pas prouvé. Saisie à son tour, la Cour de cassation « inverse » la décision. Elle rappelle que la responsabilité du garagiste n'est engagée qu'en cas de faute, mais considère que si des anomalies persistent ou surviennent après son intervention, l'existence d'une faute et celle d'un lien entre celle-ci et les défauts sont présumés.

➤ **Second cas** (cass. 1^{re} civ., 15/10/24, n° 23-1511.712 et 23-23.249). Un chauffeur de taxi acquiert, en 2012, une voiture neuve. Régulièrement entretenue par le même garage, elle connaît des dysfonctionnements répétés et durables. En dépit de multiples interventions, la panne déclenche à chaque fois le voyant d'alarme. D'autres garages sollicités ne parviennent pas à déterminer la cause du problème. L'expert judiciaire lui-même met du temps à l'établir. Selon la cour d'appel, il faut exclure la responsabilité du garage en charge de l'entretien. La panne est dite « fortuite » et il n'est pas le seul professionnel à ne pas l'avoir découverte. Le chauffeur de taxi va en cassation. Il obtient gain de cause. Pour les juges, « ni l'incertitude sur l'origine d'une panne ni la difficulté à déceler cette origine ne suffisent à écarter les présomptions pesant sur le garagiste ».

PAR ROSINE MAIOLO



CONTAMINANTS

Des poissons au mercure

Ce métal toxique, omniprésent dans les océans, contamine les poissons, crustacés et coquillages que nous consommons. Le point sur la situation.

— Par **ELSA CASALEGNO**

Métallurgie, incinération des déchets, exploitation minière (surtout l'orpaillage), combustion du charbon, fabrication de piles... un grand nombre d'activités humaines libèrent du mercure dans l'environnement, qui finit dans les océans. Aujourd'hui, toutes les mers du globe sont contaminées. Ce métal, qui possède des propriétés intéressantes (liquide à température ambiante, dilatation thermique élevée...), est considéré comme «*l'une des 10 substances chimiques gravement préoccupantes pour [notre] santé*» par l'Organisation mondiale de la santé (OMS). Pourquoi? Parce que dans l'eau, le mercure se transforme, sous l'action de micro-organismes, en méthylmercure, un composé ultra-toxique. Ce dernier se dépose ensuite sur les sols marins et les sédiments, certes à des concentrations faibles. Mais il s'accumule progressivement dans les organismes aquatiques tout au long de la chaîne alimentaire, au fur et à mesure qu'une espèce est consommée par une autre. Ainsi, les gros prédateurs carnivores affichent des quantités importantes. Lors de tests réalisés au fil des années, *Que Choisir* a constaté la présence systématique de cette molécule dans les poissons analysés. En les ingurgitant, nous absorbons donc aussi du méthylmercure, qui se stocke dans nos organes. Nous pouvons également l'inhalier via les vapeurs émises par les sites industriels.

➔ Quelles conséquences pour notre santé ?

Le mercure est cancérigène, mutagène et reprotoxique. Il est également nocif pour le système nerveux central, et peut engendrer des retards de développement ou des troubles comportementaux chez les enfants en contact in utero ou après la naissance. Or, «*tous les humains sont exposés à un certain niveau de mercure*», souligne l'Agence nationale de sécurité sanitaire de l'alimentation (Anses). Les plus touchés sont ceux



qui vivent à proximité des sites polluants et ceux qui mangent souvent de gros poissons. Chez certaines populations de pêcheurs de subsistance se nourrissant de grandes quantités de thon ou de requin, par exemple, presque 2% des enfants présentent des problèmes cognitifs.

En France, du mercure a été détecté chez quasiment 100% des adultes et des enfants, à un degré plus élevé que dans la plupart des pays européens⁽¹⁾. La consommation de produits de la mer – et particulièrement de poissons – constitue l'une des deux principales sources d'exposition, l'autre étant les amalgames dentaires⁽²⁾. L'imprégnation reste néanmoins inférieure à la dose définie comme problématique, sauf chez les gros mangeurs de poissons très contaminés. Cependant, au vu de ses potentiels effets délétères, le mercure devrait faire partie des substances nocives (telles que le plomb) pour lesquelles aucune teneur maximale n'est déterminée, ce qui impliquerait d'écarter de la chaîne alimentaire toute denrée en comportant dès qu'il est quantifié.

➔ Comment faire pour réduire la pollution ?

Il n'est pas possible d'extraire le mercure des sédiments ou de la chair des poissons ni de filtrer l'eau des océans. Il n'y a qu'une solution: réduire les émissions à la source. C'est aux industries responsables de cette pollution de diminuer leurs rejets. Quant aux professionnels de la pêche, ils ne peuvent pas faire grand-chose, à part éviter les zones les plus contaminées. Toutefois, ils sont tenus de proposer des produits sains. Et c'est là que le bât blesse.



Les gros poissons comme le thon contiennent les concentrations les plus élevées de mercure.

➔ Les normes maximales pour les poissons sont-elles protectrices ?

Des quantités maximales de mercure sont définies, comme pour tout contaminant. Elles concernent, d'une part, les produits de la pêche (en milligramme de mercure par kilo de poids vif) et, d'autre part, l'exposition des humains (via la dose hebdomadaire tolérable, ou DHT, exprimée en microgramme de mercure par kilo de poids corporel). Mais un point laisse perplexe : il existe trois teneurs pour les poissons ! La limite générale s'élève à 0,5 mg/kg ; celle pour les petites espèces est abaissée à 0,3 mg/kg, tandis que celle pour les gros prédateurs, les plus pollués donc, est portée à 1 mg/kg. Autrement dit, plus le poisson est contaminé, plus la norme est laxiste. Une situation que les ONG Bloom et Foodwatch ont dénoncée dans une campagne, en octobre dernier.

Elles jugent que ce relèvement du plafond pour les poissons prédateurs n'a « aucun sens sanitaire » ; il résulte du lobbying de la filière de la pêche industrielle, afin d'autoriser la commercialisation de thons qui, autrement, seraient impropres à la consommation. Interpellé par un député, le ministère de l'Agriculture, en charge de la sécurité sanitaire des aliments, a esquivé en répondant qu'il était cohérent « que la limite maximale pour les poissons prédateurs de grande taille soit plus élevée que pour les poissons de petite taille » – ce qui n'a aucune logique scientifique puisque ces teneurs sont fixées au kilo.

Les deux associations ont analysé 148 conserves achetées dans divers pays d'Europe. Sans surprise, 100% des boîtes renferment du mercure. Plus problématique, 57% contiendraient plus de 0,3 mg/kg (si l'on prend en considération le plafond pour les petits poissons), et 1 sur 10 excéderait 1 mg/kg (le maximum toléré pour le thon). À raison de 100 g par semaine, toute personne de moins de 70 kg – a fortiori les enfants – ingère, d'après Bloom, plus que la DHT. Des assertions démenties par la filière des aliments en conserve, qui estime qu'à l'inverse, cette DHT n'est quasiment jamais dépassée, compte tenu du niveau de consommation de la population. Elle explique « se conformer à la réglementation », car les thons frais utilisés respectent la teneur maximale de 1 mg/kg (aucune norme n'étant imposée à ceux en conserve).

Sollicité, le ministère de l'Agriculture met en avant les autocontrôles de la filière, dont « la totalité se révèle conforme », et les prélèvements par ses services, au taux de non-conformité de 2% à 7,3% pour l'ensemble des produits de la mer. Sa réponse nous apprend aussi que la dose maximale s'appuie sur le principe Alara (aussi bas que raisonnablement possible), qui tient compte de la fréquence de consommation des poissons, mais aussi des impératifs socioéconomiques. Avec comme objectif moins avouable de permettre à 95% des thons d'être mis sur le marché. ♦

(1) Selon l'étude de santé publique Esteban, menée tous les sept ans.

(2) Le mercure est interdit dans les plombages depuis le 1^{er} janvier 2025.

CONSEILS Limiter son exposition

Pour ingurgiter moins de mercure, il faut manger moins de poissons, voire en exclure certains pour les femmes enceintes et les enfants. Nos conseils :

Réduire la consommation des espèces très contaminées (surtout les prédateurs sauvages) : thon, merlan, brochet, raie, dorade, loup (bar), lotte (baudroie), etc.

Éviter les « grands prédateurs », les plus pollués : requins, lamproies, espadons...

Alternier ⁽¹⁾ avec des poissons moins problématiques : saumon, truite, sardine, hareng, colin, anchois, sole, maquereau, cabillaud (morue), etc.

Varier les modes d'approvisionnement (pêche, élevage) et les zones de pêche.

Adopter l'écoresponsabilité : favoriser la pêche par des petits armements et les méthodes préservant l'environnement.

(1) Pour équilibrer bénéfices nutritionnels et risques sanitaires, il est recommandé de se limiter à deux portions de poisson par semaine : un maigre et un gras riche en oméga 3.



MOTEUR DIESEL 1.5 BLUEHDI

La colère monte

Nouveau coup dur pour Stellantis ! Après les problèmes du moteur 1.2 PureTech et ceux des airbags, c'est au tour du diesel 1.5 BlueHDI de défrayer la chronique. En cause, une fragilité de sa chaîne de distribution. De quoi agacer propriétaires et garagistes.

— Par **YVES MARTIN**

La fausse vache qui a fait une entrée remarquée sur le stand de Stellantis lors du Mondial de l'auto 2024, à Paris, ne s'était pas trompée de salon. C'était une vache en colère – une «vache à lait», ainsi que se qualifie Franck Leblanc, caché sous ce déguisement loufoque pour être entendu. «*Vous croyez que ça me plaît, à moi, de faire le couillon, habillé en vache ?*», s'égosille le directeur général du Garage de la double commande, à Aubervilliers (93), spécialisé dans la location de véhicules-écoles. Il compte des dizaines de voitures en panne. Et ce sont surtout des Citroën et des Peugeot équipées du moteur 1.2 PureTech – aux problèmes déjà bien connus – ou du bloc diesel 1.5 BlueHDI, qui se révèle, lui aussi, manquer de fiabilité. Hélas, Franck est loin de constituer un cas isolé.

Des milliers d'automobilistes impactés

Des groupes Facebook se sont même créés. Citons «Stellantis PSA moteur 1.5 BLUEHDI rupture chaîne arbres à cames moteur HS» (plus de 8 000 abonnés) et «moteur 1L5 blue HDi psa» (1 700 membres). Smaël Sebillé, administrateur et cofondateur du premier, a dû débourser 4 000 € pour la réparation de son Peugeot 5008 de décembre 2018. Le 1^{er} décembre dernier, il a mis en ligne un formulaire d'inscription afin de réunir des dossiers avant de lancer une action

en justice. Il en a recueilli 67 en un seul jour. À mi-décembre, 200 étaient en attente. Smaël souhaite atteindre les 2 000 dossiers avant d'assigner Stellantis, ce qui pourrait arriver assez rapidement. Il faut dire que 36 modèles de voitures (lire l'encadré) vendus par 6 marques et produits entre octobre 2017 et janvier 2023 pourraient être concernés. Ils sont équipés du moteur 1.5 BlueHDI (DV5RD ou DV5RC, selon la puissance) de 75, 100, 110, 120 ou 130 chevaux.

Une chaîne sous-dimensionnée

La fragilité du moteur DV5 est due au sous-dimensionnement de la chaîne reliant les deux arbres à cames qui commandent l'ouverture des soupapes. D'une largeur de 7 mm, cette chaîne pouvait s'user prématurément, prendre du jeu et finir par casser – alors que, en théorie, aucune intervention n'est à prévoir sur un tel élément. Stellantis nous confirme que «des dysfonctionnements ou des avertissements, tels que des bruits mécaniques, peuvent se produire, indiquant une défaillance potentielle du système de chaîne de distribution, ce qui peut augmenter le risque de casse du moteur». Soupapes tordues ou cassées, culasse endommagée... Tout cela a un coût, qui représente des milliers d'euros. Depuis le 1^{er} février 2023, le constructeur équipe par conséquent ses moteurs d'une chaîne plus large, désormais de 8 mm.

Les 6 marques et 36 modèles concernés

Toutes marques confondues, de nombreux modèles de Stellantis sortis d'usine entre octobre 2017 et janvier 2023 sont potentiellement concernés par le problème de chaîne de distribution. C'est aussi le cas de véhicules de constructeurs n'appartenant pas au groupe, mais ayant des liens commerciaux avec lui, tel Toyota, qui utilise certains moteurs de Stellantis.

Citroën C3, C3 Aircross, C4, C4 Cactus, C4 Picasso, C5 Aircross, Berlingo, Spacetourer et Jumpy # **Fiat** Ulysse et Scudo # **DS** DS 3 Crossback, DS 4, DS 7 et DS 7 Crossback # **Opel** Corsa, Astra,

Mokka, Crossland, Crossland X, Grandland, Grandland X, Combo, Zafira et Vivaro # **Peugeot** 208, 2008, 308, 3008, 508, 5008, Expert, Rifter et Partner # **Toyota** Proace et Proace City.





En parallèle, pour les véhicules encore en circulation munis de la «petite» chaîne, Stellantis a modifié le type d'huile moteur préconisé. Alors qu'il recommandait auparavant deux références homologuées, la SAE 0W-20 ou la SAE 0W-30, seule la première a été autorisée. Tous les moteurs devaient être vidangés pour recevoir l'unique huile compatible. Le 8 janvier 2024, le constructeur a modifié une nouvelle fois son plan d'entretien, en imposant un type d'huile particulier en fonction de la date de commercialisation des véhicules. Ceux fabriqués jusqu'au 31 janvier 2023 et portant le code OPR (pour «organisation des pièces de rechange») interne 16885 doivent utiliser de l'huile répondant à l'homologation Stellantis FPW9.55535/03 SAE 5W-30. Pour les modèles fabriqués à compter du 1^{er} février 2023 (OPR 16886), il faut impérativement employer l'huile B71 2010 SAE 0W-20. Il reste que la gestion des problèmes pose... problème.

Campagne de « mise à jour préventive », mais pas pour tout le monde

Depuis fin septembre 2024, une campagne de rappel est organisée. Enfin, pas exactement ! Il ne s'agit pas d'un rappel au sens propre du terme, mais d'une opération de «mise à jour préventive» portant les noms de code NJ4 (chez Citroën) et MTT (chez Peugeot). Près de 760 000 propriétaires au total ont été contactés. L'objectif n'est pourtant pas de remplacer systématiquement la chaîne incriminée. Il est avant tout de «réaliser une étude de comportement à l'usage d'un composant du moteur DV5». Pour les véhicules qui affichent plus de

120 000 km, on change la chaîne de distribution et son galet tendeur, le carter palier d'arbres à cames et les deux arbres à cames, qui sont ensuite envoyés aux services techniques pour analyses. L'intervention dure cinq heures.

Cependant, sur les autres voitures, aucune réparation n'est au programme. Les techniciens procèdent à un simple enregistrement des bruits émis par la distribution du moteur au moyen d'un smartphone muni d'une application dédiée. Les modèles concernés sont les Citroën C3, C3 Aircross, C4 Cactus, C4 Picasso, C5 Aircross et Berlingo, ainsi que les Peugeot 208 I et II, 2008 I et II, 308 I, 3008, 508 II, 5008 et Rifter. Et pour les autres véhicules susceptibles d'être affectés ? Rien n'est prévu...

Aujourd'hui, Franck Leblanc passe plus de la moitié de son temps à gérer les soucis mécaniques plutôt qu'à s'occuper de son garage. Cela représente un manque à gagner énorme pour cet entrepreneur, qui en a même annulé des vacances. Hélas, il n'est pas un cas isolé parmi les professionnels qui travaillent avec ou pour les marques du groupe Stellantis. Un concessionnaire de l'est de la France se plaint également de cette situation. «À cause des PureTech, du BlueHDi, mais aussi des airbags, je passe plus de temps à gérer les conflits avec >>>

MONDIAL DE L'AUTO :
sur le stand de Stellantis, un professionnel déguisé en « vache à lait » a protesté et partagé son coup de gueule sur les réseaux sociaux.

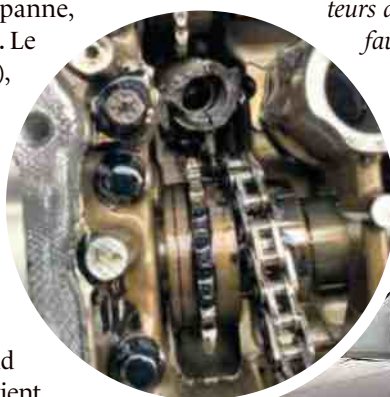
>>> les clients mécontents qu'à m'occuper de mon atelier», a confié un gérant d'une enseigne Citroën à un client venu se plaindre.

C'en est arrivé à un point tel que les contentieux s'accumulent et que, le plus souvent, le constructeur ne donne aucune réponse ni à ses clients ni même à ses concessionnaires, qui se retrouvent livrés à eux-mêmes.

Et, en cas de désaccord, lorsque la marque se voit convoquée à une expertise contradictoire (une contre-expertise, réalisée par un nouvel expert choisi par la victime, donne lieu à une réunion entre les deux parties), rares sont les fois où elle y envoie un représentant.

Toujours pas de voiture... et 30 000 € de facture à payer

Les particuliers ne sont pas non plus satisfaits de l'attitude de Stellantis. Et certaines situations deviennent ubuesques, comme celle d'Arnaud Lions, qui avait acheté un Peugeot 2008 GT Line BlueHDI 130 neuf dans la concession de Rambouillet (78). En novembre 2023, après seulement 56 000 km, son véhicule est tombé en panne, avec une chaîne de distribution cassée. Le SUV a été remorqué jusqu'à Trappes (78), puis un devis de 10 000 € a été présenté à son propriétaire. Une somme trop élevée, a estimé Arnaud, qui a demandé une prise en charge de la réparation à Stellantis. Le constructeur a refusé, au motif que l'un des entretiens – qui ont pourtant toujours été effectués dans le réseau du constructeur – avait été réalisé avec six mois de retard. Arnaud a engagé une procédure, mais il ne parvient pas à récupérer son véhicule. C'est la double peine:



Le constructeur botte en touche pour ne pas payer les réparations

le garage lui inflige des «frais de gardiennage» de 50 € par jour. Soit, après une année, une facture de plus de 15 000 €! Si l'on ajoute à cela les coûts engagés, Arnaud devrait finalement déboursier pas moins de 30 000 €.

Pourtant, en 2023, Stellantis a mis en place une grille de prise en charge. Laquelle doit être de 100% pour les véhicules âgés de moins

de 5 ans ou affichant moins de 150 000 km au compteur (au premier des deux termes échus). Pour les autres voitures, qui n'entrent pas dans le cadre de ces critères, c'est un peu la loterie. Car il revient au concessionnaire «d'affiner à l'aide d'un outil de simulation la prise en charge effective, qui évoluera en fonction de l'âge et du kilométrage, mais aussi du suivi de l'entretien et de la fidélité au réseau».

Dans la réalité, le constructeur cherche régulièrement à botter en touche afin de ne pas prendre en charge tout ou partie des réparations. Tel est le cas, par exemple, pour Chris48, un internaute mécontent de la réponse fournie par Peugeot, qui lui oppose un refus de prise en charge. Motif:

«Vos réparations sont effectuées hors du réseau de nos réparateurs agréés par Peugeot. Nous ne pouvons pas répondre favorablement à votre demande de participation.» Un argument fallacieux. Et, pour Franck Leblanc,

en pourparlers avec Stellantis depuis plus d'un an, la situation n'a toujours pas bougé. ♦



**Des bruits
étranges ?
La panne
pourrait être
proche...**

PRÉVENIR LA PANNE Soyez à l'écoute du moteur

Le problème se situe au niveau de la chaîne de distribution reliant les deux arbres à cames commandant l'ouverture des soupapes: elle se détend et finit par casser. Avant d'en arriver là, des signes indiquent l'usure prononcée de l'élément. Les principaux sont: une consommation d'huile anormale, un manque de puissance (sans doute dû à une mauvaise ouverture des soupapes quand la chaîne se détend) plus ou moins prononcé; des vibrations

du moteur et/ou un « bruit de ferraille », de « cigale », voire de « claquement » (d'où les interventions « d'écoute » des moteurs organisées par Citroën et Peugeot depuis septembre 2024). Ces signaux sont à surveiller de près. Car, si la chaîne casse, les dégâts sont plus ou moins importants selon le moment où l'incident survient. Au mieux, le moteur ne démarre plus. Au pire, les soupapes, la culasse ou encore les arbres à cames

sont à remplacer. Si les chambres de combustion à l'intérieur de la culasse sont endommagées, il arrive également que tout le moteur soit à changer. Même dans ce cas, la réparation peut se compliquer, les concessionnaires recevant parfois des moteurs neufs qui n'ont pas été modernisés, faute de disponibilité de certaines pièces. Ils doivent alors procéder à la remise à niveau du nouveau moteur avant de l'installer dans la voiture.



Les **tests** du mois

26 | **PRODUITS LAITIERS** NATURE

Yaourts, faisselles, fromages blancs, skyr, petits-suisseurs... nos analyses nutritionnelles de 30 références au lait de vache, de chèvre et de brebis.

32 | **SHAMPOINGS** SOLIDES ET LIQUIDES

34 | **POÊLES** DE CUISSON

37 | **VOITURES** ÉLECTRIQUES

38 | **TABLES** À INDUCTION

40 | **POMPES** À CHALEUR

43 | **TESTÉ AILLEURS**

129 produits achetés,
8 laboratoires sollicités,
300 403 € investis pour guider vos choix vers une consommation responsable.

NOTRE EXPERTISE

LES PRODUITS CHOISIS

Tous les articles que nous analysons sont achetés anonymement dans le commerce, en plusieurs exemplaires selon les besoins. Nous les payons comme vous le feriez vous-même.

NOS ESSAIS COMPARATIFS

Nous testons tous les produits à partir d'un protocole établi par les ingénieurs de notre service essais comparatifs, dans des laboratoires indépendants et qualifiés, en partenariat avec nos homologues européens. Les références sont évaluées selon leur aptitude à la fonction, leur ergonomie et leur sécurité.

AUCUNE PUBLICITÉ N'EST ACCEPTÉE

Les résultats de nos tests et les informations que nous publions ne peuvent faire l'objet d'aucune exploitation commerciale ou publicitaire, à l'exception de « La Note Que Choisir », délivrée et contrôlée par le Bureau Veritas Certification.

LES DISTINCTIONS

Les produits accompagnés de ces logos se distinguent des autres.



LE MEILLEUR NOTÉ

C'est le meilleur article de la sélection, tous critères confondus, sauf le prix qui n'est pas pris en considération dans la note globale.



BON CHOIX Sans être le meilleur de la sélection, c'est un bon produit qui mérite votre attention.



QUALITÉ/PRIX

La référence présente le meilleur compromis entre qualité et prix.



MOINS IMPACTANT

Aucun produit n'est irréprochable, mais celui-ci s'avère plus écoresponsable que les autres, tout en affichant de bonnes performances.



À ÉVITER

Disqualifié ! Les résultats de nos tests nous amènent à déconseiller l'achat du produit.

PRODUITS LAITIERS

NATURE

En version skyr ou bifidus, au lait de chèvre... rien ne ressemble moins à un yaourt qu'un autre yaourt, sans compter les petits-suisses, faisselles et fromages blancs. Analyses à l'appui, *Que Choisir* vous aide à y voir plus clair.



Nos amis pour la vie ?

— Par **ELSA ABDOUN** avec **DOMITILLE VEY**

La France n'est pas seulement le pays aux 1 000 fromages, c'est également celui aux 100 yaourts nature ! Dans tous les supermarchés, les linéaires d'ultra-frais laitier (lire le lexique p. 27) débordent. Il faut dire que l'intérêt nutritionnel de ces aliments nous est vanté depuis des années, notamment dans des spots télévisés. Mais les produits laitiers sont-ils vraiment « *nos amis pour la vie* », comme le claironnait la publicité dès les années 1980 ? De plus en plus d'articles de presse et de livres soutiennent, au contraire, l'idée que le lait, en particulier celui des vaches, serait néfaste pour la santé...

Pour vous aider à y voir plus clair et à choisir les meilleurs produits en fonction de vos besoins, nous avons réalisé des analyses en laboratoire sur 30 références et comparé ces dernières sur plusieurs critères nutritionnels, en particulier leur teneur en calcium, en iode et en matières grasses. Nous avons également enquêté sur la validité des a priori associés à ces denrées, et découvert qu'ils sont loin d'être tous fondés... Démêlons le vrai du faux.

LES PRODUITS LAITIERS FAVORISENT LE CANCER

FAUX Certes, des études suggèrent qu'une consommation importante de produits laitiers pourrait augmenter le risque de cancer de la prostate. Toutefois, « *cela n'est pas démontré*

COMMENT NOUS TESTONS



Nous avons analysé en laboratoire les apports nutritionnels de 30 références en ultra-frais laitier, puis comparé les résultats selon les laits (vache, brebis...), les types de produits (yaourt, petit-suisse...) et les modes de production (bio ou non).

avec certitude, alors qu'à l'inverse, les expertises scientifiques s'accordent sur le fait qu'une consommation modérée de produits laitiers réduirait le risque de cancer colorectal, en plus de suggérer une baisse du risque de cancer du sein», indique Mélanie Deschasaux-Tanguy, chercheuse en épidémiologie nutritionnelle à l'Institut national de la santé et de la recherche médicale (Inserm).

LES PRODUITS LAITIERS NE SONT PAS INDISPENSABLES

VRAI Si manger des produits laitiers semble associé à un moindre risque de certaines maladies (les cancers cités plus haut, mais également le diabète de type 2), cela ne



signifie pas pour autant que les fromages et les yaourts sont indispensables à la santé. En cas d'exclusion, il faudra toutefois compenser par la consommation d'autres aliments riches en calcium et en iode, après avoir pris conseil auprès d'un diététicien ou d'un médecin nutritionniste.

LE LAIT DE VACHE FAVORISE L'INFLAMMATION

FAUX Que ce soit de la part de «naturopathes», d'influenceurs ou de médecins médiatiques auteurs de best-sellers, on entend parfois que le lait de vache, contrairement à ceux de brebis ou de chèvre, favoriserait l'inflammation et les maladies qui lui sont associées (cardiovasculaires, articulaires...). Les deux spécialistes du lait que nous avons interrogées (Christelle Cebo et Marie-Caroline Michalski, citées plus loin) nous ont cependant affirmé n'avoir connaissance d'aucune étude le suggérant. Une longue recherche dans la littérature scientifique ne nous a pas non plus permis d'en identifier. Elle a révélé, au contraire, de nombreux travaux indiquant un effet nul, voire bénéfique, de la consommation de produits laitiers fermentés sur l'inflammation. >>>

LEXIQUE

De quoi parle-t-on ?

Plusieurs produits laitiers appartiennent à la catégorie de l'ultra-frais.

Fromages blancs

Ils sont composés de lait qui a été caillé par des bactéries lactiques (ou parfois par des enzymes appelées « présure »), puis égoutté.

Faisselles Ce sont des fromages blancs dont l'égouttage est réalisé lentement dans des moules perforés.

Fromages frais

Cette appellation désigne des fromages blancs contenant un minimum de bactéries lactiques vivantes au moment de la vente, comme pour

les yaourts (même s'il ne s'agit pas des mêmes espèces). Ils ne peuvent pas être pasteurisés.

Petits-suisses Ce sont des fromages blancs obtenus à partir de lait de vache et enrichis en crème.

Yaourts Ils sont composés de lait qui a été caillé par l'action des bactéries lactiques *S. thermophilus* et *L. bulgaricus*, qui doivent encore être présentes, vivantes, dans le produit.

Skys L'appellation n'est pas encadrée réglementairement, mais elle désigne en général un yaourt à base de lait écrémé qui a été égoutté.

>>> LE LAIT DE CHÈVRE **EST PLUS DIGESTE**

À NUANCER L'intolérance au lactose, qui touche de très nombreux adultes, provoque diarrhées et ballonnements en cas de consommation de lait et de produits laitiers, mais cela est valable quelle que soit l'espèce animale de laquelle ils proviennent. Pour autant, chez les personnes supportant bien le lactose, les protéines et les matières grasses des laits de brebis et de chèvre sont-elles plus faciles à digérer que celles du lait de vache, comme l'affirment certains ? Des études menées in vitro et sur des animaux montrent que, selon leur origine, ces nutriments ne sont pas dégradés de la même manière. Néanmoins, « *cela ne prédit en rien les conséquences en matière de confort intestinal* », prévient Amélie Deglaire, chercheuse en mécanismes de digestion à l'Institut national de recherche pour l'agriculture, l'alimentation et l'environnement (Inrae). De plus, « *un lait plus gras et plus riche en protéines, comme l'est celui de brebis, pourrait au contraire se révéler plus difficile à digérer* », raisonne Christelle Cebo, biologiste et spécialiste du lait. Faute d'essais cliniques, il revient donc à chacun, si besoin, de tenter l'expérience pour se faire un avis.

LE LAIT DE VACHE
CONTIENT DES ANTIBIOTIQUES

FAUX En France, la présence de résidus d'antibiotiques est interdite dans le lait destiné à la consommation humaine, et les contrôles sont fréquents. « *La proportion de non-conformité pour détection d'antibiotiques est très faible (0,1% en 2022), voire nulle (en 2023)* », nous assure le ministère de l'Agriculture.

LES « FERMENTS ACTIFS » **SONT BÉNÉFIQUES**

À NUANCER « *Des études suggèrent que les ferments du yaourt pourraient avoir des effets bénéfiques sur la santé, notamment sur l'inflammation* », rapporte Marie-Caroline Michalski, chercheuse spécialisée en nutrition à l'Inrae. Toutefois, ces bienfaits ne sont pas formellement démontrés. Le seul bénéfice sanitaire validé à ce jour par les experts de l'Autorité européenne de sécurité des aliments (Efsa) demeure l'aide à la digestion du lactose chez les personnes qui y sont intolérantes. Aucune vertu associée à des ferments spécifiques, de type *L. casei* ou bifidus, n'ayant non plus été reconnue par l'Efsa, les marques qui mettent en avant ces pseudo-probiotiques n'ont plus le droit d'affirmer, sur les emballages de leurs yaourts et dans leurs publicités, le moindre profit pour la santé en lien avec leur présence.

LES HYPERPROTÉINÉS **SONT À PRIVILÉGIER**

FAUX En dehors de cas particuliers (personnes âgées, patients suivant un régime hypocalorique...) pour lesquels des apports plus élevés en protéines, associés à de l'exercice >>>

IODE ET CALCIUM

Si le lait de brebis est plus riche en nutriments que ceux de vache et de chèvre, les modes d'élevage et le type de produit fabriqué font aussi varier un peu les taux.

Les laitages constituent une source importante de deux minéraux essentiels, le calcium et l'iode. Toutefois, nos analyses montrent que c'est particulièrement vrai pour ceux à base de lait de brebis. Ainsi, 100 g de yaourt ou de fromage blanc au lait d'ovin fournissent entre 20 et 30% des apports recommandés en calcium pour un adulte, contre seulement 10 à 20% pour la plupart des références à base de lait de bovin ou de caprin (chèvre). Concernant l'iode, une portion de produits à base de lait de brebis peut contenir jusqu'à 75% des apports recommandés, contre près de quatre fois moins, en moyenne, pour les autres. Tout cela, simplement du fait du patrimoine génétique des moutons, dont les femelles produisent naturellement un lait très riche en nutriments.

Plus de calcium dans le yaourt

Outre ces différences liées aux espèces, de légères variations entre types de produits et modes de production existent également. Les laitages bios apparaissent un peu moins riches en iode, probablement en partie à cause des restrictions exigées par le label concernant la supplémentation artificielle de l'alimentation des animaux (l'iode du lait produit n'est pas synthétisé par les bêtes : il provient de leurs aliments). Quant au calcium, il y en a un peu plus dans les yaourts (ces derniers n'étant pas égouttés, ils conservent celui du petit-lait), suivis de près par les fromages blancs et les skyr, qui sont égouttés, et enfin par les petits-suisses, non seulement égouttés, mais aussi systématiquement mélangés à de la crème, qui est moins



Imbattable brebis !

riche en calcium. Pour les deux minéraux, les yaourts au lait entier semblent souvent un peu moins riches que les écrémés.

Deux exceptions

Dans notre sélection de laitages, on distingue le Calin de Yoplait et le fromage blanc bio de la marque Tante Hélène, dont les taux de calcium rivalisent avec ceux des produits à base de lait de brebis. Pour le premier, cela s'explique par un enrichissement artificiel en minéraux de lait, indiqué sur l'emballage. Le fabricant du second n'a pas voulu nous révéler les détails de sa recette. Il est possible que cela soit dû à l'usage de lait concentré, ou encore à l'ajout de lait en poudre, avant le caillage. Pour les adultes à risque de manquer de calcium (ceux consommant moins de deux laitages

par jour) ou d'iode (ceux qui ne mangent que très peu de poisson et de produits de la mer), favoriser les produits à base de lait de brebis pourrait donc être bénéfique. Consommer des références au lait de vache, mais affichant des pourcentages exceptionnellement élevés de calcium sur l'étiquette, telles que le Calin de Yoplait ou le fromage blanc Tante Hélène, est également une option... même si se pose la question des procédés permettant d'atteindre ces taux, et de leurs conséquences sur la qualité finale des produits. Les laitages à base de brebis ne semblent pas convenir

à la consommation quotidienne des plus jeunes. En effet, deux portions de 100 g par jour, pour un enfant de six ans ou moins, peuvent parfois suffire à atteindre des doses excessives d'iode. Quant aux adultes au régime varié et équilibré qui avalent deux produits laitiers par jour, ils n'ont pas forcément à privilégier les produits laitiers les plus riches en calcium et en iode. D'autant que le lait de brebis coûte plus cher et qu'en raison de la moindre productivité de ces animaux, il émet, à quantité égale, plus de gaz à effet de serre que le lait de vache, et nécessite l'élevage et l'abattage d'un plus grand nombre de bêtes. ♦

TAUX DE CALCIUM ET D'IODE PAR CATÉGORIES DE PRODUITS

CATÉGORIES	CALCIUM	IODE
Yaourts et fromages blancs de brebis	● ● ● ● ● ● ● ●	● ● ● ● ● ● ● ●
Yaourts de vache ou de chèvre	● ● ● ● ● ● ● ●	● ● ● ● ● ● ● ●
Skys, fromages frais et fromages blancs au lait de vache non enrichis	● ● ● ● ● ● ● ●	● ● ● ● ● ● ● ●
Petits-suisses	● ● ● ● ● ● ● ●	● ● ● ● ● ● ● ●

À noter

100 g de laitages de brebis apportent plus de 20 % des besoins en calcium, contre 13 % pour les petits-suisses, et plus des deux tiers des besoins en iode, contre moins d'un quart pour ceux de vache ou chèvre. Le bio semble associé à des taux un peu plus faibles d'iode.

Les pierres de sel iodées enrichissent le lait des animaux.

100 g de ce skyr apportent 14 % des besoins en calcium d'un adulte...

... Contre 21 % pour ce yaourt 0 %, bien moins cher.

>>> physique, sont nécessaires afin d'éviter la fonte des muscles, privilégier des produits hyperprotéinés, tels que les skyr et certains fromages frais, ne présente pas vraiment d'intérêt. En effet, «la grande majorité des Français, y compris les végétariens, en ingèrent largement assez», affirme Stéphane Walrand, chercheur en nutrition humaine et spécialiste du muscle à l'Inrae. Quant à un éventuel rôle coupe-faim des protéines, «il n'est toujours pas clairement démontré», d'après Claire Gaudichon, experte en nutrition et comportement alimentaire au sein du même institut.

L'ENRICHISSEMENT EN VITAMINE D EST UN PLUS

À NUANCER Le manque de vitamine D, qui touche un grand nombre d'entre nous, en particulier les personnes âgées et celles à la peau noire ou foncée, augmente le risque de fractures, en limitant l'absorption du calcium, et celui d'infections respiratoires, en affaiblissant le système immunitaire. Dans ce contexte, l'Agence française de sécurité sanitaire des aliments (Afssa, devenue Anses) reconnaissait, dès 2008, l'intérêt d'ajouter de la vitamine D à certaines catégories d'aliments, notamment les produits laitiers. Pour les populations les plus à risque de déficience, les fromages blancs ou les yaourts ainsi enrichis peuvent donc s'avérer utiles, même si la première recommandation reste, bien sûr, de veiller à maintenir un régime alimentaire varié et équilibré, comprenant en particulier un poisson gras par semaine (sardine, maquereau...), ainsi que de s'exposer une vingtaine de minutes par jour au soleil (la source principale de la vitamine D étant généralement sa synthèse par le corps sous l'action des rayons ultraviolets).

LE BIO, C'EST POUR LES VÉGÉTAUX

FAUX Les produits animaux sont certes moins contaminés par les résidus de pesticides que les fruits, les légumes ou les céréales, mais l'intérêt du label bio ne se limite pas à la réduction de l'exposition des consommateurs à ces substances toxiques. C'est aussi l'assurance d'un minimum de normes de bien-être animal (accès à l'extérieur, pâturage obligatoire une partie de l'année, densité restreinte dans les bâtiments...) et du respect de la planète et de la santé humaine (utilisation d'antibiotiques par les éleveurs plus strictement limitée afin d'éviter l'émergence de germes résistants, alimentation du bétail 100% bio, donc sans soja OGM importé du Brésil, absence d'épandage d'engrais de synthèse sur les prairies, etc.). Ces contraintes, associées à d'autres (interdiction de certains produits chimiques pour nettoyer les pis des vaches et les machines de traite, proscription des hormones pour synchroniser leurs chaleurs...), ont par ailleurs des répercussions sur la qualité du lait consommé – notamment sa composition nutritionnelle et la présence de contaminants. ♦

MATIÈRES GRASSES

Les produits les plus gras et les plus caloriques ne sont pas ceux que l'on croit... Dans certains cas, jeter un œil sur la recette est recommandé.

Les matières grasses animales, consommées en excès, peuvent favoriser la prise de poids et le risque de nombreuses maladies. Certains consommateurs se tournent donc, pour l'éviter, vers les fromages frais et les yaourts, espérant y trouver une alternative plus légère, en fin de repas, aux fromages affinés et aux desserts riches en beurre ou en crème. Malheureusement, nos analyses montrent que ce n'est pas toujours le cas : dans des produits apparemment similaires se trouvent parfois des taux de matières grasses très variables. Et, sous des atours d'aliments très sains, peuvent se cacher des denrées tout sauf légères.

Parfois de la crème ajoutée

Du côté du «light», pas de surprise : qu'il s'agisse de skyr, de yaourt, de fromage blanc ou frais, et qu'il soit à base de lait de vache, de chèvre ou de brebis, si l'emballage affiche «0%», vous avez l'assurance que ces laitages ne comportent aucune matière grasse. Néanmoins, en dehors de cette catégorie, les choses se compliquent. Et pour cause. Non seulement le lait utilisé pour fabriquer ces produits renferme des quantités de matières grasses



ES Évitez les pièges



Le taux de matières grasses dépend notamment du type de lait utilisé.

très variables (on peut trouver près de neuf fois plus de gras dans un lait entier de brebis que dans un lait de vache partiellement écrémé!) mais, en plus, de la crème est parfois ajoutée par les fabricants, sans obligation de l'indiquer sur l'étiquette. Résultat, certains yaourts nature classiques apportent encore moins de calories que des skyr ou des fromages blancs 0%, tandis que de leur côté, des yaourts à la grecque, petits-suisses ou encore Fjord en contiennent trois fois plus. Ainsi, une portion d'un de ces derniers, consommée nature, fournit autant d'acides gras saturés et d'énergie que deux tranches de camembert... et, si vous y mettez

une belle cuillère de miel, vous obtenez un dessert avec autant de sucre, de gras et de calories qu'un petit pot de crème glacée! Concernant les fromages blancs et frais, là aussi les taux de matières grasses font le grand écart: quelques références n'arrivent pas très loin derrière les petits-suisses, alors que d'autres en comptent trois ou quatre fois moins. Quand vous achetez ce type d'aliments, si vous avez besoin de réduire vos apports énergétiques ou de limiter ceux en graisses animales, il peut donc être utile de regarder le tableau des valeurs nutritionnelles. ♦

TAUX DE MATIÈRES GRASSES PAR CATÉGORIES DE PRODUITS

CATÉGORIES	MATIÈRES GRASSES
Skyr et 0%	● ● ● ● ●
Yaourts de vache partiellement écrémés	● ● ● ● ●
Yaourts de brebis partiellement écrémés et yaourts de vache entiers	● ● ● ● ●
Yaourts de chèvre au lait entier	● ● ● ● ●
Fromages blancs de brebis, chèvre et yaourts grecs ou entiers de brebis	● ● ● ● ●
Petits-suisses	● ● ● ● ●

À noter

Les petits-suisses contiennent 10% de matières grasses, contre 1 à 3% pour les yaourts de vache partiellement écrémés. Les fromages blancs de vache ne sont pas classés, car leur richesse est très variable.

EN RÉSUMÉ

Quels produits privilégier ?

Nos analyses montrent que, selon les besoins de chacun, certains ultrafrais laitiers peuvent s'avérer plus recommandables que d'autres. Mais tous demeurent des aliments sains, compatibles avec une consommation quotidienne. C'est la raison pour laquelle nous n'avons pas souhaité publier de tableau comparatif dans ce dossier. Les autorités de santé préconisent de manger deux portions de produits laitiers par jour (trois pour les enfants,



Graines, fruits frais ou secs... accompagneront idéalement vos laitages.

adolescents et femmes enceintes). L'important reste donc de trouver ceux qui vous conviennent le plus en matière de goût et de prix, en n'hésitant pas à varier les références, pour le plaisir comme pour la santé. Préférez-les, si possible, labellisés bio et conditionnés en grands pots familiaux. Et accompagnez-les de fruits frais, secs ou à coque, de graines, d'épices ou de compote, plutôt que de matières sucrantes (sucre, miel, édulcorants, sirops, confitures...). ♦

S. JARRY/VOIX D'UNORD-MAXPPP;
L. HINI: NEW AFRICA/ADOBE STOCK

SHAMPOINGS SOLIDES ET LIQUIDES

Tous comparables, à un cheveu près

Malgré quelques écarts sur l'agrément d'usage, la composition ou l'environnement, les références testées se tiennent dans un mouchoir de poche.

— Par **FABIANNE MALEYSSON** avec **GAËLLE LANDRY**

On n'imagine pas tout ce que peut recouvrir un banal ★★ dans un tableau. Pour bâtir l'évaluation correspondant aux deux premières colonnes ci-contre, il a fallu mouliner les résultats obtenus sur 34 critères. D'abord, les propriétés liées à l'application : consistance, dosage (carton rouge aux orifices trop gros des flacons), étalement, temps de formation de la mousse, quantité et texture de celle-ci, et facilité de rinçage. Ensuite, les paramètres d'utilisation jugés sur cheveux mouillés : démêlage, facilité de coiffage, toucher des cheveux et douceur.

Une évaluation avant et après séchage

Tous ces critères ont été à nouveau évalués après le séchage au sèche-cheveux. Des coiffeurs ont aussi jaugé le volume, la brillance, le rebond des boucles (s'il y en a), la souplesse et l'effet anti-électrostatique. Sans oublier les éventuels constats d'inconfort (brûlures, démangeaisons, rougeurs, etc.) du côté des utilisateurs. Tout cela pour arriver à des notes qui, pour l'essentiel, se tiennent dans un mouchoir de poche. Le métier d'ingénieur à *Que Choisir* est parfois ingrat ! Notons tout de même une gradation. Olaplex se distingue par ses performances remarquables. Il se place en tête sur quasiment tous les critères évalués par les coiffeurs. Venu de Californie et vendu par Sephora, ce shampoing est manifestement commercialisé par des pros de la communication, car il est particulièrement promu par les influenceurs et très présent sur les réseaux. Pourtant, il n'est vraiment pas en phase avec la tendance à la sobriété des formulations – 67 ingrédients dans sa liste, c'est du jamais-vu ! À l'autre extrémité de l'échelle, Le Petit Marseillais n'obtient qu'une note médiocre sur tous les critères, et arrive dernier en intention d'achat. ♦

Volume, brillance, souplesse, effet anti-électrostatique... rien n'a échappé à nos coiffeurs testeurs

Respire SOLIDE PÊCHE DU VERGER

10,90 €

14,7/20 | ★★

Avis à ceux qui seraient encore réticents vis-à-vis du shampoing solide. Les utilisateurs et les coiffeurs l'apprécient tout autant que ses concurrents liquides. Consistance, onctuosité de la mousse et efficacité sont particulièrement remarquées. Côté environnement, c'est le seul à obtenir ★★★, grâce à son faible impact sur la faune aquatique. Il respecte aussi les consommateurs, avec zéro ingrédient indésirable. Seul défaut : son prix.



Nectar of bio (CARREFOUR) SOFT

1,79 €

13,9/20 | ★★

Une formule labellisée bio qui s'en sort très honorablement en efficacité, en confort et sur l'impact environnemental, ce n'est pas si courant. Elle mousse vite et beaucoup, démêle particulièrement bien et rend les cheveux très doux. Dommage que le qualificatif « soft » soit contredit par la présence d'un ingrédient qui s'avère irritant chez certains. Et que le flacon en plastique, trop lourd, dégrade le ratio emballage/contenu.



Yves Rocher NOURRISSANT DOUCEUR AU LAIT DE CHÂTAIGNE BIO

7,50 €

13,8/20 | ★★




Bien que son nom joue sur une ambiguïté qui nous déplaît – seul le lait de châtaigne est bio, pas toute la formule –, nous le distinguons, car parmi les mieux notés, c'est le seul exempt de toutes les substances que nous épinglons, avec le Respire. Texture onctueuse et mousse généreuse sont appréciées. Son impact environnemental pourrait être amélioré, surtout au vu de l'univers publicitaire de la marque.



L'onctuosité
de la mousse
est un critère



19 SHAMPOINGS

 19 SHAMPOINGS	COMPOSITION			ENVIRONNEMENT			APPRECIATION			APPRECIATION GLOBALE		PRIX	Conditionnement	Contenance	Prix au l ou au kg		
	DES UTILISATEURS	EVALUATION DES COIFFEURS	Potentiels endocriniens (1)	ET PRESENTATION	des ingrédients	Impact non utilisables	Ratio shampooing / emballage	Quantité emballage	APPRECIATION	Note sur 20							
1 RESPIRE SOLIDE PÊCHE DU VERGER	★★	★★	-	-	-	★★	★★★★	★★★★	★★	★★	★★★★	14,7	★★	10,90	Solide	75 g	145
2 GLISS AQUA REVIVE HYDRATANT	★★	★★	-	-	●	★★★★	■	★	★★	★★	★	13,9	★★	3,83	Bout.	250 ml	15
3 NECTAR OF BIO (CARREFOUR) SOFT 	★★	★★	-	●	●	★★	★	★	★	■	★	13,9	★★	1,79	Bout.	250 ml	7
4 YVES ROCHER NOURRISSANT DOUCEUR AU LAIT DE CHÂTAIGNE BIO	★★	★★	-	-	-	★	★	★★	★★	★★	★	13,8	★★	7,50	Bout.	300 ml	25
5 NUXE HAIR PRODIGIEUX BRILLANCE MIROIR	★★	★★	-	-	●	★	★	★★	★★	■	★	13,7	★★	24,90	Pompe	400 ml	62
6 OLAPLEX BOND MAINTENANCE N° 4	★★★★	★★	-	-	●	★★	■	■	■	■	■	13,6	★★	29,90	Bout.	250 ml	120
7 DOP FORTIFIANT AUX ŒUFS	★★	★★	-	-	●	★	★	★	★★	★★	★	12,9	★★	2,64	Bout.	400 ml	7
8 NATURÉ MOI ÉCO-RECHARGE EXTRA-DOUX À L'AMANDE DOUCE BIO DE PROVENCE	★★	★	-	-	●	★	★★	★★	★★	★★★★	★★	12,8	★★	6,95	Recharge	500 ml	14
9 WELEDA USAGE FRÉQUENT AU MILLET 	★★	★	-	-	●	★★	★★	★★★★	★	■	★★	12,8	★★	10,90	Bout.	190 ml	57
10 LOVEA COCO & THÉ VERT	★★	★★	-	-	-	★	★	★	★★	★	★	12,8	★★	3,49	Bout.	250 ml	14
11 COMME AVANT SOLIDE À L'HUILE DE NOISETTE – VERSION 2 	★★	★	-	-	-	★	★★	★★★★	★★	★★	★★	12,7	★★	9,90	Solide	70 g	141
12 CAUDALIE SOIN DOUCEUR	★★	★★	-	-	●	■	★	★★	■	■	★	12,7	★★	8,50	Tube	200 ml	43
13 LA ROSÉE RECHARGE ULTRA-DOUX À LA KÉRATINE VÉGÉTALE ET AUX GRAINES DE LIN BIO	★★	★	-	-	-	★	★★	★★	■	■	★★★★	12,6	★★	16,90	Recharge	400 ml	42
14 KLORANE EXTRA-DOUX À L'AVOINE	★★	★	-	-	-	★	★	★	★★	★	★	12,1	★★	6,90	Bout.	200 ml	35
15 GARNIER ULTRA DOUX DÉLICATESSE D'AVOINE	★★	★★	●	-	-	★	★	■	★★	★★	★	12	★	3,90	Bout.	250 ml	16
16 ELSEVE HYALURON REPULP RÉ-HYDRATANT 72H	★★	★★	●	-	●	★★★★	■	★	★★	★★	■	12	★	4,99	Bout.	300 ml	17
17 LE PETIT MARSEILLAIS BRILLANCE POMME & ALOE VERA 	★★	★	-	-	-	★	★★	★★	★	■	★★	11,9	★	4,51	Bout.	240 ml	19
18 GARNIER FRUCTIS ALOE VERA HAIR FOOD	★★	★★	●	●	●	★	★	★★	★★	★★	★★	11,7	★	5,45	Bout.	350 ml	16
19 GARNIER FRUCTIS FORCE & BRILLANCE 2 EN 1	★★	★★	●	-	●	★	■	★	★★	★★	■	11,6	★	3,64	Bout.	300 ml	12

● Bio

(1) Salicylic acid. (2) Sodium lauryl sulfate ou ammonium lauryl sulfate.

★★★ très bon ★★ bon
★ moyen ■ médiocre
■ mauvais ● oui - non

ÉVALUATION DES COIFFEURS / UTILISATEURS Les seconds se servent du shampoing normalement, mais les premiers le font seulement sur la moitié de la chevelure (de 20 personnes) pour mieux l'évaluer.

ÉTIQUETAGE Le produit Caudalie affiche « 0% parabènes » et « 0% phénoxyéthanol ». C'est illégal et guère distinctif : plus des trois quarts des shampoings sont dépourvus de parabènes, et 95% de phénoxyéthanol.

ENVIRONNEMENT Avec 67 ingrédients (!), Olaplex multiplie les risques de nocivité pour l'environnement et pour la santé. Elseve en renferme 27, dont plusieurs mal notés.

POÊLES DE CUISSON

La revanche des anciennes

À cause des substances indésirables qu'elles peuvent contenir, les poêles antiadhésives ont moins la cote. Les matériaux bruts en profitent pour revenir en force.

— Par **FABRICE POULIQUEN** avec **GABRIELLE THERY**

En acier, en fonte, en inox ou encore en cuivre... Les poêles traditionnelles avaient pris un coup de vieux avec l'arrivée des antiadhésives à revêtement de type Téflon, qui ont fini par dominer le marché. Mais ces dernières contiennent souvent des PFAS, ces substances préoccupantes surnommées «polluants éternels» et dont la toxicité est imprévisible (lire aussi p. 10 à 17). En mars dernier (QC n° 633), nous en avons retrouvé dans le revêtement des huit poêles analysées, certes à des teneurs inférieures à la réglementation. Tout de même, pour qui souhaite se prémunir au maximum contre ces PFAS, il est possible d'acheter d'autres références, en matériaux bruts. *Que Choisir* en a passé 20 au crible, essentiellement de marques spécialisées dans les ustensiles de cuisine (Beka, De Buyer, Le Creuset, Mauviel, Tefal...), mais aussi de distributeurs (Auchan, Ikea). Ces articles se répartissent en quatre familles: acier, fonte, inox, et assemblage de cuivre pour le revêtement et d'inox pour l'intérieur et le fond. Nous avons écarté les poêles à 100% en cuivre car ce matériau, non magnétique, est incompatible

avec les plaques à induction, de plus en plus répandues en cuisine (lire notre test p. 38-39). Dans chaque catégorie, les meilleurs modèles dépassent la note de 15/20. Une seule poêle décroche dans notre classement, avec une ★ en appréciation globale: celle en fonte émaillée de Staub, pourtant parmi les plus chères (159 €). Elle déçoit notamment à cause de sa montée en température lente (plus de 6 minutes pour atteindre 200 °C). Tous les autres ustensiles obtiennent ★★, et s'avèrent fiables et efficaces... avec leurs forces et leurs faiblesses. En effet, disons-le tout de suite, aucun ne parvient à faire oublier totalement l'atout majeur des antiadhésives: leur adaptabilité à tous les types de cuisson.

Pesantes et aux poignées brûlantes

Les poêles en acier ou en fonte, par exemple, retiennent très bien la chaleur; elles sont donc parfaites pour les cuissons longues et les plats à saisir (telle une viande à griller). En revanche, elles pèsent très lourd, souvent autour de 2 kg. La Vardagen en fonte d'Ikea grimpe même à 3,1 kg. Pas simple >>>

Beka NOMAD
40 €

15,3/20 | ★★

Une référence en acier très légère (0,9 kg). Sa poignée en bois reste froide sur toute la longueur.

Nous avons apprécié sa réactivité et la belle coloration des aliments. Elle est fournie avec un livret bien illustré expliquant la méthode de culottage. Pas si simple, mais ça marche – plus rien ne colle au fond. Quelques bémols: ce modèle ne passe ni au four ni au lave-vaisselle, et on ne peut pas non plus y cuire de denrées acides.



Beka STARK
69 €

15,1/20 | ★★

C'est le moins lourd des modèles en fonte testés, malgré ses 2,3 kg. Pas simple à manier, donc.

Au moins, sa poignée en inox ne chauffe pas. Les performances de cuisson satisfont: les pommes de terre sont bien dorées, les steaks prennent des couleurs sans attacher, les crêpes se colorent bien, quoique lentement. Si elle ne passe pas au lave-vaisselle, la Stark se lave facilement à la main. Culottage à entretenir.



Beka CHEF
79 €

15,9/20 | ★★

Cette poêle en inox permet des cuissons rapides et homogènes. Elle ne pèse que 1,4 kg et sa poignée se maintient froide, ce qui en fait un modèle facile à manier. Autres points forts: elle se nettoie aisément, notamment au lave-vaisselle, et passe au four. Il faut tout de même ajouter un peu de matière grasse pour éviter que les aliments collent.



De 17
à 312 €

20 POÊLES

ACIER

	PERFORMANCES DE CUISSON	de terre sautées	Pommes	Viande	Crêpes	MONTÉE EN TEMPÉRATURE	SÉCURITÉ THERMIQUE	SOLIDITÉ	APPRÉCIATION GLOBALE	Note sur 20	PRIX	Diamètre testé	Poids	Caractéristiques des matériaux	Poignée amovible	Compatible lave-vaisselle	Bec verseur	Pays d'origine
											€	cm	kg					
1	BEKA NOMAD	★★	★★	★★	■	★★★★	★★★★	★★★★	15,3	★★	40	24	0,9	Poignée en acacia	-	-	-	Non précisé
2	MAUVIEL M'STEEL	★	★★★★	★	★	★★★★	■	★★★★	13,5	★★	53	24	1,2	Poignée en métal rivetée	-	-	-	France
3	DE BUYER MINERAL B	★★	★★	★	★	★★★★	■	★★★★	13	★★	57,90	26	1,9	Poignée en métal rivetée	-	-	-	France
4	IKEA VARDAGEN	★★	★★	★	★	★★	■	★★	12,8	★★	35	28	2,1	Poignée en métal rivetée	-	-	-	Chine

FONTE

1	BEKA STARK AVEC CONTRE-POIGNÉE	★★	★★★★	★	★★★★	★★	★★★★	★★★★	15,1	★★	69	28	2,3	Fonte et poignée en acier inoxydable	-	-	-	Chine
2	LE CREUSET SKILLET	★	★★	★	★★★★	★	■	★★★★	13,3	★★	189	26	2,5	Fonte émaillée	●	-	●	France
3	IKEA VARDAGEN	★	★	★	★★★★	★	■	★★★★	13,1	★★	39,99	28	3,1	Fonte	-	-	●	Chine
4	LODGE CAST IRON POÊLE EN FONTE CULOTTÉE	★	★★	★	★★★★	■	■	★★★★	12,4	★★	59,90	26	2,4	Fonte	-	-	●	États-Unis
5	STAUB 40510-616-0	★	★	★	★★★★	■	■	★★★★	11,6	★	159	26	2,5	Fonte émaillée	●	-	●	France

INOX

1	BEKA CHEF	★★	★★	★★	★★★★	★★	★★	★★★★	15,9	★★	79	26	1,4	Fond rapporté	●	-	-	Chine
2	LAGOSTINA SALVASPAZIO	★★	★★	★★	★★★★	★★★★	★★★★	★	15,1	★★	145 ⁽¹⁾	26	1,5	Fond rapporté	●	●	-	Italie
3	MAUVIEL M'COOK	★★	★	★★	★★	★★	★★★★	★★★★	15,1	★★	203	26	1,2	Multicouche	●	-	-	France
4	TEFAL INGENIO	★★	★★	★	★★	★★★★	★★★★	★★★★	15	★★	65 ⁽¹⁾	28	1,4	Fond rapporté	● ⁽³⁾	●	-	France
5	ACTUEL (AUCHAN) POÊLE INOX	★★	★★	★	★★	★★★★	★★★★	★★★★	14,6	★★	29,99	28	1,5	Fond rapporté	●	-	-	Chine
6	IKEA 365+	★★	★	★	★★	★★★★	★★★★	★	14,2	★★	16,99	28	0,9	Fond rapporté	●	-	-	Chine
7	DE BUYER AFFINITY	★★	★★	★★	★★★★	★★	■	★★	13,9	★★	139	24	1,1	Multicouche	●	-	-	France
8	CRISTEL 1826 INOX BROSSÉ	★★	★★	★	★★	★★	★	★★★★	13,6	★★	109,90	24	1,2	Fond rapporté	●	-	-	France

CUIVRE + INOX

1	MAUVIEL M'6S	★★	★★	★★	★★	★★★★	★★★★	★★	15,5	★★	312	26	1,2	Multicouche	-	-	-	France
2	ARTHUR MARTIN PREMIUM COMPACT, LOT DE 2 POÊLES ⁽²⁾	★★	★★	★★	★★	★★	★★★★	★★	15,3	★★	74,99 ⁽¹⁾	26	1,2	Fond rapporté	● ⁽³⁾	●	-	Chine
3	IKEA FINMAT	★★	★★	★	★★	★★	★★	★★	13,4	★★	75	28	1,5	Multicouche	-	-	-	Chine

★★★★ très bon ★★ bon
 ★ moyen ■ médiocre
 ■■ mauvais ● oui - non

SÉCURITÉ THERMIQUE Nous chauffons les poêles à 200 °C pendant 30 minutes et relevons la température en trois points de la poignée. Pas plus de 48 °C tolérés au centre !

MATÉRIAUX Pour fonctionner sur l'induction ou mieux diffuser la chaleur, une couche d'aluminium est ajoutée aux poêles en cuivre et en inox via un fond rapporté fixé à leur base. Sur les modèles haut de gamme, elle est intégrée au corps, on parle alors de multicouche.

(1) Prix du lot avec poignée amovible.
 (2) Lot de 2 poêles de 22 et 26 cm + poignée amovible.
 (3) Sauf la poignée.

>>> alors de faire sauter les pommes de terre ni de retourner les crêpes ! En outre, les poignées de ces modèles en acier ou en fonte ont une fâcheuse tendance à devenir brûlantes, ce qui complique encore leur manipulation. Seules les Beka (avec une poignée en bois pour la Nomad et une en inox pour la Stark) restent froides, obtenant ★★★ sur le critère de la sécurité thermique. Pour les autres, il vous faudra investir dans des maniques. Enfin, autre inconvénient, l'acier et la fonte n'apprécient guère les aliments acides : les tomates, le citron ou encore le vin blanc altèrent le culottage (lire l'encadré ci-dessous), voire abîment le fond de la poêle.

Du vert-de-gris dans le fond

Le cuivre n'est pas non plus sans défaut. Excellent conducteur thermique, ce matériau réagit instantanément aux variations de températures. Les poêles ainsi constituées chauffent donc rapidement et refroidissent tout aussi vite, permettant une excellente maîtrise des cuissons. Mais le cuivre s'oxyde au contact des aliments acides et salés laissés trop longtemps sur le feu.

Du vert-de-gris (une fine pellicule verte, toxique en cas d'ingestion) peut alors se former dans le fond. Sans doute vaut-il mieux laisser les poêles 100% en cuivre aux professionnels et se rabattre sur celles en cuivre-inox, bien plus abordables. Si la Mauviel M'6S s'affiche, il est vrai, à 312 €, vous trouverez nettement moins cher et tout aussi bien noté dans notre sélection. Les poêles en inox se révèlent ainsi les plus polyvalentes

Les poêles
en inox sont
les plus
polyvalentes

parmi les quatre familles testées. Avec ces modèles, aucun souci d'oxydation – vous pouvez sans crainte y cuire des aliments acides. Elles sont également légères et montent vite en température. Seul bémol : sans culottage, elles accrochent facilement. Il faut alors soit les graisser, soit bien attendre le brunissement de la viande (réaction de Maillard) avant de pouvoir la retourner sans anicroche.

Solides comme un roc ?

L'avantage des poêles traditionnelles est que vous avez tout le temps pour vous familiariser avec. Très robustes, elles sont censées se transmettre de génération en génération. Certains

modèles testés nous ont tout de même montré des faiblesses sur ce point. La poignée en acier de l'Ikea Vardagen et celle en inox de la 365+ ont plié lorsque nous leur avons appliqué une force de 100 newtons. Trois références (la Tefal, l'Ikea 365+ et la Lagostina) se sont également légèrement déformées quand nous les avons laissé tomber d'un plan de travail, mais elles restaient utilisables.

Enfin, trois autres poêles (Mauviel M'6S, Ikea Finmat et De Buyer Affinity) se bombent lorsqu'elles subissent un choc thermique. Par exemple, les plonger encore chaudes dans de l'eau froide. Les notices déconseillent en général de procéder ainsi... mais cela peut arriver. Quant à l'acier de la Mauviel M'Steel, il tend à se déformer au fil des cuissons. Embêtant, sur des plaques à induction. ♦

Le culottage

Un revêtement antiadhésif à créer et entretenir

Les poêles traditionnelles revenant à la mode, on redécouvre une technique qui leur est spécifique : le culottage.

Puisque ces ustensiles n'ont pas de revêtement adhésif, vous devrez le créer vous-même, de façon naturelle. Pour les poêles en fonte et en acier, cette action est à réaliser avant la première utilisation. En revanche, pour celles ayant un fond en inox, ce n'est pas nécessaire. Le plus souvent, les fabricants fournissent un guide pour culotter leurs modèles. On trouve aussi une kyrielle de tutoriels en ligne. Le principe reste toujours le même : versez une petite quantité d'huile végétale au goût neutre (colza ou tournesol, par exemple) dans votre poêle, et chauffez-la jusqu'à ce que cette pellicule fume et brunisse le fond. Laissez refroidir, puis épongez l'huile. Reproduisez l'opération trois fois. La couleur peut rebuter, mais plus le revêtement est noir

et moins il accrochera. Une autre méthode, recommandée par Ikea pour sa Vardagen en fonte, consiste à placer la poêle huilée au four pendant une heure, à 150 °C. Cette technique a l'avantage de procurer facilement un culottage plus homogène, c'est-à-dire sur tout l'intérieur de l'ustensile, bords compris. Il s'améliorera ensuite au fil

des cuissons. Cependant, si les aliments collent de nouveau, il faudra répéter l'opération. Par ailleurs, évitez de nettoyer ces poêles avec des produits abrasifs ; certains vont jusqu'à conseiller de se passer de savon... Il faut alors accepter de cuisiner dans les résidus de graisse de ses précédentes mixtures. Pas très ragoûtant.



AVANT



APRÈS

**6 modèles
à la loupe**

Nous testons plus de 80 voitures par an. Dernièrement, six modèles électriques, tous segments confondus (compactes, SUV...), ont été évalués.

VOITURES ÉLECTRIQUES

— Par **YVES MARTIN** avec **LARS LY**

Kia EV9 AWD GT LINE 385 CH/99,8 KWH

À partir de 86 000 €

16,8/20 | ★★★

Ce grand SUV de Kia a beaucoup pour plaire. Spacieux à souhait, il offre une très belle finition, un bon comportement routier et une excellente autonomie. En prime, il se recharge rapidement. Mais toutes ces qualités se paient au prix fort. Ses points faibles ? Des suspensions un peu trop fermes sur les petites bosses et un gabarit qui le rend délicat à manœuvrer en ville.



🔋 502 km ⌚ 24 min ⚡ 210 kW 🚗 ★★★ 🚘 ★★★

Renault SCENIC E-TECH ICONIC 220 CH/87 KWH

À partir de 52 490 €

16,1/20 | ★★★

Désormais électrique, le Renault Scenic, élu voiture de l'année 2024, se modernise et adopte le dernier cri en matière de connectivité et de système multimédia. Malgré des défauts d'ergonomie, le véhicule se prend facilement en main et son utilisation est aisée. Ses atouts : son habitabilité, son confort et son comportement routier serein. Il offre une belle autonomie de 490 km.



🔋 490 km ⌚ 39 min ⚡ 150 kW 🚗 ★★★ 🚘 ★★★

BYD SEAL RWD DESIGN 313 CH/82,5 KWH

À partir de 46 990 €

16,1/20 | ★★★

Abordable, garantie 6 ans ou 150 000 km, la BYD Seal propose une ergonomie complexe, avec un mélange des genres délicat : de nombreuses touches et un grand écran tactile. Son habitabilité n'est pas au top, surtout à l'arrière. Toutefois, cette routière, bien insonorisée, offre un grand confort de roulage et un comportement routier sain, malgré une direction trop souple.



🔋 405 km ⌚ 39 min ⚡ 150 kW 🚗 ★★★ 🚘 ★★★

MG MG4 ELECTRIC 245 CH/77 KWH

À partir de 39 490 €

15,2/20 ★★

Accessible, la compacte chinoise affiche une belle finition, mais son habitacle est tristounet et un peu étriqué, à l'avant comme à l'arrière. La visibilité est limitée en raison de larges montants qui créent des angles morts. Sa batterie et sa mécanique performantes en font cependant une compacte intéressante. La MG4 passe de 10 à 80 % de charge en 34 minutes, c'est plutôt pas mal.



🔋 443 km ⌚ 34 min ⚡ 144 kW 🚗 ★ 🚘 ★★★

BYD DOLPHIN COMFORT 204 CH/60,4 KWH

À partir de 33 990 €

15,1/20 | ★★

Bien placée en matière de tarif, de finition, de niveau d'équipement, de performances, d'autonomie ou de temps de charge, la Dolphin pêche par son comportement routier. En cause, une direction imprécise et une motricité imposant une attention particulière. Malgré l'écran central, l'ergonomie reste moyenne au vu des multiples commandes à disposition.



🔋 353 km ⌚ 43 min ⚡ 88 kW 🚗 ★★★ 🚘 ★

Peugeot 308 ÉLECTRIQUE GT 156 CH/51 KWH

À partir de 46 250 €

15,1/20 | ★★

La version électrique de la compacte de Peugeot se montre plutôt convaincante à la conduite et présente une tenue de route sécurisante. Confortable et silencieuse, elle dispose d'une très bonne habitabilité. Mais son coffre, peu modulable, manque de volume, et l'accès y est moyen. De plus, si son temps de charge rapide est bon, son autonomie reste moyenne pour le segment.



🔋 347 km ⌚ 29 min ⚡ 100 kW 🚗 ★★★ 🚘 ★★★

À noter : l'autonomie et le temps de charge rapide (de 10 à 80 %) ont été mesurés par Que Choisir.

★★★ très bon ★★ bon ★ moyen
■ médiocre ■■ mauvais

🔋 Autonomie ⌚ Temps de charge ⚡ Puissance maxi, charge rapide
🚗 Habitacle 🚘 Comportement routier

TABLES À INDUCTION

Pour les budgets serrés, des tables de cuisson à induction, commercialisées il y a plusieurs années, rivalisent avec des modèles plus récents. Notre test.

— Par **ANNE-SOPHIE STAMANE** avec **LAURENT BAUBESTE**



Des commandes plus modernes

Une fois n'est pas coutume, notre test de tables de cuisson à induction ne compte pas que des nouveautés. Nous avons aussi retenu des modèles plus anciens, mais de marque, et ayant l'avantage d'afficher un prix inférieur à 500 €. C'est le cas des produits Sauter SPI5361B et Brandt BPI6310B, dans la catégorie des «non extensibles»: basiques, mais nos essais montrent des résultats plus qu'honorables. En plus, ils sont fabriqués en France. Pour les trouver dans le commerce, il faudra regarder sur des sites comme Ubaldi ou Cdiscount, en ayant à l'esprit que l'installation ne sera pas nécessairement proposée.

DES INTERFACES REVISITÉES

Du côté des tables plus récentes, qui constituent tout de même l'essentiel de notre sélection, les changements se concentrent sur la conception du bandeau de commandes.

Les afficheurs simples – de puissance comme de durée – laissent de plus en plus place à des écrans, sensitifs parfois, mais pas forcément. Leur présence donne davantage de latitude, puisqu'ils facilitent l'accès à des programmes automatiques, comme celui pour saisir un aliment ou pour cuire des crêpes ou des pancakes. Mais la taille de l'écran reste assez étreinte, comparée à celle des commandes habituelles qui s'étalent davantage, et demande un peu d'agilité pour s'y faire. Deux modèles, le De Dietrich DPI4450G Motion Control et l'Electrolux EIS67386, illustrent cette évolution. Le premier est plus apprécié en raison de la définition et de la sensibilité de son écran. La rédaction en français des différentes entrées ne gâche rien. Cette référence De Dietrich a aussi une particularité: on peut la faire fonctionner sans avoir à toucher la surface, en effectuant des gestes au-dessus de l'espace de cuisson, comme un chef d'orchestre. Sur le papier, il devient ainsi possible de sélectionner un foyer ou de modifier le niveau de puissance par de simples mouvements de la main – tels qu'un balayage latéral ou encore une élévation de quelques centimètres, par exemple. Mieux vaut s'entraîner à acquérir la bonne chorégraphie, car nos tentatives n'ont pas marché à tous les coups!

DU MIEUX CÔTÉ CONDITIONNEMENT

Nos commandes ont été l'occasion de constater que les fabricants avaient engagé des efforts en matière d'emballages. Les tables de cuisson sont des appareils fragiles, qui imposent une bonne protection. Si le polystyrène semblait jusque-là incontournable pour garantir un transport sans casse, le carton fait des progrès... et c'est une bonne chose, parce qu'il est plus facile à recycler. Ce changement s'accompagne, par ailleurs, d'une modification des références des appareils pour les marques Bosch, Siemens ou Neff. ♦

LE VITROCÉRAMIQUE MAT Un verre révolutionnaire ?

Le verre vitrocéramique mat a fait son apparition, l'an dernier, sur les tables de cuisson, sous le nom SaphirMatt. Il s'agit d'un matériau fabriqué en France par EuroKera. Electrolux, qui vend ce verre comme «révolutionnaire», le propose comme déclinaison d'un de ses modèles en vitrocéramique classique

(EIS624453 dans notre tableau). Parmi ses qualités, il serait plus facile à nettoyer, ce que le panel d'experts que nous avons monté pour notre test confirme. Ce seul avantage justifie-t-il, au-delà d'une éventuelle préférence esthétique, l'actuelle différence de prix constatée de 250 € entre les deux versions ? Nous laissons les utilisateurs en juger...



ALFA7/ADOBE STOCK; T. FRÉDÉRIC 331D



16 TABLES À INDUCTION

SANS ZONE EXTENSIBLE

1	SIEMENS EH631HCB1E	★★	★★★	★★	★★★★	★★	★★	★★★	★★	■	★	15	★★	649	3	Espagne	
2	SAUTER SPI1638SX	★★	★★★	★★	★	★★	★★	★★	★★	★★	★★	14,5	★★	699	3	France	
3	SAUTER SPI5361B	★★	★	★★	★★★★	★★	★	★★	★★	★★	★★	14,1	★★	479	3	France	
4	MIELE KM7360FR	★★	★★	★★	★	★★	★★★★	★	★★	★	★★	13,7	★★	1099	3	Allemagne	
5	BRANDT BPI6310B	★★	★	★★	★★	★★	★	★★	★★★★	★★	★★	13,4	★★	449	3	France	
6	BEKO HII63M	★★	★★★	★	★★★★	★★	★	★	■	■	■	12	★★	399	3	Turquie	

AVEC ZONE EXTENSIBLE

1 DE DIETRICH DPI4332BP	★★★	★★	★	★★★	★★	★★	★★	14,3	★★	849	3	France
2 ELECTROLUX EIS67386	★★★	★★	■	★★	★★	★★★	★★	14,2	★★	849	3	Allemagne
3 BOSCH PVS631HC1E	★★	★★	★	★	★★	★★★	★★	14,1	★★	789	4	Espagne
4 NEFF T66FHE4L0	★★	★★★	★	★	★★	★★★	■	13,7	★★	749	4	Espagne
5 BOSCH PVS611BB6E	★★	★★	★	★	★★	★★★	■	13,5	★★	699	4	Espagne
6 ELECTROLUX EIS62453IZ SAPHIRMATT	★★	★★	★★	★	★★	★	★★	13,3	★★	849	4	Allemagne
7 ELECTROLUX EIS62453	★★	★★	★★	★	★★	★	★★	13,2	★★	599	4	Allemagne
8 SIEMENS EX63RBEB6E	★★	★★	★	★★	★★	★	■	13,1	★★	749	4	Espagne
9 DE DIETRICH DPI4450G MOTION CONTROL	★★	★★	■	■	★★	★★	★★	13	★★	1299	4	France
10 ELECTROLUX EIV64453	★★★	★★	★★	■	★★	★	★★	13	★★	649	4	Allemagne

★★★ très bon ★★ bon ★ moyen ■ médiocre ■■ mauvais



SANS ZONE EXTENSIBLE



Siemens EH631HCB1E

649 € 15/20 | ★★

Montée en température, utilisation à petit feu ou à pleine puissance : cette table a relevé tous les défis. Ajoutons pour compléter une bonne homogénéité de cuisson et une consommation électrique maîtrisée. Seul défaut à signaler, le niveau sonore. La programmation des minuteries est simple une fois prise l'habitude de jongler entre l'afficheur de chaque zone et la commande centrale. En vente chez Darty.



SANS ZONE EXTENSIBLE



Sauter SPI1638SX

699 € 14,5/20 | ★★

Hormis une faiblesse quand les trois zones chauffent plein pot en même temps, nos exigences sont satisfaites. Les réglages de puissance ou de durée sont aisés, puisqu'il suffit de sélectionner la zone concernée. La sonde est un vrai plus : la cuisson s'ajuste automatiquement au programme voulu (réchauffage, cuisson sous vide, ébullition, etc.) ou à la température paramétrée manuellement. Chez Darty ou Boulanger.



AVEC ZONE EXTENSIBLE



De Dietrich DPI4332BP

849 € 14,3/20 | ★★

Quelle que soit la cuisson demandée, ce modèle répond au doigt et à l'œil. Seule l'homogénéité n'est pas totale, et encore, juste sur la zone modulable. Sans indications textuelles sur les touches, avec seulement des chiffres et des symboles, utiliser les commandes et les réglages nécessite un temps de familiarisation. L'écran, qui n'est pas tactile, donne une vue détaillée des cuissons en cours.

POMPES À CHALEUR AIR-EAU

Ce que les vendeurs taisent trop souvent

Ces installations vous assureront des économies d'énergie, mais n'en attendez pas trop. Et certains modèles se montrent très bruyants.

— Par **BORIS CASSEL** avec **AISSAM HADDAD**

Après une décennie de croissance folle, les ventes de pompes à chaleur (PAC) air-eau subissent un coup de froid sans précédent: -14% (306 534 appareils installés) en 2023 par rapport à 2022, selon les données d'Uniclima, le lobby du secteur. Et même -46% de janvier à août 2024 comparé à la même période de l'année précédente. Les raisons de ce retournement sont multiples: instabilité des aides publiques (dont les conditions d'octroi de MaPrimeRénov'), crise de la construction, mauvaise réputation des professionnels... Dans ce contexte, certains commerciaux vous promettent monts et merveilles pour vendre leurs produits. Pour contrebalancer leur optimisme débordant, nous avons mesuré les performances de huit modèles lors des derniers mois. En se fondant sur ces résultats, sur notre expérience et sur quelques études, voici les points à garder en tête lorsque vous vous préparez à investir dans une pompe à chaleur.

1 Qu'est-ce qu'une PAC ?

De nombreux types de pompes à chaleur existent. Les plus connues et les plus vendues (910 420 unités écoulées en 2023) sont celles dites «air-air». Ce sont, ni plus ni moins, des climatiseurs aussi capables de produire de l'air chaud. Lorsque l'on parle de pompe à chaleur, on évoque en réalité plutôt les PAC conçues pour se substituer à une chaudière. Il peut s'agir de pompes à chaleur géothermiques – qui extraient la chaleur du sol mais sont plus complexes (3 517 ventes en 2023) – ou, le plus souvent, de modèles «air-eau», qui captent des calories dans l'air extérieur pour chauffer l'eau circulant dans le réseau de chauffage d'une maison. Ce sont ces PAC-là que nous avons testées. Très chères (comptez plusieurs milliers d'euros), elles



sont toutefois plébiscitées depuis des années pour leur rendement et leur facilité d'installation. Dans les constructions neuves, elles peuvent alimenter un plancher chauffant. En rénovation, elles se substituent aux chaudières à gaz.

2 Isoler avant d'acheter, quelle que soit l'installation

Une PAC comporte au minimum un bloc installé en extérieur (modèle monobloc), qui peut s'accompagner d'une seconde unité à poser à l'intérieur de la maison (version split). Dans les deux cas, elle puise dans l'air extérieur des calories qu'elle utilise pour augmenter la température de l'eau circulant dans le réseau de chauffage du logement. Plus il faut chauffer l'eau, plus la pompe fournit d'efforts et consomme d'électricité. Or, note l'Agence de la transition écologique (Ademe), la température de l'eau circulant dans le réseau «*dépend des besoins thermiques du bâtiment, donc* >>>

Des prix très variables



8 PAC AIR-EAU

prix très variables	EFFICACITÉ ANNUELLE	BRUIT	IMPACT ENVIRONNEMENTAL (maintenance, gaz...)				FACILITÉ D'UTILISATION	APPRECIATION GLOBALE	RADIATEUR À 55 °C		(FF = fluide frigorigène; H = hydraulique)		Gaz réfrigérant	Pays d'origine		
									PRX INDICATIF (avec ou sans options)		Consommation électrique annuelle: Bruit (unité extérieure / unité intérieure)					
									climats froids / tempérés / chauds	climats froids / tempérés / chauds	climats froids / tempérés / chauds	climats froids / tempérés / chauds				
									€	kW	€	db(A)				
1	ARISTON NIMBUS COMPACT 50 M NET R32	★★★★	★★	★	★	★	★★	■	15,1 ★★	12960	8 6 3	1685 840 258	55/35	H	R32	Italie et Chine
2	LG THERMA V (HU091MR U44)	★★★★	★	★	★	★★	★★	■ ■	14,1 ★★	4446	7 6 9	1886 959 673	60/44	FF	R32	Corée
3	SAMSUNG EHS MONO HT QUIET	★★★★	★	★	★★	★★★★	★	■ ■	13,7 ★★	7535	10 10 10	1677 1459 681	56/n.p.	n.p.	R32	Chine
4	TOSHIBA ESTIA R32 (HWT-601HW-E)	★★★★	★	■	★	★★	★★	■ ■	13,6 ★★	7022	3 6 5	697 874 382	65/40	FF	R32	Pologne
5	MITSUBISHI ELECTRIC PUZ-WM85VAA + ERPT20X-VM2DR1	★★★★	★	★	★	★	★	■ ■	13,1 ★★	9300	5 9 9	1112 1220 701	58/40	H	R32	Royaume-Uni
6	MITSUBISHI ELECTRIC PUZ-SWM80YAA + ERST20F-YM9E	★★	★	★	★	★★	★	■ ■	12,9 ★★	9425	8 8 8	1711 1241 632	55/41	FF	R32	Turquie et Royaume-Uni
7	VAILLANT AROTHERM PLUS VWL 85/6 A 230V S3 + VWZ MEH 97/6	★★	★	■	★	★★	★★	★★★★	12,1 ★★	15535	6 6 7	1198 1010 597	49/29	H	R290	Allemagne
8	ARISTON NIMBUS POCKET 50 M NET R32	★★	■	■	★	★	★★	■	10,7 ★	9299	7 5 2	1492 698 225	55/31	H	R32	Italie et Chine

★★★ très bon ★★ bon
★ moyen ■ médiocre
■■ mauvais n.p.: non présent

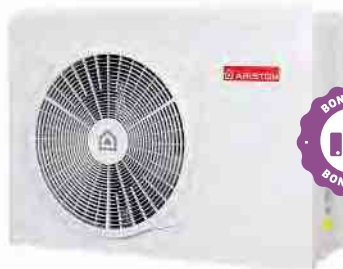
SILENCE Le mode « silence » réduit la charge de la pompe à chaleur et peut compenser la demande avec la résistance électrique.

IMPACT ENVIRONNEMENTAL
Il tient compte du type et de la quantité de gaz, ainsi que du raccordement entre les unités.

COMMENT NOUS TESTONS



Réalisé en laboratoire, notre essai reproduit le fonctionnement du chauffage central d'une petite maison équipée de radiateurs à eau chaude (circulant à 55 °C). Nous avons confronté les pompes à chaleur à différentes températures extérieures (-15, -7, -2, 2, 7 et 12 °C), à taux d'humidité contrôlé. Objectif (qui s'étale sur 24 heures) : relever leur rendement dans des climats typiques (froid, tempéré, chaud) des régions françaises. Par ailleurs, le bruit des PAC a été mesuré lorsque les machines tournaient à plein régime, puis en activant la fonction « silence ». Enfin, un jury a évalué leur facilité d'utilisation.



Ariston HYDRO-SPLIT NIMBUS COMPACT 50 M NET R32

12 960 € **15,1/20 | ★★**

Cette pompe à chaleur est très adaptée aux climats tempérés et chauds. L'appli (sous Android ou iOS) s'est révélée simple – avec, par exemple, la planification des horaires du chauffage ou sa mise en route juste avant le retour à la maison (via la géolocalisation du smartphone). Notons que cette Ariston est un couteau suisse : elle peut rafraîchir l'air et produire de l'eau chaude sanitaire grâce à son ballon intégré (180 litres). Cependant, comme d'autres, cette PAC n'est pas silencieuse quand on avoisine les -7°C .



LG THERMA V H U091MR U44

4446€ **14,1/20 | ★★**

La Therna V est parfaitement adaptée aux régions françaises les plus chaudes, celles où le thermomètre ne descend quasiment jamais sous 0 °C. Lorsque les températures basculent sous - 2 °C, son appoint électrique (énergivore) s'enclenche. Assez simple d'utilisation, ce modèle est, hélas, très bruyant à pleine puissance. Sa note environnementale pâtit de la présence de gaz frigorigène R32 (plus polluant que le R290) dans les tuyaux de connexion entre les unités.



Une fois installée,
une PAC doit
être révisée tous
les deux ans.

>>> de son niveau d'isolation et du dimensionnement des radiateurs». D'où l'intérêt d'isoler son habitat avant de changer sa chaudière, ce qui «permettra, notamment, de diminuer la taille de la pompe à chaleur et les coûts d'investissements associés».

3 Une efficacité énergétique à relativiser

Pour comparer l'efficacité des pompes à chaleur, et donc les économies potentielles qu'elles permettent, il faut connaître leur coefficient de performance (COP). Cet indicateur, fourni par les marques, mesure le rendement énergétique – la quantité d'énergie restituée sous la forme de chaleur rapportée à la consommation électrique de la chaudière. Les constructeurs évoquent des COP de 3, voire de 4 pour certains appareils. Le hic, c'est que nos mesures en laboratoire, réalisées avec un protocole différent de celui des fabricants, ne sont pas aussi optimistes. Les indicateurs sont certes supérieurs à 1, mais ils restent bien inférieurs à ceux annoncés pour chaque produit. Autrement dit, les économies potentielles sont réelles par rapport à un chauffage électrique (COP de 1), mais bien moins importantes que celles vantées dans les documentations.

4 Peu d'économies quand il fait froid

Commençons par évacuer un a priori sur les pompes à chaleur. Non, les nouveaux modèles ne s'arrêtent pas de fonctionner quand les températures extérieures sont négatives. Mais, lorsque le thermomètre plonge, les économies s'évaporent bel et bien. En effet, le COP est sensible au temps qu'il fait. Aux alentours de -2 °C, les PAC peinent à extraire les calories de l'air ambiant. Elles peuvent alors enclencher un appoint électrique. La mise en route de cette résistance (un chauffage) réduit considérablement l'intérêt économique de la pompe à chaleur, voire l'annule... À méditer si vous habitez dans une zone où les nuits fraîches et humides sont légion.

5 Des « accessoires » non fournis

Certaines références ne sont pas livrées avec l'ensemble des pièces nécessaires à leur fonctionnement optimal ! Si les cas d'oubli de la notice d'utilisation ou de connecteurs ont pu être facilement corrigés, la surprise a été de taille pour nos laborantins lorsqu'ils ont découvert l'absence de l'appoint électrique sur quelques modèles. Vérifiez donc ce détail avec votre installateur dès la rédaction du devis. Au passage, demandez-lui également de préciser l'existence d'une télécommande de programmation ainsi que d'un kit de connexion à distance.

6 Un budget de maintenance non négligeable

Une PAC air-eau nécessite de l'entretien. Le décret 2020-912 du 28 juillet 2020 oblige les particuliers à faire réviser leur pompe à chaleur de plus de 4 kW au moins une fois tous les deux ans par un professionnel. Que comporte, a minima, cette maintenance ? Un contrôle d'étanchéité du circuit de fluide frigorigène, une vérification, un réglage et, si nécessaire, un nettoyage du système thermodynamique. À l'issue de la procédure, le technicien vous remet une attestation d'entretien. Attention, lorsqu'il s'agit d'une maison, cette opération est à «l'initiative de l'occupant, sauf stipulation contraire du bail», précise le texte. Il vous en coûtera plus d'une centaine d'euros à chaque fois. Si vous préférez la tranquillité, la plupart des vendeurs proposent ce service dans le cadre d'un contrat de maintenance, plus large (visites plus fréquentes, accès à un service de dépannage, ristournes sur les pièces, etc.), mais aussi plus cher. Pour une meilleure efficacité, pensez à effectuer un désembouage (nettoyage) de votre réseau de chauffage.

7 Plus petite est la PAC, plus fort sera le bruit !

Les pompes à chaleur ont le double désavantage d'être à la fois imposantes et bruyantes. Selon les données fournies par les constructeurs, certaines peuvent émettre jusqu'à 65 décibels en extérieur, soit l'équivalent de l'ambiance sonore de l'habitacle d'une voiture. L'essentiel de ces nuisances provient de la vitesse de rotation du ventilateur. On pourrait imaginer que les appareils de taille modeste soient les moins bruyants. Malheureusement, c'est tout l'inverse ! Plus une PAC est petite, moins elle a de surface d'échange calorifique, et plus elle doit activer son ventilateur pour faire circuler de l'air. En toute logique, pour disposer d'une installation silencieuse, il vaut mieux parier sur un modèle de grande taille.

8 L'instabilité des subventions

Attention, le contexte politique actuel fait planer une véritable incertitude sur la pérennité des aides publiques de soutien à la rénovation énergétique et sur leurs conditions d'octroi. Avant de souscrire, vérifiez au préalable votre éligibilité auprès des conseillers France Rénov'. ♦



TESTÉ ailleurs

Pendant ce temps, nos homologues étrangers mènent leurs propres essais comparatifs.

Suisse J'AI SKI TE FAUT

Dix casques de ski testés, et un seul à éviter, selon nos confrères de **Ktipp** et **Kassensturz** : le modèle Arber de chez Alpina, qui protège moins bien que les autres lors des impacts. Les meilleurs : le Stance d'Uvex (80 €) et le Salomon Brigade (120 €). Bonne nouvelle : le Wedze PST 500 de Decathlon, moins cher (35 €), protège bien aussi.



Espagne DU POISSON ? PAS SÛR

« Une pâte de poisson broyé et transformé, à laquelle on ajoute des arômes et des additifs pour lui donner du goût, le tout accompagné d'une grande quantité d'amidon. » La définition du surimi, rappelée par **OCU**, coupe l'appétit ! D'autant qu'il contient du gras, mais sans le bénéfique oméga 3, des glucides et peu de protéines... Rien n'empêche d'en consommer, mais comme une gourmandise et non du poisson, conseillent nos confrères espagnols.



Allemagne MOUSTIQUE AFFECT

Qu'ils nous agacent, ces moustiques, à nous tourner autour l'été... Et pourtant, sans eux, nous serions probablement privés de chocolat ! C'est ce qu'explique **Öko-Test**, dans le cadre d'un comparatif de 21 tablettes. Leur rôle : polliniser les fleurs du cacaoyer pour qu'elles se transforment en cabosses de cacao mûres.



Danemark PAS DE BONNE SOUPE...

... Sans un bon mixeur plongeant ! D'autant que, lorsque les accessoires sont livrés, cet appareil est multitâche. **Tænk** a sélectionné une trentaine de modèles et les a mis à l'épreuve d'une purée de légumes, de smoothies, d'une mayonnaise, d'une crème fouettée. Le meilleur, signé Bosch (M66020) et disponible en France, est aussi l'un des moins chers : il coûte 45 €.

Portugal SHAMPOING AU POIL

Les nettoyeurs pour chiens ne doivent contenir aucune substance dangereuse ni pour les canidés, ni pour les humains qui les lavent, ni pour l'environnement. Hélas, **Deco Proteste** dresse un constat inquiétant : plus du tiers des références analysées (5 sur 13) sont jugées mauvaises. Le Douxo S3 de 200 ml (11,50 €), qu'on trouve en France, fait partie des bonnes.



QUE CHOISIR

Toujours disponible sur **QUECHOISIR.ORG**



SMARTPHONES

La gamme des Google Pixel 9 (dont les 9 Pro, 9 Pro XL et 9 Pro Fold – premier pliable de la marque) rejoint notre test : que valent-ils ? **268 téléphones analysés**



IMPRIMANTES

Nous avons calculé le coût d'usage et la qualité d'impression de modèles multifonctions à jet d'encre et de quelques laser. Qui savent aussi scanner et copier. **39 machines testées**



CAFETIÈRES EXPRESSOS

Entre les automatiques à broyeur et celles à capsules ou à dosettes, nous avons évalué les performances de machines hybrides avec percolateur. **15 références au banc d'essai**



LAVE-LINGE

Ceux à chargement frontal sont au cœur de notre test. Mais si vous cherchez un top, un grand format ou, au contraire, un « slim », vous trouverez aussi ! **Près de 190 modèles passés en revue**

QUE CHOISIR

Plus de 225 tests sur **QUECHOISIR.ORG**

Des mises à jour en continu

Et les caractéristiques des produits pour trouver celui adapté à vos besoins

Des guides d'achat

Et tous nos conseils et décryptages pour bien choisir

- ALIMENTATION ● HIGH-TECH
- ÉLECTROMÉNAGER ● ÉNERGIE
- AUTO ● MAISON ● TOURISME
- SANTÉ ● BIEN-ÊTRE

QUE CHOISIR

QUECHOISIR.ORG

Votre guide conso au quotidien



MÉDECINE

Les femmes dans l'angle mort

La santé des femmes a, jusqu'à une date récente, été laissée dans l'ombre par les chercheurs et les médecins. Pourtant, la prévalence des maladies, les symptômes, l'efficacité et l'innocuité des traitements peuvent différer sensiblement selon le sexe.

— Par **FABIENNE MALEYSSON**

« *J*e suis désolée, mais vous n'aurez pas grand-chose à vous mettre sous la dent. Je n'ai pas de notion de symptôme, traitement ou autre qui diffère en fonction du genre. » La réponse de cette jeune fille après six ans d'études de médecine en dit long sur l'indifférence qui entoure la distinction entre hommes et femmes en matière de santé. Nous qui l'avions sollicitée pour savoir si l'enseignement avait évolué ces derniers temps en avons été pour nos frais. Que les futurs soignants ne soient pas sensibilisés à cette question a de quoi surprendre. Car les organismes des personnes des deux sexes sont à l'évidence dissemblables, et ce constat est loin de se réduire à des aspects visibles à l'œil nu, comme les tailles et poids moyens, les organes reproducteurs ou la pilosité. Portant des paires de chromosome XX pour la population féminine, XY pour la masculine, chacune de nos cellules en atteste: nous ne sommes pas tous faits sur le même modèle! Autre divergence fondamentale, le système hormonal. Chez les unes, ce sont les œstrogènes et la progestérone qui priment; chez les autres, les androgènes, parmi lesquels la testostérone. Sur ce plan, la vie des femmes prend

des contours changeants, avec les variations liées au cycle menstruel, les éventuelles grossesses et la contraception, puis, plus tard, la ménopause.

Quand la recherche néglige le sexe faible

En dépit de cette réalité, la santé de tous et toutes a, pendant des lustres, été pour l'essentiel envisagée comme si ces différences n'existaient pas. C'était notamment le cas dans le monde de la recherche, grâce auquel les connaissances sur les maladies et les traitements progressent constamment. Le statut du «sexe faible» a longtemps pu expliquer qu'on ne songe pas à s'en préoccuper. Par la suite, d'autres considérations ont conduit à exclure ces dames des protocoles. Délivré aux femmes enceintes au détour des années 1960, un antinauséux, le thalidomide, a provoqué des malformations chez leurs bébés. Quant au Distilbène, utilisé pendant une trentaine d'années, il n'en finit pas de faire des dégâts sur la descendance de celles à qui on en a prescrit pendant leur grossesse. De quoi alerter les expérimentateurs sur les potentialités nocives pour l'embryon des médicaments qu'ils testaient. Et, comme toutes les femmes en âge de procréer risquaient, à leurs yeux, de se retrouver enceintes⁽¹⁾, ils les ont «blacklistées» dans la plupart des essais. La conséquence est double: non seulement ce choix a privé de précieuses informations sur la santé féminine

Sur 172 traitements approuvés entre 2000 et 2010, le risque de malformation du fœtus est indéterminé pour... 168 d'entre eux



Les inclure complexifiant le travail, les patientes ont été blacklistées des essais cliniques.

pour cette raison. On craint que le stade où elles en sont dans leur cycle influence les résultats et que ça les fausse. Mais c'est un raisonnement complètement empirique, et qui ne repose pas sur des constats bien étayés, relève Sophie Gautier, chercheuse en pharmacologie dans une unité spécialisée en neurosciences de l'Institut national de la santé et de la recherche médicale (Inserm). D'ailleurs, selon une synthèse de près de 300 publications en neurosciences, il n'y a pas plus de variabilité, quels que soient les paramètres étudiés, au sein du groupe des femelles que dans celui des mâles.» Pas de raison, donc, d'exclure celles-ci par principe... Et, dans les cas où des arguments laissent supposer que le cycle des femmes interfère avec l'efficacité ou la tolérance des médicaments qu'on leur délivre, fermer la porte des labos aux femelles revient à se voiler la face. «Certes, cela complexifie le travail de regarder selon la phase du cycle: il faut plus de sujets, plus de prélèvements, plus d'analyses. Toutefois, si l'on a de bonnes raisons de penser que cela a une influence, on doit le prouver scientifiquement», estime Angèle Gayet-Ageron, professeure associée à la faculté de médecine de Genève, qui appuie les chercheurs dans la conception de leurs études.

Comme de plus en plus de scientifiques, l'experte plaide pour que l'on cesse de faire l'impasse sur les particularités de chaque sexe. Car, «dans la vraie vie», une évidence se dessine de plus en plus clairement: hommes et femmes ne sont pas égaux face à la maladie. Sur le risque de survenue de certaines pathologies, la balance penche, selon les cas, d'un côté ou de l'autre. Au-delà des affections gynécologiques qui leur sont évidemment propres, les femmes sont, par exemple, plus souvent touchées par la plupart des maladies auto-immunes (lire l'encadré p. 48), les troubles thyroïdiens (six fois plus que les hommes), les migraines >>>

en général, mais il a fait de la grossesse une *terra incognita* pour la quasi-totalité des médicaments. Selon un bilan portant sur 172 traitements approuvés entre 2000 et 2010, le risque de malformation du fœtus est indéterminé pour... 168 d'entre eux. Même «punition» concernant les femmes ménopausées, car la mise à l'écart a été, en pratique, étendue à tous les âges. On s'est donc privé de connaissances sur une période de la vie et un statut hormonal qui concernent pas moins de 40% des Françaises.

Prendre en compte les particularités

Plus surprenant, avant même le stade clinique, lors de l'expérimentation animale, les femelles, elles aussi, ont été bien souvent mises sur la touche. Si le risque de fécondation peut aisément être maîtrisé, ce sont les fluctuations hormonales au cours du cycle qui ont longtemps justifié cette option. «L'habitude a été prise de ne pas utiliser de femelles

>>> (deux à trois fois plus, et certaines d'entre elles constituent un facteur de risque cardiovasculaire), les infections urinaires (20 à 40 fois plus!), etc. En revanche, elles souffrent moins de la très grande majorité des cancers – et en meurent moins lorsqu'elles en sont atteintes. Mais l'évolution de la maladie et la réaction aux traitements n'épousent pas forcément les mêmes contours que chez leurs compagnons. À ce propos, une équipe de chercheurs américains déploraient récemment que, «malgré leur importance connue en médecine clinique, les différences basées sur le sexe et le genre [fassent] partie des facteurs les moins étudiés affectant la susceptibilité au cancer, sa progression, la survie et la réponse thérapeutique».

Un cri d'alarme a été lancé

Si ces derniers évoquent la réaction aux traitements anticancéreux, c'est qu'il est désormais établi qu'il existe, là aussi, des inégalités. «Plusieurs études suggèrent une meilleure réponse des hommes à l'immunothérapie», précise Jean-Charles Guéry, immunologiste à l'Inserm. Et, quelle que soit l'option thérapeutique (chimiothérapie ou autre), le risque d'effets secondaires est accru d'un tiers chez les femmes. La cancérologie n'est pas une exception; d'une manière générale, les organismes des unes et des autres ne «gèrent» pas forcément les médicaments de la même façon. Poids moyen, répartition entre muscles et graisses, temps de transit et autres paramètres physiologiques liés au sexe pourraient exercer une influence sur l'efficacité de certains médicaments et leurs effets secondaires. Cependant, comme la pharmacologie reste l'un des domaines de la recherche où la place des femmes et des femmes est réduite à la portion congrue, les connaissances

Le risque d'effets secondaires des thérapies anticancer est accru d'un tiers chez les femmes

demeurent malheureusement parcellaires. «On en est toujours à raisonner à partir d'une personne virtuelle qui est un homme de 70 kg pour définir la posologie de chaque spécialité», déplore Sophie Gautier. C'est peu pertinent, en particulier pour les médicaments à «marge thérapeutique étroite», dont la dose efficace est proche de la dose toxique. En ce qui concerne les vaccins, la réponse des femmes est, pour nombre d'entre eux, meilleure. Cependant, elles développent aussi davantage d'effets secondaires. Pour autant, la perspective de délivrer des doses adaptées n'est pas (encore) envisagée.

Notons toutefois que les pratiques en vigueur dans les laboratoires ont récemment évolué, sous l'influence des changements sociétaux et surtout parce que, au sein même du monde de la recherche, des voix se sont élevées pour réclamer qu'elles correspondent davantage à la réalité. «Un véritable cri d'alarme a été lancé pour dire: arrêtons d'extrapoler abusivement les données. Il ne faut plus partir du postulat que ce qui a été observé chez les hommes est forcément juste chez les femmes, mais le prouver ou l'infirmier», retrace Angèle Gayet-Ageron.

Depuis quelques années, les deux sexes sont plus équitablement représentés. Cependant, la bataille n'est pas gagnée, loin de là. Selon une analyse de plus de 700 publications dans des domaines variés – pharmacologie, immunologie, endocrinologie, neurosciences... –, l'inclusion des femmes ou des femmes, qui concernait un gros quart des recherches en 2009, se vérifiait sur la moitié d'entre elles en 2019. Une belle progression, mais qui laisse encore beaucoup de marge. D'autant que moins de 50% de ces «bons élèves» analysaient leurs résultats selon le sexe. >>>

DIFFÉRENCES HOMMES-FEMMES Au-delà du sexe biologique

Si la biologie a son importance, les particularités liées au sexe et susceptibles d'influer sur la santé ne s'y réduisent pas. Ainsi, la population féminine est plus touchée par la précarité: elle représente 70 % des travailleurs pauvres et 85 % des familles monoparentales. Des situations qui compromettent le respect des recommandations en matière de prévention – nutrition, activité physique –

et sont souvent imbriquées avec des déterminants psychiques. Les conséquences sont potentiellement graves. Ainsi, une vaste étude européenne a démontré que les «facteurs psychosociaux» réunissant la dépression, le stress, les événements marquants de la vie et l'impression de ne pas maîtriser le cours de son existence pesaient davantage que le tabac ou l'obésité dans le risque

de survenue d'un infarctus, et ce uniquement chez les femmes. Lesquelles ont aussi un rapport à la santé différent de leurs compagnons. En cas de symptômes laissant supposer une crise cardiaque, elles ont tendance à attendre plus longtemps (37 minutes de plus, selon une étude suisse) avant d'appeler les secours, dans un contexte où chaque minute compte. Des facteurs sociétaux entrent également

en jeu. Par exemple, le diktat de la minceur touche bien davantage les femmes. Pour s'y conformer, certaines entreprennent des régimes successifs dont les effets nocifs ont été maintes fois pointés par les autorités sanitaires. D'autres recourent à des pilules miracles, potentiellement toxiques: le Mediator était souvent prescrit dans un objectif d'amaigrissement, et très majoritairement à des femmes.

MALADIES CARDIOVASCULAIRES

Une menace sous-estimée

On pense encore que les affections cardiovasculaires, et notamment l'infarctus, touchent avant tout les hommes. À tort. Les femmes sont elles aussi concernées.

Plus 5% par an: la progression des hospitalisations pour infarctus du myocarde chez les femmes autour de la cinquantaine est assez spectaculaire pour être qualifiée de «*préoccupante*» par Santé publique France. Pourtant, dans l'imaginaire collectif, et dans celui de certains professionnels de santé qui en sont restés aux notions acquises dans leur jeunesse, l'infarctus demeure une maladie typiquement masculine. Un schéma qu'il est d'autant plus important de nuancer que les symptômes féminins peuvent s'avérer atypiques: au lieu de l'emblématique douleur dans la poitrine irradiant vers le bras gauche et la mâchoire, il arrive que des signes digestifs, un mal de dos aigu ou une sensation d'oppression prédominent.

Des médecins qui passent à côté

Les femmes, et même les médecins, ne le savent pas toujours. On ignore aussi généralement que si ces dernières succombent moins souvent à un infarctus que les hommes, elles meurent davantage d'autres causes liées à l'appareil circulatoire, comme l'insuffisance cardiaque, l'arythmie ou l'accident vasculaire cérébral. Par ailleurs, certaines pathologies de la sphère cardiovasculaire leur sont spécifiques. Elles représentent ainsi 9 cas sur 10 de dissection spontanée de l'artère coronaire, une forme d'infarctus dont la recherche s'est désintéressée jusqu'à une date récente. Même proportion avec le «*syndrome du cœur brisé*», conséquence potentiellement grave d'un stress intense. Quant à l'artérite



Signes digestifs, douleur dorsale aiguë, oppression... les symptômes féminins de l'infarctus sont parfois atypiques.

(obstruction des artères des jambes), elle met parfois du temps à être repérée: «*Les médecins passent souvent à côté chez les patientes, car ils pensent que c'est un problème typiquement masculin*», remarque Claire Mounier-Véhier, professeure de médecine vasculaire au CHU de Lille et cofondatrice de Agir pour le cœur des femmes. *Il n'est pas rare d'en voir qui sont traitées depuis des mois pour une sciatique diagnostiquée à tort.*»

Les facteurs de risque s'accumulent

Que les femmes soient fréquemment touchées par les maladies cardiovasculaires n'a rien d'étonnant, car elles cumulent les facteurs de risque. À consommation égale de tabac, elles sont plus exposées à ces pathologies, avec une différence de 25% en leur défaveur. Surtout, leur «*vie hormonale*» joue à plein. La grossesse induit parfois des soucis qu'on croit temporaires (prééclampsie, hypertension gravidique, diabète

gestationnel), mais qui font le lit de ces troubles. La contraception œstroprogestative n'a rien d'anodin, elle est même contre-indiquée après 35 ans en cas de surpoids, tabagisme ou diabète, et les médecins n'en tiennent pas toujours compte. «*Les cancers du sein ne sont malheureusement pas rares et certains traitements affectent le muscle et les valves cardiaques*», ajoute Claire Mounier-Véhier. *Enfin, après la ménopause, le risque devient similaire à celui des hommes à cause de la chute des œstrogènes protecteurs. La prise de poids, l'hypertension artérielle, l'épaississement des artères, mais également les troubles du sommeil qui peuvent survenir à cette période vont favoriser les maladies cardiovasculaires.*» Une alimentation variée, essentiellement végétale, et surtout une activité physique régulière aident à les prévenir. Quant au stress, qui pèse aussi de tout son poids, il est possible d'apprendre à le gérer par des pratiques spécifiques (relaxation, yoga, méditation), faute de pouvoir toujours s'en prémunir.

>>> L'intérêt majeur de la démarche était par conséquent annihilé. Angèle Gayet-Ageron, qui conseille des équipes dans l'élaboration des protocoles, le confirme: «*Nous faisons très régulièrement des remarques sur l'absence de planification d'analyses selon ce critère. Or, il est très important de les mener, car si les hommes répondent extrêmement bien à un traitement alors que chez les femmes, il n'est pas très efficace, le résultat moyen sera tout de même positif.*» Hélas, cette pratique est loin d'être entrée dans les mœurs. Selon un recensement mené en 2021 et portant sur plus de 4000 publications au sujet du Covid-19, moins de 10% d'entre elles s'attachaient à différencier les constats par sexe. Encore s'agissait-il essentiellement d'études d'observation. Les essais de médicaments, eux, ne mentionnaient cette variable comme objet d'attention que dans... 1,3% des cas!

Sensibiliser les futurs praticiens

Les choses ne bougent donc que lentement, mais en voyant le verre à moitié plein, on se dira qu'elles avancent tout de même. Plusieurs rapports émanant d'instances officielles, au premier rang desquelles la Haute autorité de santé, ont récemment insisté sur la nécessité de s'emparer du sujet. Sur le terrain, les esprits commencent à s'ouvrir. «*Lorsqu'il y a 15 ans, aux Journées européennes de cardiologie, je propo-*

sais une session consacrée à la santé cardiovasculaire au féminin, on me regardait avec des yeux ronds en réduisant cela à du militantisme féministe, se souvient Claire Mounier-Véhier, professeure de médecine vasculaire au CHU de Lille. C'est moins le cas à présent.»

Pour celle qui parcourt la France avec son association Agir pour le cœur des femmes et ses autobus

proposant des dépistages gratuits, le diable se cache parfois dans les détails: «*Les mannequins sur lesquels s'entraînent les étudiants en médecine à qui j'enseigne sont tous... masculins. Je leur fais remarquer que non seulement les femmes ont de plus en plus d'infarctus, mais qu'il faut savoir et oser les masser, même si elles ont des seins!*» Et c'est autant de futurs médecins sensibilisés à la question. De même pour leurs congénères suisses, élèves d'un professeur sexagénaire, qui confie: «*Avant, j'utilisais des dessins d'hommes qui se tiennent la poitrine pour représenter la douleur thoracique. Actuellement, je m'en sers pour montrer le risque de biais de genre*» (lire l'encadré p. 47). Reste à généraliser cette sensibilisation. À l'heure où la médecine personnalisée est présentée comme une voie d'avenir, il serait inconcevable de laisser dans l'ombre une caractéristique aussi distinctive que le sexe des patients. ♦

(1) Alors que, dans certaines situations, ce risque est très faible, voire nul: contraception rigoureusement suivie, stérilité, absence de rapports hétérosexuels.

Les particularités de la santé cardiaque au féminin sont restées longtemps ignorées

IMMUNITÉ Efficace... parf

Les trois quarts des personnes souffrant de sclérose en plaques sont des femmes. La proportion monte à 85% pour le lupus érythémateux. Et la polyarthrite rhumatoïde les touche trois fois plus que les hommes. Bref, les maladies auto-immunes en général les ciblent plus volontiers. C'est le revers de la médaille, car elles ont un système immunitaire globalement plus performant: elles résistent mieux aux infections et leur réponse aux vaccins est plus efficace. On l'a vu notamment avec le Covid-19, leur taux d'anticorps décroît moins vite que chez l'homme, que ce soit après une infection ou une injection. Malheureusement, cette efficacité demeure quand il s'agit de se retourner contre son propre organisme, comme dans les maladies auto-immunes. Ou de surréagir à l'encontre de substances normalement inoffensives, mécanisme à l'œuvre en cas d'allergie: l'asthme est ainsi deux fois



QUEST FRANCE/MAXPPP

ois trop !

plus fréquent, mais aussi plus sévère chez les femmes. L'explication tient à la fois à des causes génétiques et hormonales. Leur chromosome X, présent en double exemplaire, est particulièrement riche en gènes liés aux fonctions immunitaires, et des « bugs » font parfois que certains ne sont pas inactivés lorsqu'il le faudrait. Quant aux œstrogènes, ils boostent l'immunité, alors que les androgènes ont tendance à l'inhiber. « Quand, il y a 20 ans, on s'est mis à travailler avec mon équipe sur les raisons des dissemblances entre les sexes dans la réponse immunitaire, nos collègues nous ont regardés avec perplexité, comme si nous accordions trop d'importance à un épiphénomène, se souvient Jean-Charles Guéry, immunologiste à l'Inserm, chef du groupe Différences liées au sexe dans l'immunité. Aujourd'hui, on en parle dans tous les colloques. » Un premier pas, peut-on espérer, vers une adaptation des traitements.



Les femmes ayant souffert de diabète durant leur grossesse ont 7 à 10 fois plus de risque de développer la maladie à terme.

ENDOMÉTRIOSE

La fin de l'indifférence

Si les patientes n'avaient pas pris le taureau par les cornes, l'endométriose serait restée dans l'ombre. Pourtant, il ne s'agit en rien d'une maladie rare: on estime que 1 femme sur 10 en est atteinte. À la clé, toute une panoplie de douleurs, parfois insoutenables, notamment – mais pas seulement – dans la région pelvienne, pendant les règles et au cours des rapports sexuels. C'est aussi la première cause d'infertilité en France: la moitié des cas de stérilité féminine y serait liée. Sur le silence qui a longtemps entouré la maladie, de nombreuses explications ont été avancées. Tabou des règles, idée ancrée selon laquelle il est normal de souffrir pendant cette période, lésions parfois invisibles à l'imagerie, absence de relation entre leur taille et l'intensité de la douleur incitant à ne pas prendre les plaintes au sérieux...

Le mécanisme aussi restait obscur, il commence tout juste à être mieux cerné. Chercheuse à l'Institut Cochin, Ludivine Doridot a voulu contribuer à améliorer les connaissances, « même si, au sortir de ma thèse, en 2013, on m'a dissuadé de m'intéresser à la santé des femmes, au motif que ce n'était pas financé et que ma carrière risquait d'en pâtir ». En analysant le sang menstruel des patientes atteintes, elle tente de comprendre certains ressorts de la pathologie. Une vingtaine d'autres équipes travaillent sur des axes différents, visant la mise au point de diagnostics précoces et de traitements efficaces. « En attendant, en cas de souffrance anormale, il ne faut pas hésiter à consulter, au besoin un professionnel spécifiquement formé », conseille la scientifique. Leurs adresses se trouvent aisément sur Internet, même si certaines régions sont sous-dotées.

DIABÈTE

Connaître les périodes à risque

Moins touchées que les hommes par le diabète, les femmes sont cependant exposées à des facteurs de risque spécifiques dont elles n'ont pas toujours conscience. Affectant 10% d'entre elles, le syndrome des ovaires polykystiques, maladie hormonale la plus répandue chez celles en âge de procréer, doublerait le risque. Plus fréquent encore, le diabète gestationnel, qui concerne une grossesse sur six, multiplie par 7 à 10 l'éventualité de développer un « vrai » diabète à terme. « On conseille un dépistage lors de la consultation postnatale et tous les deux ans par la suite, précise Emmanuelle Lecornet-Sokol, endocrinologue. Mais s'occuper d'enfants en bas âge est prenant, et ces recommandations ne sont pas toujours respectées. Quant aux femmes

vivant avec un diabète, il est très important qu'elles programment leur grossesse pour être suivies dès le début, car cette maladie induit des risques de malformations et c'est dans les premières semaines qu'il faut agir. Or, les diabétologues ne pensent pas toujours à aborder ce sujet, surtout quand leurs patientes ont dépassé 40 ans. » Plus tard, la ménopause constitue une autre période de bouleversement. « Prise de poids, fonte musculaire et manque d'œstrogènes favorisent le diabète. Et les femmes ne sont alors plus protégées des complications rénales ou cardiovasculaires de celui-ci, prévient la spécialiste. Consulter à ce moment-là et mettre en place de nouvelles habitudes de vie, comme une remise en mouvement progressive – l'activité physique étant fondamentale –, peut aider à éloigner cette perspective. »

ABONNEMENTS MULTIMÉDIAS

Toujours des souscriptions non désirées

Des consommateurs continuent à découvrir, sur leur facture de téléphone, des abonnements pour lesquels ils n'ont donné ni leur accord ni leurs informations bancaires. — Par **CYRIL BROSSET**

C'est par hasard, en consultant sa facture de téléphone, que Jean-Michel a découvert le pot aux roses. S'étonnant d'avoir à payer une somme plus élevée que prévu, ce client Bouygues Telecom se plonge dans les méandres du document et se rend compte que, chaque semaine depuis trois mois, 2,99 € de hors forfait lui sont ponctionnés. Le montant correspond au paiement d'un service appelé Chipstime, dont il n'avait jamais entendu parler... Après quelques recherches et des échanges avec son opérateur, il parvient à faire stopper l'abonnement et à obtenir le remboursement des sommes versées. Éric, lui, a eu moins de chance. Il a aussi détecté, en novembre dernier, une facturation similaire, cette fois pour Replay TV France. Le service

client de son opérateur, Orange, qu'il a contacté, lui a assuré qu'il s'était abonné à cette plateforme de sonneries et de jeux pour smartphones. Alors que cela durait depuis près de quatre ans, la société éditrice, MMC, n'a accepté de lui rembourser que les 12 derniers mois. «Tous les forfaits de la famille sont réunis en un seul abonnement. Comme la somme varie chaque mois au gré des facturations hors forfait, je n'avais pas repéré ce service», fulmine Éric. Quant à savoir comment il a pu y souscrire, là encore, c'est l'interrogation. Tout juste soupçonne-t-il un neveu, qu'il a hébergé à l'époque, d'avoir utilisé son téléphone. Que ce soit auprès des associations locales de l'UFCV-Que Choisir ou sur les forums en ligne, les témoignages relatant des faits de ce type sont légion.

Chipstime, Echovox, PlayVod, Playzer, 360 VR Tube, Top Buzz... les noms des plateformes varient, tout comme les services qu'elles proposent: du streaming pour certaines, des articles d'information, jeux ou contenus de réalité virtuelle pour d'autres, etc. Toutes, en revanche, ont comme point commun de passer par un système de micropaiement sur facture de téléphone baptisé Internet+.

Aucune donnée à fournir

Pour les éditeurs de services multimédias, cet outil s'avère particulièrement pratique, car il leur permet de confier aux opérateurs télécoms le soin de facturer la prestation à leur client et d'encaisser l'argent. Une partie des sommes récupérées leur est ensuite reversée. Pour les abonnés également, Internet+



Comment vous amener à valider un micropaiement en trois étapes



1 Cette page, apparue en jouant à un jeu gratuit, va attiser la curiosité. Il suffit de cliquer sur « Voir la vidéo » pour enclencher une procédure de souscription.



2 Sur la page suivante, le prix et la périodicité sont visibles, mais en tout petits caractères. Le bouton OK occupe de loin la plus grande partie de l'écran.



3 Avec cet écran de confirmation, dont la mise en page est imposée, le prix se voit enfin. Sauf qu'après deux validations, on est tenté de cliquer sans lire...



PLAINPICTURE

apparaît comme un gage de simplicité et de sécurité, puisque le dispositif leur offre la possibilité de souscrire un abonnement en quelques clics, sans avoir à fournir ni informations personnelles ni données bancaires. Sauf que cette solution n'a jamais brillé par sa fiabilité. Depuis sa création, en 2005, des consommateurs se plaignent régulièrement de découvrir sur leur facture de téléphone des achats multimédias qu'ils assurent n'avoir jamais réalisés. Alors certes, en 20 ans, des mesures ont été prises pour renforcer la sûreté et la transparence du dispositif. Un parcours

Internet+ s'avère très pratique pour les éditeurs de services en ligne

utilisateur reprenant toutes les informations liées au contrat (service, prix, etc.) a été imposé à tous les éditeurs (lire l'encadré p. 50). La charte de déontologie que les professionnels s'engagent à respecter a été durcie, un plafond de dépenses mensuelles a été fixé et l'envoi systématique, après chaque souscription, de deux SMS de confirmation (un par l'éditeur et un autre par l'opérateur) a été instauré. Enfin, l'Association française pour le développement des services et usages multimédias multi-opérateurs (Af2m), chargée d'encadrer le micropaiement sur facture télécoms, dit avoir renforcé ses outils de détection de la fraude et multiplié les contrôles. Selon elle, ces actions ont porté

leurs fruits. «*Alors que l'activité a augmenté de 12,2 % en 2023 par rapport à 2022, le nombre de clients contactant le service pour signaler un problème d'abonnement non sollicité baisse depuis plusieurs années*», se targue l'un de ses représentants.

Une manne pour les opérateurs

Ces mesures, si elles vont dans le bon sens, n'ont pas réussi à éradiquer tous les problèmes, loin de là. Il suffit que l'écran du téléphone frotte contre l'intérieur d'une poche, ou que son propriétaire clique dessus en pensant fermer une publicité ou accepter des cookies, pour qu'il valide, sans s'en rendre compte, l'une des étapes du processus d'achat. Il n'est pas rare non plus que la souscription soit déclenchée par un tiers, notamment un enfant qui, en jouant sur le téléphone de ses parents, appuie sur l'écran et la valide. Ces situations se produisent d'autant plus que ces derniers sont à mille lieues d'imaginer qu'un abonnement payant puisse être souscrit sans qu'ils aient à fournir leurs coordonnées bancaires. Les SMS envoyés par l'éditeur et par l'opérateur après la souscription sont faits pour les alerter. Mais, là encore, ils ne les voient pas ou les prennent pour l'un des nombreux messages frauduleux qu'ils reçoivent régulièrement. Quant au plafond de dépense, il est tellement élevé (300 € par période de facturation) qu'il n'est pas d'une grande utilité. Pourtant, des pistes existent pour empêcher les abonnements non désirés. Il suffirait, par exemple, que l'identité du signataire

PAIEMENT Les règles à connaître



TROIS SOLUTIONS DISTINCTES

- # Internet+** Le processus s'enclenche en cliquant sur une proposition commerciale (une publicité, entre autres). Il peut s'agir d'achat ponctuel ou d'abonnement. Le montant est reporté dans la partie hors forfait de la facture de votre opérateur de téléphonie mobile (si le terminal est connecté en 4G ou 5G) ou sur celle de votre fournisseur d'accès à Internet (s'il est connecté en wifi).
- # SMS+** Cette solution permet des achats ponctuels par envoi d'un SMS surtaxé (tel « Envoyer 1 ou 2 au 71XXX »).
- # Numéros surtaxés** Le principe est le même, à ceci près que vous composez un numéro surtaxé à 4 ou 10 chiffres pour valider l'achat.

CONTESTEZ CES OPÉRATIONS

- 1 Rendez-vous sur Surmafacture.fr** et entrez le nom de l'éditeur du service pour obtenir ses coordonnées.
- 2 Annulez l'abonnement** ou contestez l'achat auprès de l'éditeur.
- 3 Si la souscription est récente, faites jouer votre droit de rétractation de 14 jours.** Réclamez le remboursement des sommes que vous estimez injustement facturées auprès des sociétés concernées. Sous certaines conditions, elles acceptent de faire des gestes commerciaux.

ÉVITEZ CES FACTURATIONS

Tous les opérateurs proposent une **option pour bloquer** ces abonnements. Il suffit de l'activer sur votre espace en ligne.

soit vérifiée avant toute souscription, ou que l'option Internet+ soit bloquée par défaut (ceux voulant l'utiliser devant l'activer une fois pour toutes) afin que la grande majorité des cas litigieux disparaissent. Hélas, de ces solutions, opérateurs et éditeurs ne veulent pas. Pas question pour eux de restreindre un marché en pleine croissance qui, en 2023, pesait plus de 650 millions d'euros. ♦

ASSURANCES

Les experts dans le collimateur

Pour la première fois, un décret tente de réglementer le rôle, crucial en cas de catastrophes naturelles, des experts en assurances. En attendant d'autres textes pour rétablir les droits des assurés, trop souvent écornés. — Par **ÉLISA OUDIN**

Voilà un an et demi, *Que Choisir* (n° 623) publiait des documents détaillant les «*critères de performances*» imposés par les assureurs aux experts missionnés en cas de sinistre. Ces «*fiches*», transmises aux pouvoirs publics, montrent clairement le rapport de soumission économique des experts vis-à-vis des compagnies qui, en position de force, les rétribuent au résultat. Ces dernières mettent de mauvaises notes aux cabinets d'experts accordant des indemnisations un peu trop «*généreuses*» et ne renouvellent en général pas leur mandat l'année suivante. Cette situation s'avère extrêmement préjudiciable pour les consommateurs. Le nombre de dossiers «*recalés*» par les groupes d'assurances, notamment ceux des maisons fissurées lors des épisodes de sécheresse, atteint des proportions inquiétantes, avec un sinistre sur deux non dédommagé. Le nouveau décret du 3 décembre 2024, entré en vigueur le 1^{er} janvier, concerne spécifiquement les désordres causés par le fameux phénomène de retrait-gonflement des terrains argileux, qui provoque des lézardes sur les murs ou les sols. Il est le premier

à encadrer la mission des experts en assurances et à tenter d'interdire les liens de dépendance à l'égard des compagnies. Plusieurs propositions de loi ambitionnent, par ailleurs, de renforcer le droit des assurés à une contre-expertise.

➔ RÉHABILITER LE MÉTIER

Coup de tonnerre dans le monde des cabinets d'experts en assurances: le décret exige des conditions de compétences. C'est inédit. Rappelons que cela fait longtemps que les ingénieurs, les mieux formés mais aussi les plus «*coûteux*», se sont détournés du métier. Au fil des années, les rémunérations proposées par les cabinets, tombés les uns après les autres entre les mains de fonds d'investissement internationaux, ont en effet fondu... tout comme le degré de qualification d'un grand nombre de ces professionnels, de plus en plus jeunes et formés dans des «*académies maison*» en quelques mois. Ces derniers devront désormais à minima présenter un niveau d'études sanctionné par un diplôme post-secondaire

et posséder une expérience dans le domaine du bâtiment, de la construction, du génie civil ou de la géotechnique: soit un DUT + cinq ans d'expérience en géotechnique ou expertise en assurances; soit une maîtrise/licence + trois ans d'expérience; soit encore un diplôme d'ingénieur/architecte/master + deux ans d'expérience.

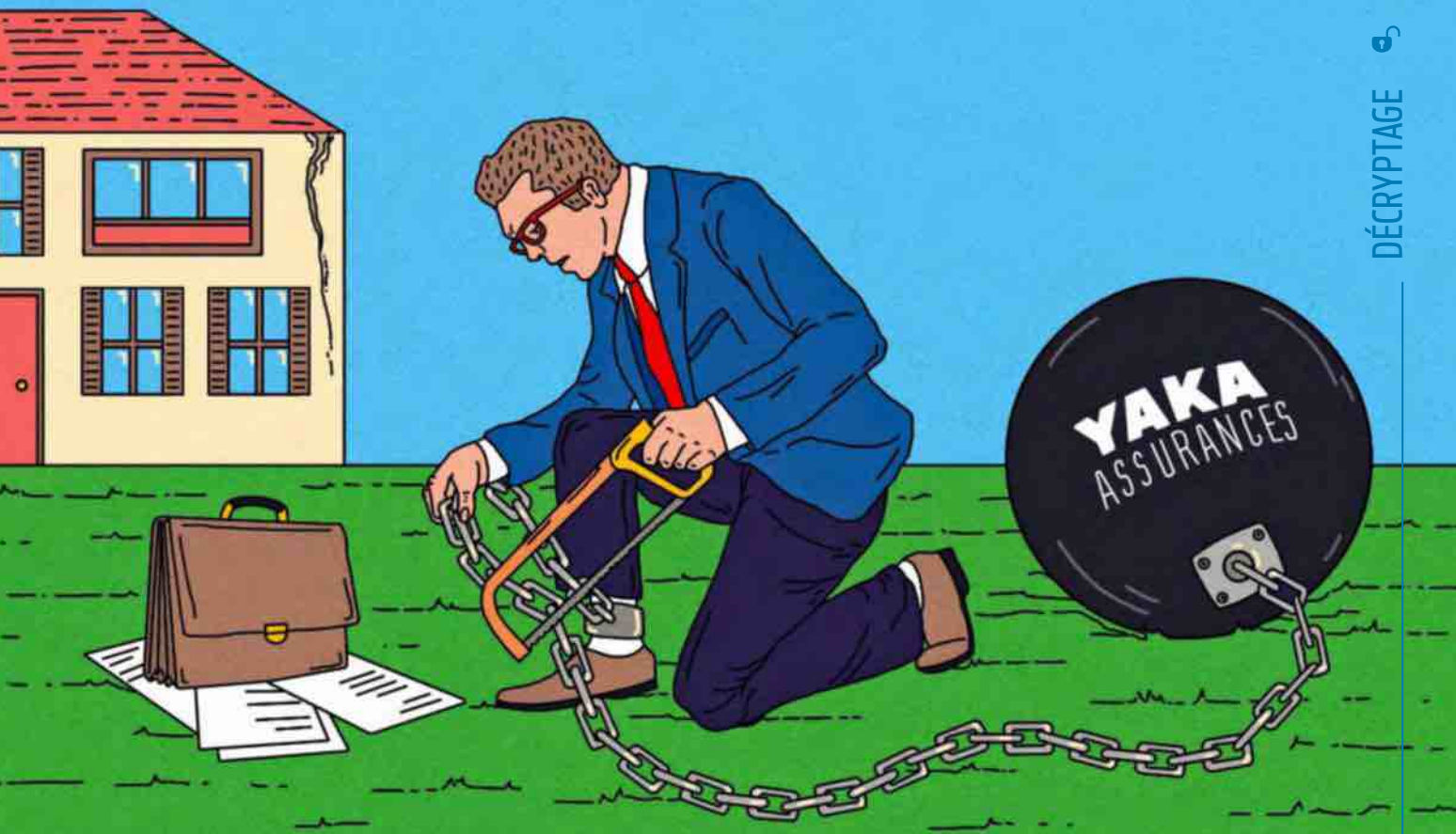
Tenant compte de l'assujettissement des experts aux sociétés d'assurances, le décret prohibe, en outre, tous liens salariaux et capitalistiques entre les deux, mais aussi toute dépendance économique de nature à porter atteinte à leur liberté d'action. Le texte cible directement les critères de performances imposés par les compagnies aux experts qu'elles mandatent, comme nous l'avions révélé. Celles-ci sont désormais tenues de «*fixer la rémunération de leur prestation d'expertise selon des critères objectifs,*

EXPERTS D'ASSURÉS

La solution la plus efficace

En attendant les effets du nouveau décret sur les experts en assurances, les assurés ont un moyen légal de protéger leurs intérêts: faire intervenir, dès l'ouverture du sinistre, leur expert face à celui de la compagnie. Ils peuvent notamment solliciter des membres de la Fédération des experts d'assurés (Fedexa) ou de l'Institut international des experts en pathologie des ouvrages

bâties du réseau Vauban. Problème: de moins en moins de consommateurs connaissent cette possibilité, les assureurs restant discrets sur le sujet. La législation ne leur impose d'ailleurs de la mentionner qu'en cas de réclamation. Il serait opportun qu'un amendement à la loi CatNat (pour catastrophes naturelles) comble cette lacune et les oblige à livrer l'information.



transparents et non discriminatoires, en fonction du temps d'expertise requis et du niveau de complexité de chaque sinistre». Une condition aujourd'hui très loin d'être garantie.

Toutefois, même sans clause d'intéressement, le contrat liant l'assureur et l'expert crée de facto un lien commercial entre les deux parties; ce qui ne favorise pas l'impartialité du second. Pour y remédier, la sénatrice des Hauts-de-Seine, Christine Lavarde, a notamment proposé la création d'un fonds mutualisé et indépendant pour le rétribuer. Mis en place par les compagnies, le dispositif aurait été géré paritairement par leurs représentants et ceux des assurés. Un moyen radical de couper le cordon ombilical entre assureurs et experts... L'amendement n'a pas été retenu. Une seconde proposition de Christine Lavarde a, en revanche, été votée par le Sénat et se retrouve maintenant devant les députés: rendre systématique, pour les cas de catastrophes naturelles, la prise en charge des frais de contre-expertise par les polices d'assurance. Les groupes d'assurances sollicités sur le sujet n'ont pas souhaité répondre à nos questions.

➔ LIMITER LES MANŒUVRES DILATOIRES

Le décret s'intéresse également à l'élaboration du rapport d'expertise. Celui-ci doit contenir au moins «un document exposant les modalités de réalisation de l'expertise», «une description de la construction [et] de son environnement», «la conclusion de l'expertise quant à l'origine des désordres constatés [et] l'éligibilité des dommages observés». Le nouveau texte contraint, surtout, à des délais beaucoup plus stricts de remise du rapport: quatre mois au maximum concernant

le dépôt du rapport intermédiaire de l'expert et un mois de plus en cas d'investigations techniques par une entreprise tierce. L'assureur dispose, quant à lui, d'un mois pour transmettre le rapport définitif à l'assuré.

Jean Bares, membre de la Fédération des experts d'assurés (Fedexa), se félicite en particulier de l'instauration de telles limites de temps. Il note cependant que s'agissant des sinistres de niveau de gravité élevé, l'expert a le droit de demander des investigations géotechniques complémentaires. «Certes, l'expert a un mois de plus, à leur réception, pour rendre son rapport, relève-t-il. Mais attention, les bureaux d'études, eux, n'ont pas de délai encadré. Or, en cas d'épisode de sécheresse sévère, ils risquent de voir affluer des milliers de dossiers.» Sans compter que certains d'entre eux ont des liens économiques très serrés avec des groupes d'assurances.

➔ CONTRÔLES : QUELS MOYENS ?

Par ailleurs, le décret détaille l'organisation des contrôles. Assermentés et titulaires d'une carte de commissionnement, les fonctionnaires ou les agents publics chargés de cette tâche pourront se faire communiquer par l'expert tout document relatif à l'objet de leur mission. On espère que les fiches où figurent les fameux critères de performances feront bien partie du lot. Ces contrôleurs techniques auront également la possibilité de se rendre sur place et d'auditionner l'expert ou toute personne susceptible d'apporter des informations utiles. «Reste à savoir quels seront en pratique les moyens dévolus», souligne une experte et ingénieure bâtiment. Car sans contrôles, les assureurs pourront continuer à faire ce qu'ils veulent. ♦

AGROALIMENTAIRE

Ce que l'industrie mijote

Après la crise inflationniste, les firmes de l'agroalimentaire relancent leurs innovations, misant sur le plaisir, la santé et la praticité. Mais également sur la végétalisation, crise environnementale oblige.

— Par **ELSA CASALEGNO**



Un cocktail solide à faire fondre dans la bouche; un pseudo-foie gras végétal; un vin sans alcool, des meringues de pois chiches... En octobre 2024, une déambulation dans les allées du Salon international de l'alimentation (Sial) de Paris donnait un aperçu de notre futur alimentaire, pour le meilleur ou pour le pire ! Après les restrictions imposées par les confinements causés par la pandémie de Covid-19 puis par l'inflation, les Français ont envie de gourmandises. Et ça, les industriels de l'agroalimentaire l'ont bien compris: « 52% des innovations sont liées à la promesse plaisir », souligne ainsi le cabinet de conseil ProtéinesXTC. On assiste donc à un rebond des lancements de produits colorés, amusants, voire absurdes – et encore trop souvent bourrés de sucre, de sel, de graisses et d'additifs. D'autres nouveautés prennent le contrepied de cette mode « technologique », avec des

recettes traditionnelles revisitées – dites « *tradi-trendy* » dans le jargon –, parfois assorties d'ingrédients tendance, tels la truffe ou l'ail des ours. Et si les jeunes générations délaissent la gastronomie classique, elles réclament des aliments « *au goût puissant* », explique un spécialiste du secteur. Le piment fait un tabac cette année, de même que la cacahuète, le gingembre ou les épices typiques des plats libanais... car l'appétence pour l'exotisme ne se dément pas. Depuis des années, la cuisine de la Corée – et plus largement d'Asie – demeure la plus plébiscitée par les consommateurs. Vous continuerez donc à voir déferler sushis, sashimis, mochis et kimchis proposés à toutes les saveurs, frais ou surgelés, et souvent ultratransformés. En Asie, des produits français revisités rencontrent un succès déconcertant à nos yeux. Ainsi, « *au Japon, le Kiri est décliné en versions sucrées, parfumées au yuzu, au citron, etc., et cible les working girls* », détaille Delphine

Chatelin, la vice-présidente recherche, innovation et développement du groupe agroalimentaire Bel.

Ne pas oublier la santé

La santé, l'énergie, le bien-être, le sport, la grossesse ou encore l'arthrose stimulent eux aussi la créativité des industriels, avec trop souvent des promesses exagérées. Des aliments « fonctionnels », riches en fibres, en probiotiques, en collagène ou en protéines, sont des « *boosters d'immunité* ». La boisson *healthy* (saine) est en plein boom, et c'est à qui dégoutera le fruit ou la racine rare allongeant la durée de vie. L'une des innovations vues au Sial est une « *infusion glacée moringa, menthe et pomme riche en nutriments* ». Pour les amateurs de breuvages chauds, des dosettes de café contiennent un concentré de polyphénols « *brûleurs de graisse* » et « *antioxydants* », extraits de feuilles de thé vert. Un autre café « fonctionnel » est, lui, additionné de shiitaké, un champignon réputé stimuler les défenses immunitaires.

Les mets « sans » continuent à surfer sur le souhait parfois irrationnel d'éviction du lactose, des glucides ou du gluten, à l'instar d'un substitut de riz pour sushis à base de konjac, sans glucides, ou d'un succédané de graisse animale élaboré avec un champignon. Et il sera bientôt possible d'avoir de la barbe à papa (presque) sans sucre, grâce à des fibres de chicorée !

Pourvu que cela soit pratique

Bons ou sains, d'accord, mais sans se compliquer la vie. Les denrées doivent également être pratiques ! Les consommateurs veulent des produits « nomades », autrement dit que l'on peut acheter et

FERMENTATIONS Des vertus redécouvertes

L'Institut national de la recherche pour l'agriculture, l'alimentation et l'environnement (Inrae) a lancé le programme Ferments du futur, afin d'explorer les innombrables combinaisons de bactéries. La fermentation de protéines végétales par ces bactéries, seules

ou en cocktails, aboutit à des produits dont l'arôme et la texture varient au gré des associations. « *Ce développement est pour partie lié à la végétalisation de nos assiettes*, explique Monique Axelos, directrice scientifique alimentation et bioéconomie à l'Inrae. *Le goût "vert" d'une protéine*

végétale est un frein à son utilisation, mais via sa fermentation, les bactéries enlèvent cet aspect peu plaisant. » Le potentiel pour de nouvelles saveurs et qualités nutritionnelles est immense, et les fromages végétaux n'en sont que l'une des multiples applications.





ALCOOL À FAIRE FONDRE

Les « Las Jellies », ou cocktails solides, se présentent sous forme de boules gélatineuses colorées renfermant tequila sunrise ou caïpirinha.



PLAISIRS D'AILLEURS

Au Japon, le Kiri se décline en versions sucrées, parfumées au yuzu, à la pêche et autres saveurs douces.

JAUNE ET BLANC, MAIS VERT...

Ces substituts végétaux aux œufs, qui s'utilisent comme les vrais, ont exigé une longue mise au point.



COUP DE FOUET Avec une infusion moringa, menthe et pomme riche en nutriments, un café aux polyphénols « brûleurs de graisse » et « antioxydants » ou un autre au shiitaké, un champignon stimulant vos défenses.



NOMADE SEC

Un fromage déshydraté et en sachet, à picorer pour un instant « snacking » – mais pas sans emballage !



RECYCLAGE SUCRÉ Tant qu'à sucrer, autant recycler... De nouvelles boissons pétillantes utilisent du jus issu du confisage des fruits, pour ne rien perdre des matières premières agricoles.



consommer n'importe où et n'importe quand, en formats individuels – tant pis s'il y a une débauche d'emballages. Une orientation en totale contradiction avec les efforts menés en parallèle depuis plusieurs années par le secteur afin de diminuer sa dépendance au plastique (packagings) et, plus globalement, pour réduire son impact environnemental... Ainsi, l'économie circulaire inspire des recettes qui emploient des résidus issus de la transformation agroalimentaire. On trouve, par exemple, de nouvelles boissons pétillantes qui utilisent le jus résultant du confisage des fruits ou du petit-lait provenant de la fabrication de yaourts, ou encore l'enroulement d'un kimchi coréen dans la feuille verte de chou, habituellement jetée.

On se met (un peu) au vert

La végétalisation de nos assiettes ne fléchit pas et « les entreprises sont en mesure d'aller plus vite dans cette voie, même si les consommateurs, eux, ne sont pas encore prêts, souligne Vanessa Pottier, déléguée générale de l'Association régionale des industries agroalimentaires (Aria) d'Île-de-France. Ce mouvement va se renforcer, face à des protéines animales fortement émettrices de gaz à effet de serre ». Si ce n'est pas déjà fait, habituez-vous vite aux légumineuses ! Il ne s'agit plus seulement de proposer de la simili-viande ou du fromage végétal, mais de viser tous les moments de consommation, avec des barres protéinées constituées à partir de pois chiche, des aides culinaires à base d'algues, du pseudo-saumon, des glaces végétales... Quant aux « œufs végétaux », ils se déclinent en équivalents du jaune et du blanc ou entiers, selon les besoins. Reste que ce bouillonnement inventif demande une débauche de moyens qui, souvent, mériteraient d'être réorientés vers d'autres priorités. Et même si des progrès ont été accomplis par une partie des fabricants pour « nettoyer » leurs recettes, trop d'aliments demeurent ultratransformés, bourrés d'additifs, mauvais pour la santé et suremballés. Pour ces raisons, ils sont régulièrement dénoncés par *Que Choisir*. ♦

Ces pages sont les vôtres ! Posez-nous des questions d'ordre juridique et nous vous apporterons les réponses les plus complètes. Partagez aussi vos expériences vécues dans votre vie quotidienne.

ASSURANCE AUTO

Vol sans effraction non couvert

Mes voisins se sont fait voler leurs deux voitures par des malfrats s'étant introduits chez eux et ayant pris les clés des véhicules. Ils ont porté plainte, mais l'assurance ne les couvre pas car il n'y a pas eu effraction. Quels sont leurs recours ? ♦

Rémi V., par courriel

LA RÉPONSE DE Q&C

En matière d'assurance auto, la garantie vol est facultative. Il convient donc de bien lire les contrats afin de vérifier que la clause excluant les vols sans effraction est formelle et limitée (art. L. 112-4 du Code des assurances). Les tribunaux ont admis que le fait d'entrer par effraction chez quelqu'un et de dérober les clés d'une voiture, puis de les utiliser pour la voler, équivaut à l'effraction du véhicule lui-même (Cour de cassation, 1^{re} ch. civ. du 16/05/1995, n° 92-15.310). Si les faits se sont déroulés ainsi, invitez vos voisins à envoyer à leur assureur une lettre recommandée avec AR exigeant une prise en charge (art. L. 113-5 du Code des assurances). De plus, si les conditions de garantie ou les exclusions du contrat ne sont pas claires, une contestation est possible, l'ambiguïté profitant alors aux assurés. L'Autorité de contrôle prudentiel et de résolution (ACPR) a dénoncé récemment la présence d'irrégularités dans de nombreuses assurances auto ou multirisques habitation, notamment sur les clauses d'exclusion.

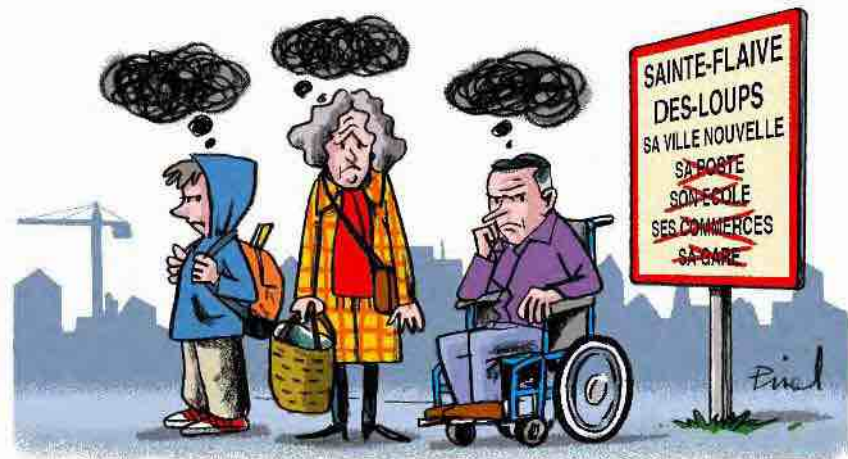
URBANISME

Carence de transports en commun

En 2023, le plan local d'urbanisme (PLU) de Sainte-Flaive-des-Loups, en Vendée, a été modifié afin de permettre de nouvelles constructions et l'arrivée d'autres habitants. Lors de l'enquête publique, j'ai fait savoir qu'aucun transport en commun* n'existait sur ce territoire, qu'il n'y avait pas non plus de bureau de poste ni de distributeur automatique de billets. Cette situation pose problème à ceux sans permis ou qui ont du mal à aller loin avec leur voiture car ils sont âgés ou handicapés – notre commune est à 8 km de La Mothe-Achard, où l'on trouve plusieurs commerces. À une époque, le train s'arrêtait chez nous. La ligne est encore en activité. Malheureusement, l'arrêt a été supprimé. Cette situation est certes classique, mais il faut se battre. Nous sommes plusieurs à vouloir nous regrouper pour que l'on rouvre notre gare. En espérant que la mobilisation paie... ♦

Colette Lecurieux-Belfond, Sainte-Flaive-des-Loups (85)

* Selon une étude de l'UFC-Que Choisir sur l'accès aux transports en commun (QC n° 642), près de 2 Français sur 10 sont à plus de 10 minutes à pied d'un arrêt de bus, de tram ou d'une gare ferroviaire.



TRAIN

Les toilettes, une question sensible

Voilà qui ne donne pas une bonne image de la SNCF et, plus largement, de notre pays. Il y a quelques mois, dans le train Strasbourg-Bâle dans lequel je voyageais, il n'y avait pas d'eau dans les toilettes de ma voiture ni dans celles des autres. Impossible, par conséquent, de tirer la chasse ou de se laver les mains. Résultat : les WC ont vite débordé de papier hygiénique. Charmant pour les nombreux étrangers à bord... Je me souviens de cette touriste italienne qui a fait le tour des passagers afin d'obtenir des serviettes en papier. Qui, bien sûr, manquaient, elles aussi, au petit coin ! ♦

Jean-Claude Pitois, Belfort (90)

ÉLECTROMÉNAGER

Pas de facture pour le remplaçant

Après quatre ans d'utilisation, mon appareil électroménager, en panne, a été déclaré non réparable. On me l'a remplacé (j'avais souscrit une extension de garantie), mais sans me remettre la facture du produit neuf. Est-ce légal ? ♦

Cyril T., par courriel

LA RÉPONSE DE Q C

Ce n'est pas illégal... Seules les prestations de services (comme une réparation) de plus de 25 € doivent faire l'objet d'une délivrance de facture ou de note (art. 1^{er} de l'arrêté n° 83-50/A du 03/10/1983). Dans votre cas, le remplacement de l'appareil ayant été effectué dans le cadre d'une extension de garantie, aucune réglementation n'impose la remise d'une facture ou ne prévoit de nouvelles garanties attachées au produit remplacé. Cependant, si vous avez réglé des frais d'installation ou de déplacement dépassant 25 €, le professionnel était tenu de vous fournir une note comportant ses coordonnées, la date ainsi que le décompte détaillé de chaque prestation. Réclamez-la par courrier recommandé avec accusé de réception.

VOITURE ÉLECTRIQUE

Ce n'est pas pour moi

Bravo pour ce superbe et magnifique numéro de *Que Choisir Pratique* sur la voiture électrique [actuellement en kiosque]. Après l'avoir lu, une chose est certaine : compte tenu de la technologie mise en œuvre, qui me semble défailtante (autonomie, par exemple) et aberrante (véhicule plus lourd, production des batteries...), je n'achèterai jamais d'électrique ! ♦

Philippe Vigouroux, Le Bouscat (33)



Je te quitte !

LISTE BLANCHE SEPA

Ma banque s'abstient

Au vu des nombreux piratages de données bancaires, j'ai voulu mettre en place, auprès du Crédit agricole de la Touraine et du Poitou, une liste blanche des sociétés autorisées à prélever mon compte bancaire. L'établissement a refusé. J'ai dû le quitter pour un concurrent acceptant de sécuriser mes virements Sepa. Est-ce normal ? ♦

S. G., Tours (37)

LA RÉPONSE DE Q C

Non. Vous devez pouvoir sécuriser l'accès à votre compte et n'autoriser le prélèvement qu'à des bénéficiaires préalablement agréés par vous. Depuis août 2014, une banque est obligée d'accepter l'instauration d'une liste blanche pour un consommateur. Elle est également censée vous informer de l'existence de ce droit (art. 5-3 d. iii. du règlement européen n° 260-2012 du 14/03/2012). Même si vous avez choisi de quitter la vôtre, n'hésitez pas à signaler son refus à l'Autorité

de contrôle prudentiel et de résolution (ACPR) ou aux services de la répression des fraudes. Par ailleurs, certains établissements réclament des frais disproportionnés pour la mise en place d'une telle liste – par exemple, 15 € par créancier inscrit. La réglementation n'encadre pas les tarifs de cette prestation, mais imposer de tels montants risquerait de dissuader le client d'exercer son droit ; cette pratique peut donc aussi être notifiée à l'ACPR (art. L. 612-1 du Code monétaire et financier).

DESSINS HERVÉ PINEL



OFFRE DE REMBOURSEMENT

Carton à découper

J'ai acheté un aspirateur Kärcher, qui bénéficiait d'une offre de remboursement de 20 € en envoyant la facture et une photo du code-barres de l'article. Ce que j'ai fait, mais ma demande n'a pas été acceptée. Motif : il fallait découper le carton et que cela soit visible sur la photo. Une clause acceptable ? ♦

C. V., Lyon (69)

LA RÉPONSE DE Q C

Les offres de remboursement, aussi appelées ODR, sont des procédés classiques pour conduire les consommateurs à acheter certains produits. Les conditions à remplir pour en bénéficier sont généralement strictes et définies par la marque ou le gestionnaire de l'ODR. À partir du moment où ces exigences sont bien indiquées, elles doivent être précisément respectées, tant par le client que par le professionnel (art. 1103 du Code civil et art. L. 211-1 du Code de la consommation). Elles sont, de ce fait, difficilement contestables. Cependant, certains motifs de refus (par exemple, un prix surligné sur le ticket de caisse au lieu d'être entouré) ou des conditions objectivement impossibles à remplir par le client peuvent être assimilés à une pratique commerciale déloyale (art. L. 121-1 du Code de la consommation), sous réserve de l'appréciation des tribunaux.

ADRESSEZ VOS COURRIERS

233, BD VOLTAIRE,
75555 PARIS CEDEX 11

OU VOS E-MAILS

WWW.QUECHOISIR.ORG/
NOUS-CONTACTER-N42652

LIVRAISON

Le refus de Boulanger

Mon réfrigérateur étant tombé en panne, je décide d'en acheter un autre chez Boulanger, avec livraison à domicile. Mon appartement est facilement accessible, mais il faut, peut-être, faire passer l'appareil par-dessus mon évier pour l'installer dans la cuisine. Ne voulant pas être tenue pour responsable en cas de dégradation, l'enseigne refuse de me livrer. En a-t-elle le droit ? ♦

Patoche L., Paris (75)

LA RÉPONSE DE Q C

Il est interdit de refuser à un client une prestation, sauf motif légitime (art. L. 121-11 du Code de la consommation) – par exemple, un service indisponible ou une demande anormale. Or, Boulanger propose bien, pour ce type d'articles « encombrants », la livraison à domicile, dès lors qu'elle est réalisée dans un rayon de 30 km autour de l'un de ses points de vente. En outre, votre requête ne semble nullement anormale, le dépôt du produit devant se faire « dans la pièce et à l'emplacement souhaités par le destinataire » (art. 6 des conditions générales

de vente de la société). Si l'accès au logement présente des difficultés, le distributeur a le droit d'apprécier la faisabilité de la livraison (art. L. 211-1 du code précité), mais vous n'êtes pas dans ce cas. Notons également qu'il est en général assuré en responsabilité civile lorsqu'il commet des dommages. Enfin, l'installation du réfrigérateur ne nécessitait pas, a priori, de le porter à l'horizontale, seule position susceptible d'endommager le circuit frigorifique. Aussi, sans plus d'explications de Boulanger, signalez sa pratique aux services de la répression des fraudes.



MULTIRISQUE HABITATION

Une sacrée augmentation

Juste pour votre information, j'ai reçu mon échéancier 2025 des assurances contractées auprès de la Maaf. La hausse de la multirisque habitation pour cette année s'élève à 21%! Et je ne serais pas un cas particulier. De l'aveu même de mon conseiller, ses collègues et lui auraient tous reçu une formation en prévision du mécontentement prévisible de la clientèle... ♦

Thierry Étienne, par courriel



PAIEMENT FRACTIONNÉ

À régler en une fois

Je vais chez Darty pour acheter un téléphone portable. Le vendeur m'indique que je peux le payer en plusieurs fois. Mais au moment du passage en caisse, j'apprends que mon dossier est refusé par la compagnie financière partenaire, Sofinco, sans qu'aucun motif ne me soit communiqué. Est-ce normal ? ♦

A. V., Arras (62)

LA RÉPONSE DE Q C

Payer en plusieurs fois revient à demander l'obtention d'un prêt. Mais il n'existe pas de « droit au crédit ». L'organisme financier a le droit de refuser de l'accorder, en vertu du principe de liberté contractuelle (art. 1101 du Code civil et arrêt de la Cour de cassation, ass. plén., 09/10/2006, n° 06-11056). Il n'est pas, non plus, tenu de motiver son refus (arrêt de la cour d'appel de Paris, pôle 4 - chambre 1, 17/02/2017, n° 15/10406). Une mention particulière a toutefois pu être inscrite dans les fichiers clients. N'hésitez pas à faire valoir votre droit d'accès à vos données personnelles détenues par le magasin ou la société de crédit pour le vérifier. Cette demande est à formuler auprès du délégué à la protection des données (DPO) de chaque établissement (art. 49 de la loi du 6/01/1978). Faute de réponse satisfaisante, en général dans le délai d'un mois, adressez-vous à la Commission nationale de l'informatique et des libertés (Cnil).

CRÊCHES

Retour d'expérience

Votre article sur les crèches, publié en décembre dernier, a retenu toute mon attention (QC n° 641). Ma fille est auxiliaire de puériculture. Heureuse au départ, elle est maintenant désespérée, ayant vécu de nombreuses expériences impliquant des directions défaillantes et un personnel en sous-effectif ou peu formé. Ces métiers exercés par des femmes sont, en plus, très mal payés – en gros, au Smic. L'opinion publique et les gouvernants considèrent qu'ils sont à la portée de tout le monde et ne nécessitent aucune formation, alors qu'au contraire, il est difficile de travailler en conscience et dans le respect dû à des êtres humains ! On ne fait pas juste mumuse avec les petits... ♦

L. R., par courriel



Le prix de la liberté

AUTOROUTES

Les secrets tarifaires du flux libre

Ayant utilisé l'A14 (Nanterre-Poissy), payante « à flux libre » (il n'y a plus de barrières de péage), j'ai constaté que maints panneaux y avertissent du paiement obligatoire dans les 72 h. Mais aucun ne précise le coût – pourtant très élevé – de cette autoroute ! Nous utilisons donc un service dont le prix nous est inconnu, et sans possibilité d'y renoncer si le tarif ne nous convient pas. En outre, comme j'ai un badge, le prélèvement est automatique et j'ignore combien les trajets me sont facturés jusqu'au relevé de la banque, en fin de mois. Tout ça n'est pas très transparent, et peut-être même illégal. ♦

Michel Thierry, par courriel

Limitez les risques lors de la commande

Avant de passer commande sur Internet, quelques démarches s'imposent pour qu'un achat ne tourne pas au cauchemar.

1 Comparez les prix et les services

Ne vous laissez pas impressionner par les prix bas et les rabais alléchants. Comparez non seulement le coût de la marchandise, mais aussi sa disponibilité, le délai de livraison annoncé (méfiez-vous des promesses de livraison sous 24 ou 48 heures, qui ne sont pas toujours tenues), les services proposés (délai de rétractation, accessibilité du service client...), ce qu'inclut la garantie, etc. Lisez aussi attentivement le descriptif du produit (ne vous contentez pas de la photo) et assurez-vous qu'il est neuf (certains vendeurs présentent des articles d'occasion ou reconditionnés).



Ne rien laisser au hasard

2 Vérifiez l'identité du vendeur

Si vous achetez sur un site disposant d'une place de marché (marketplace), regardez qui vend et qui se charge de la livraison. Dans tous les cas, prenez garde à ce que le vendeur soit un professionnel. Sinon, vous ne bénéficierez d'aucun droit de rétractation. Lui poser une question par e-mail avant de commander permet d'apprécier

sa réactivité. Quel que soit le site et surtout s'il est peu connu, prenez le temps de lire les conditions générales et vérifiez qu'y figurent clairement le nom de la société, une adresse physique et un numéro de téléphone. Enfin, faites-vous une idée de la réputation du site en consultant les témoignages de clients sur les forums internet.

3 Méfiez-vous des sites installés à l'étranger

Préférez les marchands situés en France et assurez-vous que le produit envisagé est stocké dans l'Union européenne. Dans le cas contraire, vous

pourriez avoir des droits de douane et une TVA à régler. Surtout, en situation de litige, vos recours n'auront quasiment aucune chance d'aboutir.

4 Contrôlez votre panier

Avant de payer, examinez bien le récapitulatif de la commande. Outre les frais de livraison, des marchands ajoutent des coûts de traitement ou de préparation. Certains facturent en plus l'écoparticipation

ou la taxe sur la copie privée, qui devraient pourtant être incluses dans le prix affiché. Vérifiez que le vendeur n'a pas inséré d'office dans le panier un accessoire ou une extension de garantie. La loi l'interdit.

5 Assurez-vous que le paiement est sécurisé

Un cadenas doit apparaître à l'écran et l'adresse URL, débiter par « https » et non « http ». Le marchand peut vous demander une copie de votre carte d'identité ou une facture d'électricité. Vous avez la possibilité de refuser de la fournir, mais vous prenez le risque que la transaction soit annulée.

Surtout, n'envoyez jamais d'argent à un inconnu via un système de transfert de fonds, tel Western Union. La plupart des banques proposent des cartes virtuelles pour payer sans renseigner son numéro de carte bancaire. Une solution utile si vous avez des craintes sur le sérieux du site.

OASIS PÊCHE-ABRICOT //////////////////////////////////

Mais pourquoi de l'huile de palme ?

Nous nous méfions du Nutella à cause de l'huile de palme qu'il contient. Or, voilà qu'Oasis l'intègre à son tour ! Quel est le but d'un tel choix ?

DE NOMBREUX MÉFAITS

Le 9 octobre dernier, l'association Foodwatch dénonçait l'usage d'huile de palme dans nombre de produits alimentaires. Une graisse décriée pour ses méfaits aussi bien sur la santé (elle est presque aussi riche en acides gras saturés que le beurre) que sur l'environnement (elle est issue de la culture intensive de palmiers à huile, qui génère une déforestation en Asie du Sud-Est, menace la biodiversité et favorise le réchauffement climatique). Figuraient des références de marques attendues (M&M's, Knorr, Herta...), mais une est bien plus surprenante, même pour les journalistes de *Que Choisir* : une bouteille d'Oasis !

MISSION HOMOGÉNÉISATION

Mais qu'est-ce que l'huile de palme vient faire dans une boisson aux fruits ? Dès le lendemain de l'annonce de Foodwatch, le site RMC Conso

suggérait que cet ingrédient pourrait aider à sa conservation, ou encore lui apporter de la texture... Rien de tout cela, en réalité. Le fabricant, Suntory Beverage & Food, que nous avons interrogé, révèle l'employer « afin que le produit reste homogène tout au long de sa durée de vie ». Une réponse pour le moins succincte, qu'Hubert Bazin, consultant qualité dans l'agroalimentaire et anciennement chargé de recherche et développement chez Oasis, sait décrypter : « L'huile de palme est utilisée comme support d'homogénéisation de la lutéine, un colorant naturel [...]. Mal émulsionnée, cette dernière finirait par se séparer de la boisson et former une mince pellicule très colorée à la surface. » Seul l'Oasis pêche-abricot est concerné. La quasi-totalité des autres boissons présentes sur le marché français intègrent des colorants qui n'ont



La matière grasse sert à émulsionner la lutéine, un colorant.

pas besoin, eux, d'être homogénéisés dans du gras. Certains sirops Moulin de Valdonne contiennent bien de la lutéine, mais ils sont émulsionnés avec des esters glycériques de résine de bois plutôt que de l'huile de palme.

RETRAIT PLANIFIÉ

De son côté, Suntory promet qu'un « projet de retrait de cet ingrédient est prévu ». En attendant, qu'on se rassure : sans promouvoir l'Oasis pêche-abricot, affligé d'un Nutri-score E et de nombreux additifs, on peut cependant affirmer que les moins de 0,05 % d'huile de palme présents dans cette boisson ne boucheront pas vos artères ni ne menaceront les forêts primaires de Malaisie et d'Indonésie.

ACCÈS À LA NATURE //////////////////////////////////

La « servitude de marchepied » libère les berges

Promeneurs et pêcheurs, à vous la liberté de baguenauder le long de l'eau ! Les berges des fleuves, rivières et lacs domaniaux vous sont accessibles sur une largeur de 3,25 m depuis la rive, même s'ils traversent des propriétés privées.

LE PRINCIPE

Si un particulier – ou son chien – vous montre les crocs alors que vous foulez son terrain, invoquez la « servitude du marchepied ». Elle dispose que « les propriétaires riverains d'un cours d'eau ou d'un lac domanial ne peuvent planter d'arbres ni se clore par haies ou autrement qu'à une distance de 3,25 m » (art. L. 2131-2 du Code général de la propriété des personnes publiques, lié au domaine public fluvial). En revanche, inutile de vous plaindre des orties



ou des branches entravant votre circulation, puisque le propriétaire « n'a pas d'obligation d'entretien de ladite servitude ».

PÊCHEURS ET PIÉTONS

Que vient faire ici un marchepied ? En l'occurrence, il ne s'agit pas d'un escabeau, mais d'un « chemin réservé le long des cours d'eau navigables sur la rive opposée au halage, et servant à la circulation des piétons ou des chevaux » (Larousse). La servitude afférente était initialement destinée

à un accostage d'urgence pour les bateaux et au passage des services de police et d'entretien des berges, avant qu'elle soit élargie aux pêcheurs puis aux promeneurs. Un droit similaire existe pour l'accès au sentier littoral, aussi appelé chemin « des douaniers » : cette servitude de passage des piétons le long du littoral (SPPL) est, elle, établie sur une largeur de 3 m. Son objectif ? Garantir un accès piéton, libre et gratuit à l'ensemble du littoral français, qui appartient au domaine public.

**MARIE-AMANDINE
STÉVENIN**
PRÉSIDENTE DE
L'UFC-QUE CHOISIR



PRIX ALIMENTAIRES

Un bien mauvais calcul

À l'issue des États généraux de l'alimentation de 2017, plusieurs dispositions prises visaient à rééquilibrer les relations commerciales et augmenter la rémunération des agriculteurs. Un des dispositifs proposés ? Le relèvement du seuil de revente à perte de 10 % (SRP + 10 %). L'idée était simple : majorer les marges appliquées aux produits alimentaires afin que, par ruissellement, les producteurs obtiennent une rétribution plus juste. Dès le début, nous craignons que les consommateurs ne payent une lourde contribution – en raison de l'impact inflationniste évident de la mesure –, évaluée par certains à un milliard d'euros par an. Nous doutions fortement des bénéfices pour le monde agricole. Le ministère de l'Agriculture avait alors indiqué que ce rééquilibrage des marges se ferait sans modification substantielle du panier des consommateurs et avait noté un engagement de la grande distribution en ce sens. Sur-tout, un mécanisme de suivi devait être mis en place et le SRP + 10 %, pérennisé, seulement si les objectifs assignés étaient atteints. En 2020 et en 2022, deux rapports gouvernementaux soulignaient la difficulté d'évaluer son impact. Pourtant, décision fut prise de poursuivre l'expérimentation jusqu'en avril 2025. Malheureusement, aucune preuve démontrant l'efficacité de l'outil n'a été apportée. En sept ans, la situation des agriculteurs ne s'est pas améliorée. Il serait donc temps d'en tirer les conséquences. À quand des mesures efficaces sur le revenu agricole et l'abandon définitif du SRP + 10 % en l'absence de tout effet positif, tant pour les exploitants que pour les consommateurs ? ♦

Retrouvez dans ces pages « Aussi une association », les actions menées par l'UFC-Que Choisir, à l'échelle nationale et locale, ainsi que quelques litiges résolus.

SFAM

De lourdes sanctions pénales

L'UFC-Que Choisir dénonce depuis plus de sept ans les pratiques scandaleuses de la SFAM, courtier en assurances de biens multimédias. Les prélèvements indus et les méthodes commerciales trompeuses ont perduré malgré l'amende transactionnelle intervenue avec la répression des fraudes en 2019. Après plusieurs années d'un combat sans répit, l'association s'est constituée partie civile lorsque six sociétés de la galaxie Indexia (AMP Serena, Cyrana, Foriou, Hubside, SFAM et SFK Group) et leur dirigeant, Sadri Fegaier, ont enfin été renvoyés en correctionnelle. Mi-décembre, le tribunal judiciaire de Paris a rendu son jugement, et les sanctions sont sévères. Ces peines sont justifiées par le caractère exceptionnel de l'affaire lié à la durée des dérives constatées, au nombre de clients lésés et aux montants en jeu. Sadri

Notre victoire après un long combat

Fegaier écope ainsi de deux ans de prison, dont 16 mois ferme, assortis d'un sursis avec mise à l'épreuve de huit mois. Il est également condamné à verser 300 000 €, il lui est interdit de gérer une entreprise pendant cinq ans et ses biens immobiliers ont été confisqués, leur saisie ayant d'ores et

déjà été ordonnée à titre conservatoire. Les six sociétés de son groupe, elles, devront s'acquitter d'amendes allant jusqu'à 1,5 million d'euros. Quant aux victimes, le traitement de leurs demandes d'indemnisation est reporté à avril 2025. La juridiction a souligné l'investissement particulier de l'UFC-Que Choisir : il lui est alloué une indemnité de 100 000 € en réparation de l'atteinte causée à l'intérêt collectif des consommateurs et plus de 100 000 € de dommages-intérêts en compensation des moyens qu'elle a dû déployer dans ce dossier. Cette décision, certes non définitive puisque Sadri Fegaier a fait appel, constitue une première victoire. L'UFC-Que Choisir continuera évidemment à suivre tout ça de près. ♦



**Sadri Fegaier
a fait appel
du jugement.**

J. PERRAUD/LE DAUPHINE-MAXPPP



Retrouvez les billets de Marie-Amandine Stévenin sur **QUECHOISIR.ORG**



On n'a rien lâché!

AUTOMOBILE

Indemnisation des victimes de l'AdBlue

Dans le scandale de l'AdBlue, la détermination a payé. Après avoir reçu plus de 7 000 plaintes de consommateurs, l'UFC-Que Choisir avait saisi la Direction générale de la concurrence, de la consommation et de la répression des fraudes (DGCCRF) et la Commission européenne. Dix-huit mois plus tard, cette dernière a tendu l'oreille. Sous la pression de Bruxelles, Stellantis a indiqué que l'ensemble des automobilistes de l'Union ayant subi des pannes à cause de l'AdBlue bénéficieraient des mêmes mesures de compensation que celles promises devant l'Autorité de la concurrence et du marché italienne. Voire davantage. Petit retour en arrière : en raison de la cristallisation de l'additif AdBlue nécessaire au fonctionnement de diesels équipés d'un filtre à particules, nombre de conducteurs ont dû procéder à des réparations avec un reste à charge moyen de 1 000 € (il atteignait parfois plus de 3 000 €). Face à la politique de l'autruche des constructeurs, l'UFC-Que Choisir n'a rien lâché. Aux

Les travaux pourront être remboursés

côtés du Bureau européen des unions des consommateurs (Beuc), elle a interpellé à plusieurs reprises la Commission, afin que le dispositif d'indemnisation s'étende à toute l'Europe. Appels enfin entendus. Concrètement, la remise en état des véhicules hors garantie depuis moins de cinq ans à compter de la livraison (soit moins de trois ans à dater de l'expiration de la garantie) et avec moins de 150 000 kilomètres parcourus sera remboursée à 100 %. Pour les voitures hors garantie depuis plus de cinq ans et jusqu'à huit ans à partir de la livraison, la couverture est décroissante en fonction du kilométrage, avec une limite de 210 000 kilomètres. Il y a, en outre, des engagements supplémentaires. Une plateforme en ligne permettra aux personnes concernées de se signaler et d'être dédommées. L'UFC-Que Choisir sera vigilante quant à la mise en œuvre des dispositions annoncées. ♦

DONS

Merci pour votre générosité

En dépit d'un contexte économique difficile, le fonds de dotation UFC-Que Choisir a recueilli, en 2024, un montant record : pas moins de 551 000 € ont été collectés, grâce à plus de 12 000 dons. Cette somme servira au financement d'outils et d'actions d'intérêt général, comme la refonte de l'application mobile gratuite Quelproduit, qui informe sur la composition des produits, leur qualité nutritionnelle et leur impact environnemental. Avec cet argent, nous pourrons aussi, par exemple, créer des mallettes pédagogiques utilisées par les associations locales de l'UFC-Que Choisir et organiser des rendez-vous conso visant à acquérir les bons réflexes pour une consommation plus responsable. Merci aux généreux donateurs pour leur précieux soutien. ♦

➔ **Renseignements sur Consolidons.org**



L'objectif : financer des projets d'intérêt général.



GLYPHOSATE

La justice européenne saisie

Mi-décembre, le collectif Pesticide Action Network Europe (PAN Europe) a saisi la Cour de justice de l'Union européenne pour contester la décision de Bruxelles de prolonger l'autorisation jusqu'en 2033 du glyphosate, malgré des preuves scientifiques quant à sa nocivité. Dans la droite ligne des critiques émises contre cet herbicide, l'UFC-Que Choisir entend intervenir en soutien à ce recours. ♦

— Par **MARIE BOURDELLÈS**

CAMPAGNE NATIONALE UFC-QUE CHOISIR

Nous voulons être transportés

Du 26 novembre à la fin du mois de décembre 2024, la campagne de l'UFC-Que Choisir « #LaMobilité-UnePriorité » a battu son plein. Une étude de l'association a établi que 11 millions de personnes n'avaient pas accès à un arrêt de transport en commun à moins de 10 minutes à pied de chez elles, soit 17,4 % des Français. Résultat : on constate de fortes inégalités, notamment entre grandes et petites villes. Des bénévoles des associations locales (AL) ont donc mené des actions de sensibilisation dans des agglomérations où l'offre de transports en commun est insuffisante. Munis d'affiches déclinant le pourcentage de la population non desservie et le taux de CO₂ qui pourrait être économisé en y remédiant, ils ont échangé avec les habitants autour de ces sujets. Ils ont également relayé le message de l'UFC-Que Choisir, qui demande aux pouvoirs publics d'investir, mais aussi de repenser les infrastructures existantes.



Partout en France, les bénévoles des AL (ici, ceux d'Issoire et Clermont-Ferrand) ont mené des actions sur le terrain.

À Trets (13), par exemple, 78,6 % des habitants ne bénéficient pas d'un accès aux transports. Jean-Claude Bourreau, président de l'AL Salon-de-Provence-Arles, a fait part d'« échanges avec une cinquantaine de personnes décrivant une situation difficile, dénoncée depuis longtemps, mais sans réaction visible des élus locaux ». D'autres AL ont alerté les médias régionaux et trouvé de nombreux relais dans la presse écrite ou à la télévision. ♦



RESSOURCES AQUATIQUES

Non à l'exploitation d'un forage !

Alors qu'elle lutte déjà contre des projets de bassines géantes dédiées à l'agriculture intensive (viticulture) dans l'Hérault, l'association locale (AL) de Montpellier s'est récemment exprimée sur l'exploitation d'un forage aquatique installé dans les années 1980 à des fins agricoles. En avril 2024, la municipalité de Montagnac (34) l'a cédé à la Compagnie générale d'eaux de source (CGES). Sa gestion par un embouteilleur est une aberration pour l'AL, qui s'est saisie du sujet au côté de l'association Veille eau grain. La nappe d'eau souterraine convoitée pourrait alimenter 20 000 habitants pendant 15 ans. Les bénévoles réclament « l'abandon de ce projet et [incitent] les pouvoirs publics et les collectivités territoriales concernées à s'y opposer ». ♦

RENTÉE DES CONSOMMATEURS

La Haute-Vienne fourmille d'idées

L'UFC-Que Choisir de la Haute-Vienne a vu grand pour sa Rentrée des consommateurs. Le 7 novembre dernier, elle a participé au forum des associations de patients organisé par le CHU de Limoges. Les représentants de l'association locale (AL) ont pu échanger avec le public et lui présenter leurs actions liées à la santé. À l'occasion de portes ouvertes, courant octobre, l'AL a également tenu des permanences dans plusieurs maisons France services (dédiées aux démarches

administratives), et y a animé trois rendez-vous conso consacrés aux « bons réflexes pour déjouer pièges et arnaques ». Le 23 octobre, l'AL a aussi organisé un atelier sur les fraudes bancaires et la protection des données auprès de jeunes de 17 ans sortant de l'aide sociale à l'enfance (ASE), dans le cadre d'un forum mis en place par le conseil départemental. Enfin, les bénévoles ont participé à la Fête des plantes et de la nature, le 27 octobre à Saint-Junien, pour aller à la rencontre des consommateurs des zones rurales. ♦

Les bénévoles ont fait feu de tout bois

UFC-QUE CHOISIR
DE LA HAUTE-VIENNE (87)

UFC-QUE CHOISIR
DE MONTPELLIER (34)

LITIGES RÉSOLUS

Des milliers de litiges sont traités chaque année par les associations locales de l'UFC-Que Choisir.

INTERMARCHÉ Opération invisible

Fidèle client de l'Intermarché de Margny-lès-Compiègne, monsieur X a témoigné d'un litige avec l'enseigne auprès de l'UFC-Que Choisir de l'Oise. Ce consommateur collectionne des vignettes autocollantes données en caisse car elles permettent d'obtenir des produits Armor Lux à prix réduit. Mais un mois avant la fin de la campagne, le rayon qui lui est dédié demeure désespérément vide. Idem 15 jours plus tard, où monsieur X apprend, de la bouche d'un employé, que « *tout est parti très vite* ». Ne pouvant bénéficier des rabais

alors qu'il possède assez de vignettes, l'adhérent s'estime victime d'une publicité mensongère. Il envoie une lettre recommandée à la direction du magasin. Sans réponse, il émet un signalement à la répression des fraudes. Intermarché réagit enfin. Si le distributeur présente plusieurs fois ses excuses dans son courrier, il insiste sur le fait que l'opération était soumise à des quantités limitées, sans possibilité de réservation. Vous êtes prévenu ! ♦

UFC-QUE CHOISIR DE L'OISE (60)



La fidélité à Intermarché serait-elle donc mal récompensée ?

VENTE EN LIGNE

Ça plane pour Droneinfor

Quand il achète un drone sur Droneinfor.com, monsieur D. opte pour une livraison en dépôt Mondial Relay. Mais après une longue attente, il apprend que son colis est resté bloqué dans un entrepôt. Il émet une réclamation auprès du vendeur, qui l'invite à patienter, puis finit par annuler la commande. Sur les 720 € versés, ce dernier lui en restitue 510, au titre de l'assurance souscrite. Le professionnel refuse de rembourser la

totalité de la somme, car il estime que c'est l'acheteur qui a choisi le transporteur. Monsieur D. se tourne alors vers l'UFC-Que Choisir de Nantes, laquelle rappelle au commerçant que la sélection du transporteur émanait d'une option présente sur le site Droneinfor et non d'une décision du client. L'argument convainc, et monsieur D. perçoit enfin les 210 € restants. ♦

UFC-QUE CHOISIR DE NANTES (44)

BON CADEAU

Sport découverte brouille les pistes

Une adhérente de l'UFC-Que Choisir du Doubs-Territoire de Belfort offre à un ami un bon cadeau pour un vol en planeur, acheté sur Sport-decouverte.com, d'un montant de 219 €. Mais au moment de prendre rendez-vous, le bénéficiaire apprend que la prestation ne peut être réalisée, faute de pilote. Le vendeur refuse de rembourser sa cliente et ne lui propose qu'un avoir pour une autre activité. Pourtant, les conditions générales de vente stipulent qu'en cas d'annulation, le consommateur peut aussi être remboursé. L'association locale franc-comtoise aide son adhérente, qui récupère son argent après maintes relances. ♦

UFC-QUE CHOISIR DU DOUBS-TERRITOIRE DE BELFORT (25 ET 90)

C. BARTOLOMUCCI/REPORTERS-REA;
F. MARVAUX/REA

REJOIGNEZ NOS BÉNÉVOLES !

L'UFC-Que Choisir, première association française de défense des consommateurs, compte près de 120 000 adhérents et 135 associations

locales. Ses bénévoles sont essentiels. Que vous soyez actif ou retraité, spécialiste du droit ou non, venez nous rejoindre !



Renseignez-vous auprès de l'association locale la plus proche de chez vous (liste sur Quechoisir.org, onglet « Nos combats »).





Que c'est agaçant... la suite !

À votre tour de nous livrer vos petites contrariétés du quotidien.

— Par **ARNAUD DE BLAUWE**

Vous avez été très nombreux à réagir à notre article «Que c'est agaçant...», publié à cette même page 66 le mois dernier (QC n° 642). Et vous l'avez apprécié («Grand merci d'avoir si bien raconté ces petits faits pratico-pratiques qui nous pourrissent la vie», Thierry L.)! Nous vous demandions aussi de nous faire part de vos «tracas de tous les jours», de ce qui vous énerve. Et puisque vous avez répondu massivement à notre appel, nous vous proposons le second épisode (et le dernier, promis!). Florilège.

Bernard G. «Voici un de mes agacements récurrents: les étiquettes d'identification collées directement sur les articles. Elles se fragmentent en micromorceaux lorsqu'on les retire avec l'ongle et laissent une trace poisseuse ou jaune, indélébile. C'est surtout le cas pour les articles de décoration ou de bricolage, comme les raccords de plomberie, par exemple.»

Marie-Thérèse T. «Je viens de lire votre papier. Et je suis bien d'accord avec vous! Je peste régulièrement sur ces opercules indécrochables, ces films plastiques de barquettes impossibles à détacher d'un seul coup... Quant aux bouchons attachés aux bouteilles, sur lesquels il faut à la fois appuyer tout en tournant pour casser les attaches, n'en parlons pas.»

Dominique B. «Ah, ce distributeur de papier toilette opaque dans les sanitaires publics ou d'entreprises... On ne sait jamais s'il est suffisamment approvisionné!»

Catherine S. «Votre article était très amusant et si vrai. Ce qui m'exaspère, ce sont ces étiquettes cousues sur certains vêtements, tellement gênantes à l'usage qu'on est obligé de les couper.»

Catherine L. «Aux péages d'autoroute ou aux sorties de parkings publics, combien de fois je me suis retrouvée, petite femme que je suis (1,62 m), à avoir les bras trop courts pour prendre

un ticket ou payer par carte bancaire à la borne. Je redoute le concert de klaxons alors que j'ouvre ma porte, me contorsionne pour effectuer l'une de ces opérations puis rentre dans ma voiture sans me coincer le bras ou la main.»

Patrice C. nous apporte un témoignage dans le même sens: «Les bornes de sortie des parkings sont souvent trop éloignées, même pour un bras gauche de longueur normale.»

Henri T. «Les péages à flux libre ont fait leur apparition sur certains tronçons autoroutiers. La compréhension du système et les modalités de paiement sont bien compliquées.»

Jean-Francis R. «Vous évoquiez votre agacement au moment de faire le plein d'essence quand, depuis la pompe, l'accès au réservoir est de l'autre côté de la voiture. Que vos lecteurs sachent que, sur le tableau de bord de leur véhicule, près du dessin de la jauge à carburant, il y a un petit tiret – certes pas toujours visible! – qui rappelle aux usagers de quel côté se trouve la trappe du réservoir.»

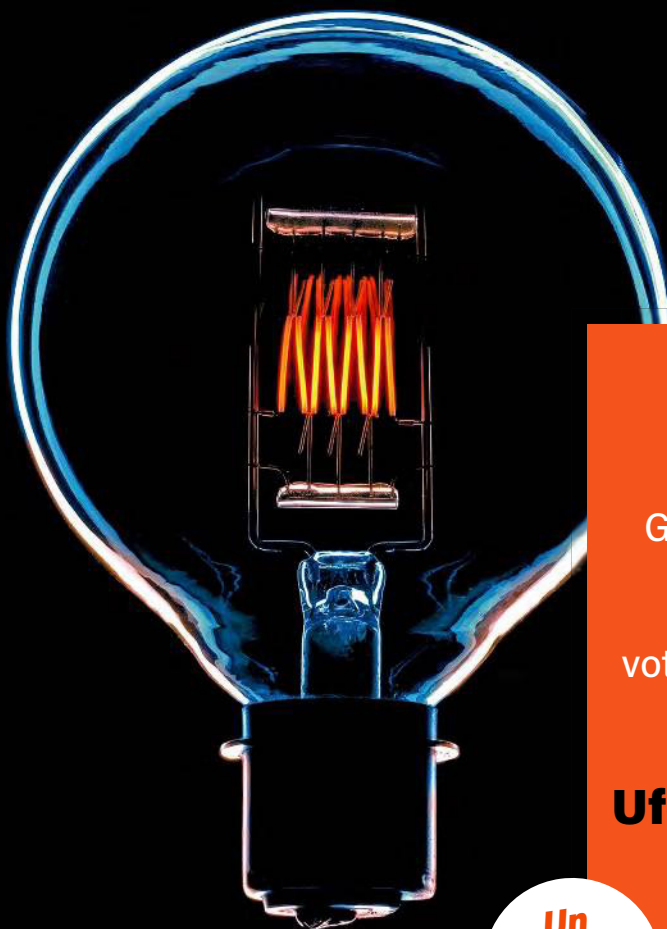
Bernard C. «Avez-vous évalué les reliures de Que Choisir que vous proposez en page 67, au prix de 12 €? Les tringles pour accrocher les magazines s'y chevauchent et il faut toujours les remettre en ordre... tout cela n'est pas simple.»

Jean-Baptiste M. «Vous rangez probablement vos paquets de riz, de pâtes ou de légumes secs les uns à côté des autres dans le placard de votre cuisine. Et ça aussi, c'est agaçant: devoir les sortir pour trouver les coquillettes que l'on cherche. Une solution pour éviter ce tracasserie? Que le producteur signale le contenu sur le côté latéral desdits paquets.»

Un grand merci pour toutes vos contributions. Voilà autant de situations irritantes dans lesquelles «nous nous sommes tous trouvés un jour, et dont on ne rit qu'après», pour reprendre les mots de **Micheline P.** ♦

Nos lecteurs témoignent de leurs légers soucis de tous les jours

PAYEZ MOINS CHER LE GAZ ET L'ÉLECTRICITÉ



Examinez les offres

Grâce à **notre comparateur des fournisseurs** de gaz et d'électricité, réduisez votre facture annuelle en optant pour le meilleur contrat !

[Ufcqc.link/energie643](https://ufcqc.link/energie643)

**Un
service
gratuit**

Pour accéder
au comparateur,
**copiez l'URL
ci-dessus
ou flashez
le QR code**



UNION FÉDÉRALE
DES CONSOMMATEURS
- QUE CHOISIR