

DIMENSION

par Samsung France

SPÉCIAL CHARGE MENTALE

Et si la maison devenait notre alliée ?

ENQUÊTE

90%

des Français
ressentent de la
charge mentale
domestique.

LIFE HACKS

La maison comme partenaire
du quotidien

**SÉLECTION &
TENDANCES**

XXL is the new luxury

INTERVIEWS D'EXPERTS

Diane Ballonad Rolland, Laurence Einfalt,
Sylvaine Sansone

SOMMAIRE

Au fil de ce numéro

ÉDITO

04

Le confort a changé de définition, par
Pierre Duchier, directeur de la division
électroménager Samsung

ENQUÊTE

06

La maison intelligente : et si le vrai luxe
était de ne plus avoir à y penser ?

Interview avec **Diane Ballonad Rolland**

FOCUS

12

Ce que l'étude pointe,
ce que Bespoke AI y change

Témoignage **Samsung Members**

LIFE HACKS

20

La maison comme partenaire
du quotidien

Interview avec **Laurence Einfalt**

Témoignage **Samsung Members**

TENDANCES

30

XXL is the new luxury

Interview avec **Sylvaine Sansone**

DESIGN

36

Quand l'électroménager devient
architecture intérieure





ÉDITO

Il y a quelques années,
l'innovation dans
l'électroménager se
mesurait en
performances :
PLUS RAPIDE,
PLUS PUISSANT,
PLUS ÉCONOME.

AUJOURD'HUI,

ce que les utilisateurs
demandent a changé.



Le confort a changé de définition

Ce n'est plus ce qu'un appareil sait faire. C'est ce qu'il nous évite d'avoir à penser. Le quotidien n'a jamais été aussi chargé : les tâches domestiques ne sont pas plus nombreuses qu'hier, mais elles réclament une attention permanente. Anticiper les repas, gérer le linge, organiser les courses, ne rien oublier... cette somme de micro-décisions occupe un espace mental considérable.

C'est ce que nous avons voulu mesurer. Notre étude, menée auprès de 1 073 Français, le confirme : 90 % d'entre eux ressentent de la charge mentale, et la charge domestique en est la deuxième source (58 %), juste derrière la charge parentale (64 %).

Le vrai défi n'est plus de simplifier les gestes : il est d'alléger tout ce qui les précède.

C'est là que nous croyons la technologie la plus utile : quand elle s'efface. Quand elle anticipe au lieu de solliciter, quand elle accompagne sans imposer. Ce magazine est né de cette conviction. Il réunit les enseignements de notre étude, le regard d'experts de l'habitat et du quotidien, et des exemples concrets de ces innovations discrètes.

Parce qu'au fond, le luxe n'est plus dans l'accumulation de fonctions. Il est dans ces quelques minutes retrouvées, ces décisions en moins, et cette sensation d'avoir enfin un quotidien qui travaille un peu avec nous.



PIERRE DUCHIER
Directeur de la division Électroménager —
Samsung Electronics France

LA MAISON INTELLIGENTE :

ET SI LE VRAI LUXE ÉTAIT DE NE PLUS AVOIR À Y PENSER ?

90 % des Français ressentent de la charge mentale. Dans la maison, le poids du quotidien ne vient pas seulement de ce qu'il faut faire, mais de tout ce qu'il faut prévoir, vérifier et organiser en amont.

Courses, repas, linge, coordination des usages : le confort ne se mesure plus uniquement à la performance des appareils. Il se joue aussi dans leur capacité à alléger les micro-décisions qui s'accumulent au fil des jours.



Les corvées ont changé de visage

Entre les journées de travail, les trajets, la vie familiale et les imprévus, les tâches domestiques occupent une place discrète mais constante. Pas tant parce qu'elles sont difficiles à réaliser, mais parce qu'elles demandent d'être pensées, anticipées et organisées.

Faire les courses avant que le réfrigérateur ne soit vide. Trouver chaque soir une idée de dîner. Penser à lancer une machine avant de partir. Ces gestes sont devenus si automatiques qu'on oublie le temps qu'ils mobilisent.

Une multitude de petites décisions qui finissent par peser

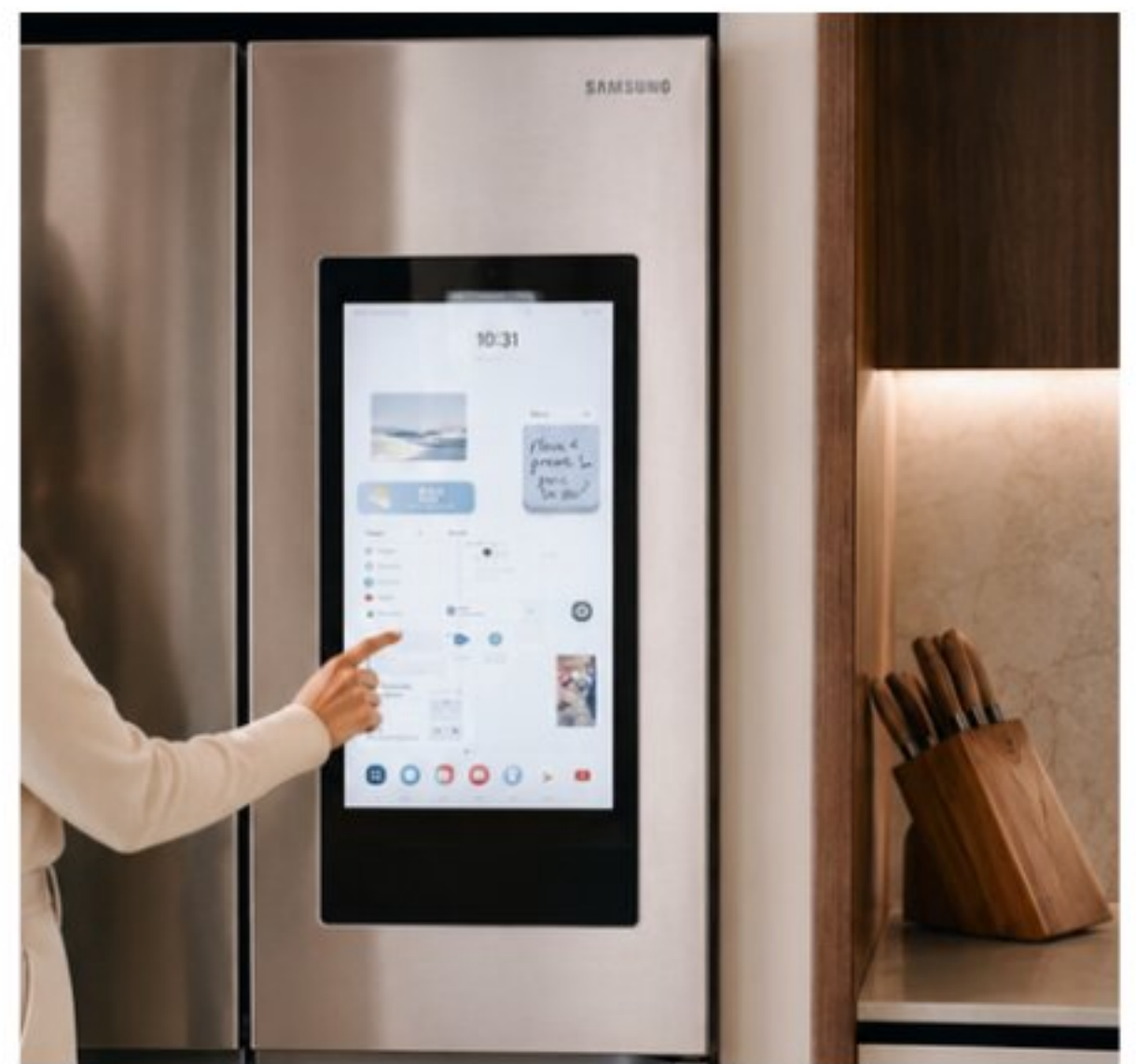
Le paradoxe est là : les appareils n'ont jamais été aussi performants, mais la sensation de manquer de temps reste omniprésente. Aucune tâche ne domine réellement les autres, c'est leur accumulation qui crée cette impression d'être toujours en train de penser à la suite.

Les chiffres le confirment : 90 % des Français ressentent de la charge mentale, et la charge domestique en est la deuxième source (58 %), juste derrière la charge parentale (64 %). La charge mentale domestique pèse sur l'esprit (charge moyenne de 6,5/10). À force de s'accumuler, ces décisions empiètent sur le temps pour soi, parmi les français concernés par la charge mentale : 80 % déclarent un temps libre réduit, 78 % une fatigue accrue, 66 % un stress plus élevé et un sur deux un sommeil dégradé.

“ La maison n'est plus seulement un lieu de vie. Elle est devenue un espace qu'il faut orchestrer. ”

Le vrai défi n'est plus de faire... mais de penser à faire

Derrière les corvées les plus lourdes se cache souvent une difficulté d'organisation. Prévoir les repas de la semaine figure parmi les tâches les plus contraignantes : 75 % la jugent chronophage. Viennent ensuite la gestion de la liste de courses (65 %) et le gaspillage des aliments oubliés (52 %). Même le linge, pourtant automatisé, continue de mobiliser : 69 % peinent à éliminer taches et odeurs. Le ménage, lui, reste la première source d'irritation et d'épuisement du quotidien.



Quand l'électroménager passe de l'action à l'anticipation

Les consommateurs ne cherchent plus seulement des appareils performants : ils attendent qu'ils les aident à mieux gérer leur quotidien. 73 % des Français pensent que l'intelligence artificielle et la connectivité peuvent leur faire gagner du temps et simplifier l'organisation de la maison. L'IA n'est plus une technologie spectaculaire : elle prend en charge une partie des micro-décisions qui rythment la journée. C'est précisément la promesse de la gamme Bespoke AI de Samsung : des appareils qui ajustent, suggèrent et anticipent, au service du quotidien.

De la maison connectée à la maison adaptative

Longtemps, la maison connectée a rimé avec gadget : des objets qu'on pilote à distance, une addition de fonctions. La vraie rupture est ailleurs. La maison adaptative ne se contente pas d'être pilotable : elle prend en compte nos habitudes de vie, apprend de nos gestes du quotidien et ajuste seule son fonctionnement. Elle ne réclame pas plus d'attention mais elle en libère. C'est là que se joue le vrai plus : non pas une maison qu'il faut gérer, mais une maison qui s'adapte à nous.

“ La maison connectée se pilote.
La maison adaptative, elle, apprend. ”

La cuisine devient un espace plus intuitif

Les fours de nouvelle génération, à l'image du Dual Cook, cuisent simultanément plusieurs plats à des températures différentes grâce à leurs deux cavités indépendantes. Cette souplesse se prolonge après le repas : depuis SmartThings, le lave-vaisselle se programme à distance, son cycle se suit en direct et une notification signale la fin du lavage. Résultat : moins de surveillance, moins d'allers-retours dans la cuisine, plus de liberté pour profiter de sa soirée.



Le linge, lui aussi, devient plus autonome

Les lave-linge Samsung équipés d'IA analysent la charge et les textiles pour ajuster seuls les réglages ; certains réunissent lavage et séchage dans un seul appareil. Au-delà de la performance, c'est la disponibilité mentale qui est en jeu : moins de réglages, moins d'interruptions dans la journée.



La technologie invisible

Les innovations les plus appréciées sont celles qui savent se faire discrètes : rappeler qu'il manque un ingrédient, adapter un programme, éviter un oubli avant qu'il ne devienne une contrainte. L'IA ne transforme pas les habitudes du quotidien. Elle les accompagne — et fait disparaître, petit à petit, ces décisions qui, mises bout à bout, occupent une grande partie de nos journées.

Diane Ballonad Rolland

« Le véritable allègement commence quand la charge est vraiment partagée. »

Le concept de charge mentale domestique apparaît en 1984 sous l'impulsion de la sociologue Monique Haicault. Le problème ne réside pas uniquement dans le volume de tâches à accomplir, mais aussi dans ce travail invisible de coordination qui consiste à anticiper les besoins du foyer, organiser les emplois du temps, mémoriser ce qu'il reste à faire, arbitrer entre plusieurs priorités et gérer les imprévus.

Popularisée en 2017 par une bande dessinée d'Emma Clit, la charge mentale est entrée dans le vocabulaire commun. Elle a rendu visible une réalité longtemps minimisée : on peut faire la moitié des tâches sans porter la moindre charge mentale, si l'autre continue à penser à tout.



“

Ce n'est pas une question de bonne volonté.

C'est une question de conscience.

”

Pour Diane Ballonad Rolland, l'épuisement vient de ce qu'elle appelle le syndrome du post-it mental : cette accumulation de micro-décisions qui tournent en boucle.

Qu'est-ce qu'on mange ce soir ? Le linge est-il sec ? Ai-je pensé à la crème solaire pour vendredi ? Aucune de ces questions ne prend plus de quelques secondes. Accumulées, elles finissent par occuper des heures d'espace mental.

DIANE BALLONAD ROLLAND

Fondatrice et dirigeante du Temps et Equilibre et de l'Académie des Pros de l'organisation

“

C'est ça qui épuise. Pas les tâches elles-mêmes, mais ce flux continu qui occupe l'espace mental même quand on ne fait 'rien'.

”

Au sein du foyer, la bascule se produit souvent avec l'arrivée d'un enfant. Avant, les choses peuvent sembler relativement équilibrées. Après, la charge tend à se concentrer sur une seule personne, souvent la mère, de façon invisible et difficile à corriger une fois le schéma installé.

Dans les faits, deux sujets reviennent très régulièrement : les repas et le linge. Pas parce qu'ils prennent le plus de temps, mais parce qu'ils ne s'arrêtent jamais. Le frigo se vide. La corbeille se remplit. Quand une seule personne y pense en permanence, la charge ne se relâche jamais vraiment.

Diane Ballonad Rolland milite pour le partage de l'information : rendre l'autre vraiment au courant de ce qu'il faut anticiper, faire et prévoir, de façon régulière. Il ne s'agit pas seulement de déléguer une tâche, mais de partager aussi la responsabilité d'y penser.

Les routines aident, car elles réduisent le nombre de décisions à prendre au quotidien. Mais elles ne suffisent pas à elles seules à rééquilibrer la charge au sein du foyer.

L'avènement de la technologie et de l'intelligence artificielle peut fluidifier certaines tâches et libérer de l'espace mental.

Mais si une seule personne paramètre, configure et pense à activer les routines, rien ne change vraiment. « **C'est l'organisation qui doit changer. L'outil peut l'accompagner.** »

Pour Diane Ballonad Rolland, l'enjeu n'est pas de devenir toujours plus performants pour supporter la charge mentale. L'enjeu est de repenser l'organisation du foyer pour qu'elle repose moins sur la mémoire, l'anticipation et la disponibilité d'une seule personne. C'est là que commence le véritable allègement.

Conseil lecture :

Diane Ballonad Rolland a écrit le livre **“SOS Charge mentale”**, publié aux éditions Larousse. Conçu comme un cahier pratique et interactif, cet ouvrage aide à mieux comprendre et alléger cette charge invisible qui pèse sur le quotidien. À travers des exercices, des bilans et de nombreux conseils, l'autrice propose des solutions concrètes pour mieux s'organiser en couple et en famille, optimiser la répartition des tâches, améliorer la communication, instaurer des routines efficaces, mais aussi apprendre à lâcher prise, prendre du temps pour soi et retrouver un meilleur équilibre au quotidien.





Charge mentale domestique : la maison prend le relai

Linge, repas, courses : le quotidien sature.

Notre étude menée auprès de 1 000 Français (25-65 ans) révèle l'impact de cette charge invisible et met en lumière le rôle croissant d'une maison connectée qui apprend de nos habitudes pour nous libérer l'esprit.

A chaque tracas du quotidien, sa réponse...

1 français sur 3

possède de l'électroménager intelligent (50 % utilisent l'IA au quotidien).

50 %

des non-équipés envisagent de sauter le pas pour gagner du temps et pour la facilité d'utilisation

55 %

Confiance numérique : La sécurité des données reste un enjeu clé, avec 55 % d'opinions favorables.

Le linge, ce tracas invisible

69%

ont du mal à éliminer
taches et odeurs

53%

trouvent les cycles
de lavage trop longs

48%

subissent l'accumulation
du linge

Les utilisateurs jugent ces fonctionnalités utiles
au quotidien

Sélection automatique
du cycle

Dosage auto
du détergent

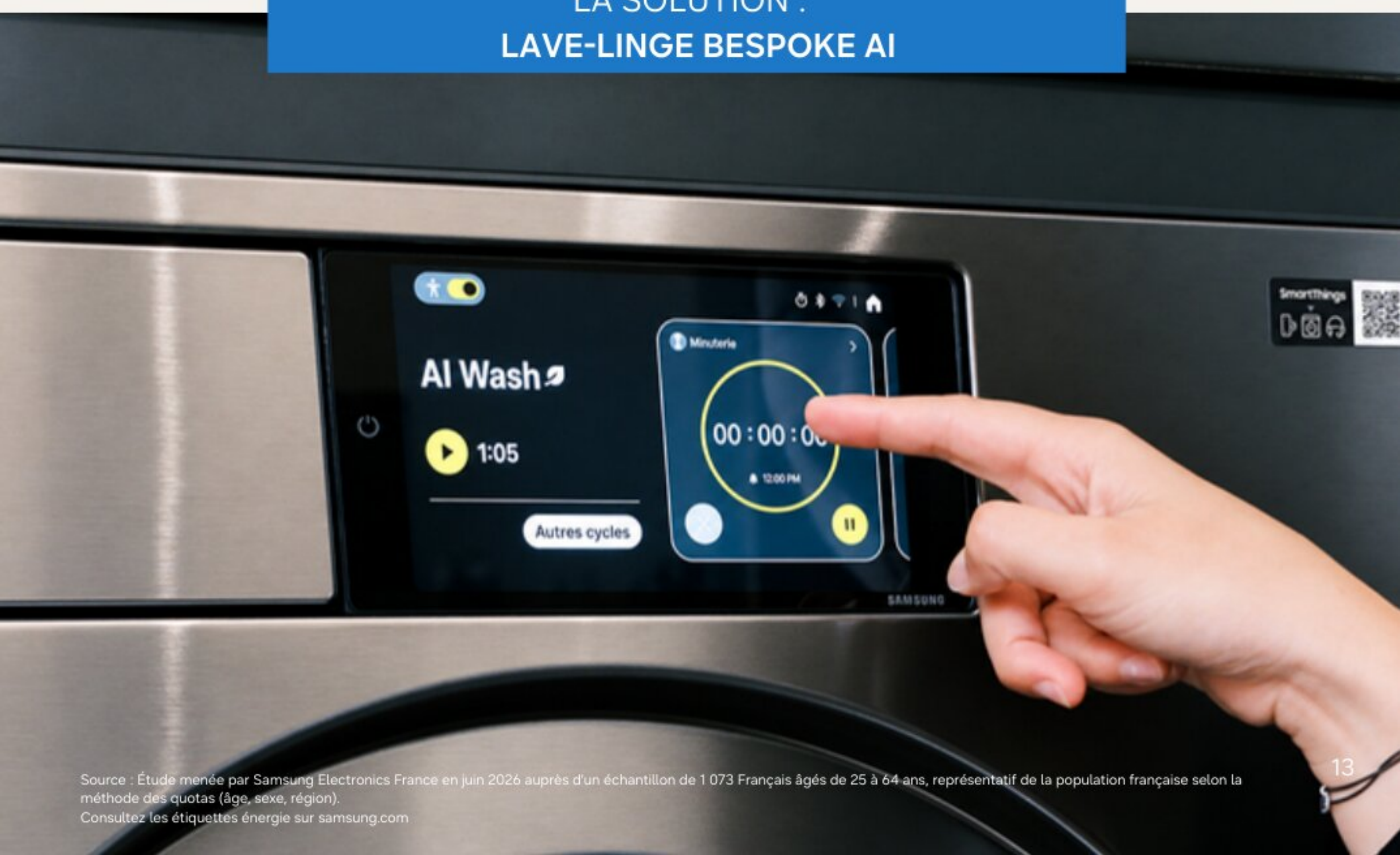
Surveillance
à distance

78%

76%

64%

LA SOLUTION :
LAVE-LINGE BESPOKE AI



Repas & courses, ce puzzle quotidien

75%

jugent la planification
des repas chronophage

65%

peinent à gérer
la liste de courses

52%

gaspillent des
aliments oubliés

Les utilisateurs jugent ces fonctionnalités
utiles au quotidien

Idées de repas
selon le contenu du frigo

77%

Alertes de
péremption

72%

Suggestions
de cuisson au four

60%

LA SOLUTION : RÉFRIGÉRATEUR & FOUR BESPOKE AI



A woman with long brown hair, wearing a green long-sleeved shirt and white trousers, stands in a modern kitchen. She is looking into an open Samsung refrigerator, which is filled with various fresh foods like fruits, vegetables, and bottles. The kitchen has light green cabinets, a white brick wall, and two large windows with black frames. Two copper-colored wire mesh pendant lights hang above the kitchen island. On the island, there is a white mug, a bowl of cereal, and a bowl of strawberries. A large potted plant is visible near the windows.

La réponse de Samsung avec Bespoke AI

Chaque irritant trouve sa réponse dans la gamme Bespoke AI :
un lave-linge qui ajuste seul ses cycles, un réfrigérateur Multi-portes qui
suggère les repas et alerte avant péremption, un four Dual Cook qui adapte
la cuisson, un lave-vaisselle qui se programme à distance
— pilotés depuis SmartThings.

TEMOIGNAGE

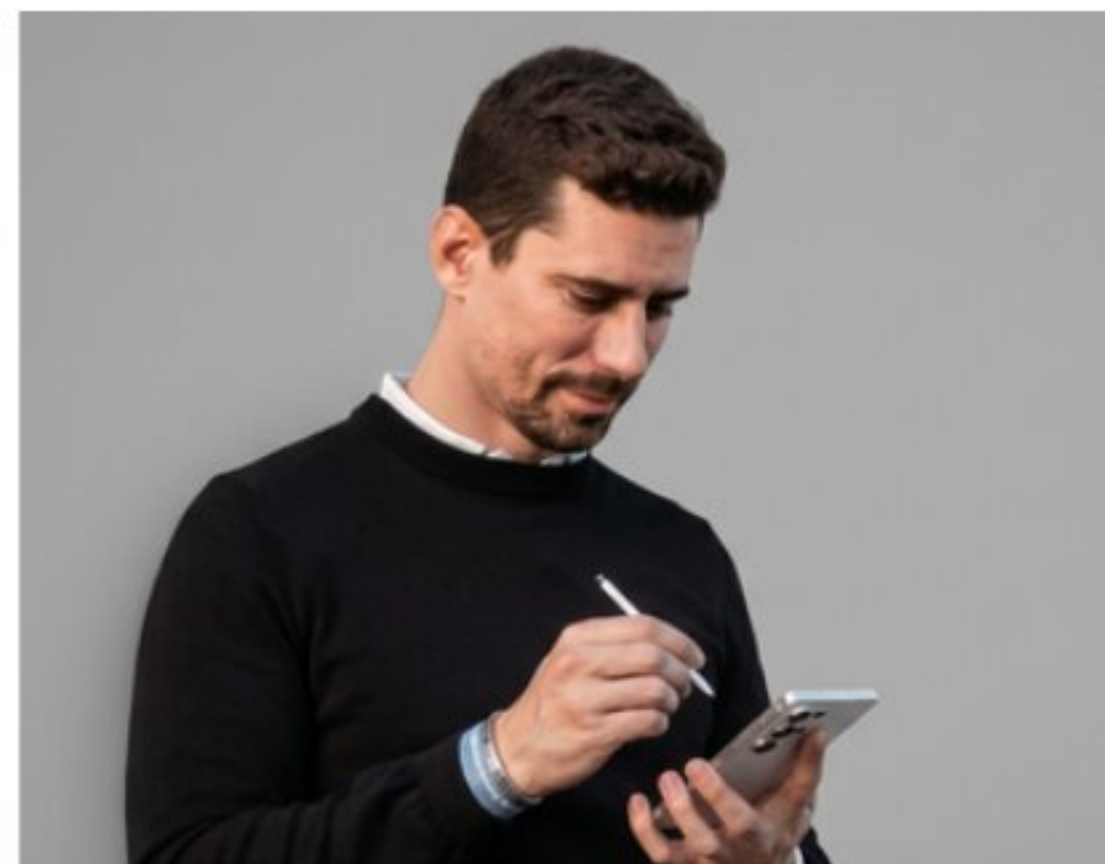
Samsung Members : Ils ont simplifié leur quotidien : moins de charge mentale, plus de temps utile

“ La meilleure technologie est celle qui me permet de penser à autre chose. ”

Passionné de technologie, Jérôme I. a profité de la construction de sa maison pour imaginer un intérieur où les objets connectés travaillent ensemble. Déjà utilisateur de l'écosystème Samsung, il a naturellement choisi d'y intégrer ses appareils électroménagers. Au fil des mois, ce ne sont pas seulement de nouvelles fonctionnalités qu'il a adoptées, mais une nouvelle façon de gérer son quotidien : plus fluide, plus intuitive et tournée vers les économies d'énergie.

● QU'EST-CE QUI VOUS A DONNÉ ENVIE DE CONNECTER VOTRE ÉLECTROMÉNAGER ?

J'avais déjà l'habitude d'utiliser l'univers Samsung pour mes appareils du quotidien. Quand j'ai fait construire ma maison, j'ai eu envie d'aller plus loin en créant un véritable écosystème. Ce que j'apprécie, c'est de pouvoir retrouver tous mes appareils dans une seule interface et les piloter facilement, que ce soit depuis mon téléphone ou à la voix. Tout est centralisé, ce qui rend l'expérience beaucoup plus fluide.



JÉRÔME I.

Équipement :

Lave-linge QuickDrive 8 kg

Réfrigérateur Multi-Portes 637L



● AU QUOTIDIEN, QUEL EST LE CHANGEMENT QUI VOUS A LE PLUS MARQUÉ ?

Sans hésiter, la tranquillité d'esprit. SmartThings m'indique quand un appareil a besoin d'un entretien ou d'un cycle de nettoyage. Je n'ai plus besoin d'y penser, ce qui enlève une vraie charge mentale. Les notifications me simplifient aussi la vie : je sais immédiatement quand le lave-linge a terminé son cycle, sans avoir à aller vérifier. Ce sont de petits gestes en moins, mais mis bout à bout, ils changent vraiment le quotidien.

AU-DELÀ DU CONFORT, EST-CE QUE VOUS VOYEZ AUSSI UN IMPACT SUR VOTRE CONSOMMATION ?

Oui, et c'est quelque chose que je regarde régulièrement. Les fonctions d'optimisation permettent de réaliser des économies d'énergie, mais aussi de lessive grâce au dosage automatique du lave-linge. C'est d'ailleurs une fonctionnalité dont nous ne pourrions plus nous passer. Ma compagne le dit souvent : nous n'avons jamais consommé aussi peu de lessive. Et j'avoue avoir pris l'habitude de comparer les performances énergétiques de notre foyer avec celles de foyers similaires... c'est presque devenu un petit défi personnel !

DANS VOTRE CUISINE, LE RÉFRIGÉRATEUR SEMBLE ÊTRE DEVENU BIEN PLUS QU'UN SIMPLE APPAREIL...

C'est vrai. Il fait partie de notre organisation quotidienne. Je m'en sers pour suivre des recettes, écouter de la musique pendant que je cuisine, préparer mes listes de courses ou trouver des idées de repas grâce à Samsung Food. Comme je pratique beaucoup le batch cooking, le fait de pouvoir passer directement d'une recette à une liste de courses me fait gagner énormément de temps. Et puis j'aime aussi le fait qu'il remplace les post-it ou les calendriers sur la porte du réfrigérateur : tout est regroupé au même endroit.

“ Ce sont de petits gestes en moins, mais mis bout à bout, ils changent vraiment le quotidien. ”

VOUS IMAGINEZ DÉJÀ LA MAISON CONNECTÉE DE DEMAIN. QU'AIMERIEZ-VOUS QU'ELLE FASSE DE PLUS ?

L'écosystème Samsung est déjà très abouti, mais je pense que l'intelligence artificielle peut aller encore plus loin. J'aimerais qu'elle soit capable de me suggérer spontanément, sans que je lui demande, des recettes à partir de ce qu'il reste dans le réfrigérateur ou encore de me proposer des automatismes en fonction de mes routines. Au final, ce que j'apprécie le plus, c'est de ne plus avoir à penser à tout. Les appareils s'occupent de certaines tâches à ma place et ça simplifie vraiment le quotidien.





La maison comme partenaire du quotidien

Rentrer. Poser les clés. S'effacer.

Le vrai confort n'est pas qu'une affaire d'esthétique : c'est une maison qui anticipe tout pour vous libérer l'esprit. Linge, repas, organisation... la charge mentale s'efface.

Avec Bespoke AI et SmartThings, commencez à orchestrer votre quotidien en douceur. L'automatisation devient enfin invisible.



LIFE HACKS

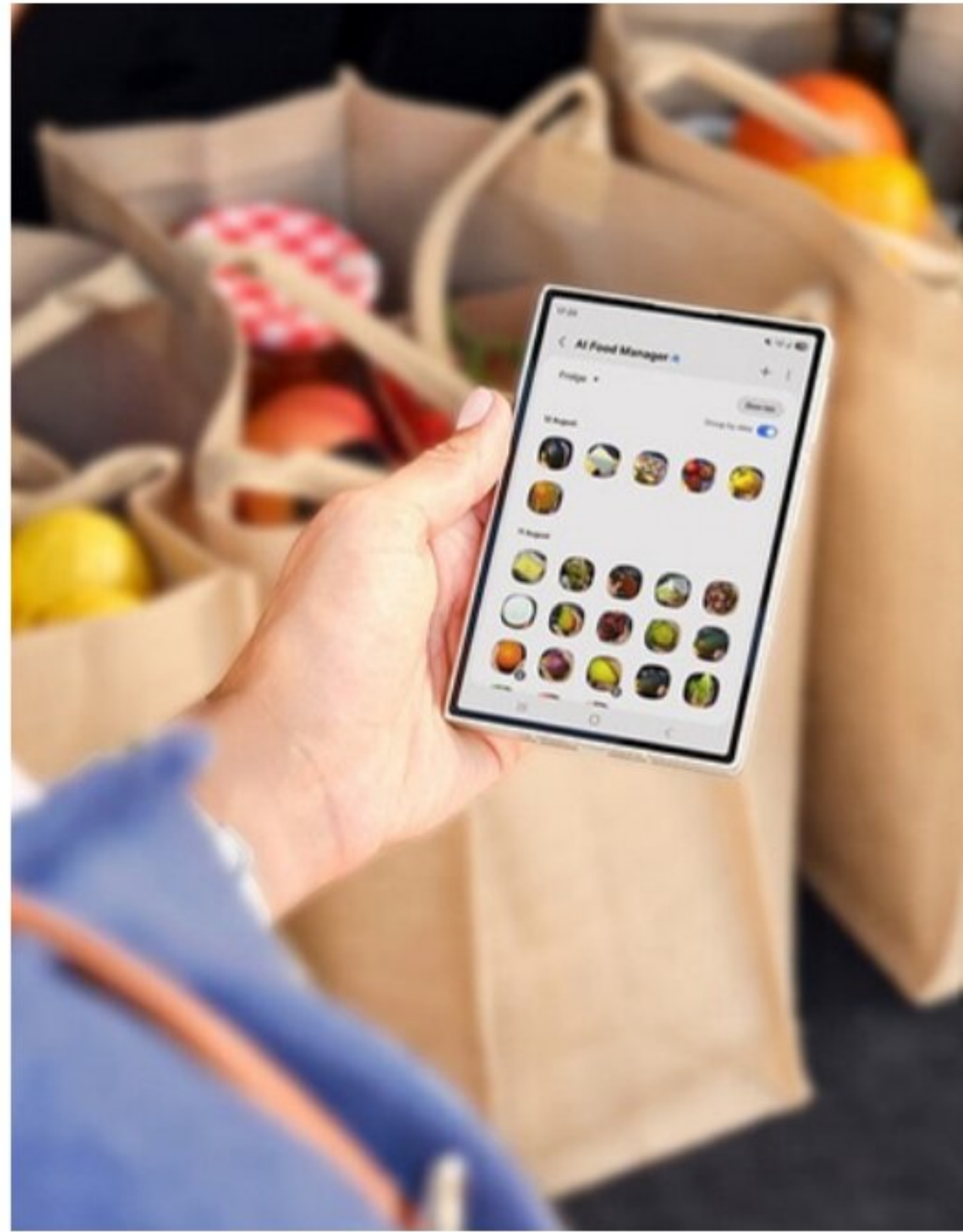
Le dîner sans y penser

Debout devant le frigo à 18h30, à espérer qu'une idée de dîner se matérialise ?

Penser aux menus de la semaine et à la liste de courses qui s'allonge ?

Calculer le temps de préchauffage et surveiller la cuisson pour ne pas rater le coche ?

Et si on laissait la cuisine s'occuper de tout ?



L'inspiration au premier regard

Avec le Multi-portes Bespoke AI Home, le réfrigérateur devient une interface d'organisation.

Grâce à l'intelligence Bespoke AI et sa technologie AI Vision Inside, la caméra interne de votre réfrigérateur mémorise automatiquement vos aliments et vous suggère des recettes inventives selon ce qu'il vous reste en rayon.

Ce soir : frittata.

Dix minutes, pas de course, personne qui attend.

Cuisiner les mains libres

« Bixby, mets un minuteur de huit minutes. »

« Bixby, montre-moi l'étape suivante. »

Les mains restent dans la pâte, les yeux sur la poêle. Pas d'écran à toucher, juste la voix, et la recette qui avance presque toute seule pendant que vous restez concentré sur l'essentiel.



Un scénario fluide, de l'écran à l'assiette

La magie opère dès que la recette est choisie.

D'un simple geste sur l'écran de votre réfrigérateur, les instructions de cuisson sont envoyées directement à votre four Bespoke AI via la technologie AI Pro Cooking. Il configure son mode de cuisson, ajuste sa température et se préchauffe en coulisses, à la seconde près.

Le dîner se termine, la soirée continue

Une fois le lave-vaisselle chargé et Smart Control activé, vous pouvez lancer le lavage à distance depuis SmartThings ou programmer un départ différé. Vous suivez le cycle en direct et recevez une notification lorsqu'il est terminé.

Le quotidien en parfaite harmonie

Cette complicité invisible est orchestrée par l'application SmartThings.

En synchronisant vos appareils, la technologie s'efface pour laisser place à un geste fluide, du premier coup d'œil dans le réfrigérateur jusqu'au plat posé sur la table.

Une fois vos routines installées en douceur, la cuisine n'est plus une suite de tâches logistiques, mais un moment de partage retrouvé.



Le linge qui disparaît des pensées

Trier les couleurs, scruter les étiquettes et hésiter sur la bonne température ?

Se demander si on a mis la juste dose de lessive pour éviter les taches ?

Oublier le linge propre dans le tambour et devoir tout recommencer ?



L'intelligence qui dose et s'adapte

Grâce à notre gamme Bespoke AI : terminé les casse-tête, découvrez des solutions intelligentes pensées pour simplifier le tri et optimiser les dosages

Les capteurs de votre lave-linge analysent automatiquement le poids de la charge, le type de tissu et le degré de salissure. L'appareil ajuste alors avec précision la quantité d'eau, la dose exacte de lessive et le temps de lavage nécessaire.

Le soin du linge devient un réflexe invisible.

Lancer un cycle d'un simple mot

« Bixby, lance le lavage pour des vêtements de sport. »

En un instant, le programme démarre avec les paramètres parfaits. Plus besoin de déchiffrer les symboles d'entretien ni de tourner la molette pour trouver le bon mode. Vous glissez le linge dans le tambour, vous parlez, et la machine s'occupe du reste.



Du lave-linge au sèche-linge

La magie opère dès que le lavage s'achève.

Grâce à la fonction Auto Cycle Link, votre lave-linge communique en direct avec votre sèche-linge Bespoke AI. Celui-ci pré-sélectionne instantanément le programme de séchage idéal selon les textiles lavés. Il ne vous reste qu'à transférer le linge.

La buanderie connectée

Trois allers-retours à la buanderie pour « voir si la machine est terminée » ?

Orchestrée par l'application SmartThings, cette complicité libère votre esprit. Recevez une notification sur votre smartphone (ou votre téléviseur) dès que le cycle est fini, tout en suivant votre consommation d'énergie en un clin d'œil.

Une fois vos routines installées en douceur, la corvée du linge n'est plus une préoccupation, mais une simple formalité qui se gère en coulisses.



Les économies invisibles

Traquer les heures creuses pour lancer ses machines au bon moment ?

Hésiter devant l'écran de ses appareils de peur de voir flamber sa facture ?

Devoir sans cesse calculer l'impact de ses cycles sur son budget ?



Mieux contrôler sa consommation et alléger ses dépenses

65 % des Français perçoivent le potentiel de la connectivité pour réduire leur consommation.

C'est là que le Mode AI Energy entre en jeu pour vous aider à piloter votre consommation. Dans un contexte où les dépenses énergétiques représentent une part importante du budget des ménages, ce mode est doté d'une fonction intelligente intégrée à l'application SmartThings, et qui à travers de l'analyse permet des optimisations et donc des économies.



L'optimisation en un seul geste

Un bouton à activer sur votre smartphone, et l'algorithme prend le relais.

Avec l'intelligence artificielle, rien n'est magique. Tout est mathématique ! Le mode AI Energy analyse vos données d'utilisation et réalise de savants calculs pour optimiser la consommation des appareils suivants : réfrigérateurs, lave-linge, sèche-linge, lave-vaisselle.



DAS Galaxy Z Fold8 Ultra tête: 0,821 W/kg, DAS tronc: 1,167 W/kg, DAS membre: 2,87 W/kg;

Source : Étude menée par Samsung Electronics France en juin 2026 auprès d'un échantillon de 1073 Français âgés de 25 à 64 ans, représentatif de la population française selon la méthode des quotas (âge, sexe, région)

Image générée par IA. Consultez les étiquettes énergie sur [samsung.com](https://www.samsung.com)

Mode AI Energy disponible via l'application SmartThings. L'application Samsung SmartThings fonctionne avec Android OS 8.0 (Oreo) ou une version plus récente, optimisée pour les smartphones Samsung. L'application SmartThings fonctionne également avec iOS 13 ou une version plus récente pour les iPhone. Vous aurez besoin d'un compte Samsung pour bénéficier de cette fonctionnalité.

Un assistant pour ajuster vos cycles

Grâce à SmartThings et au mode AI Energy, les appareils connectés optimisent automatiquement certains réglages pour faire des économies d'énergie significatives :

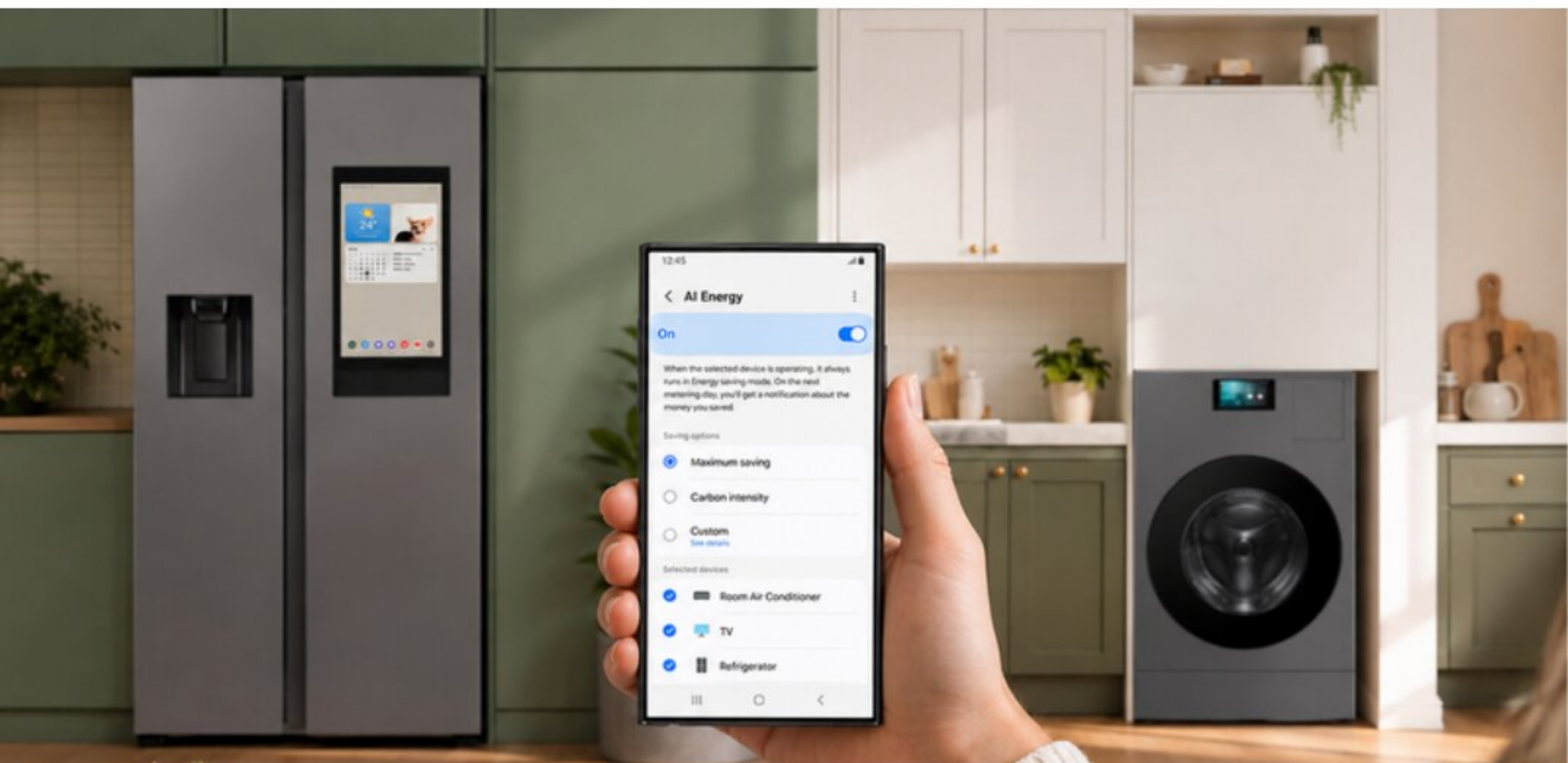
- jusqu'à 70%¹ sur les cycles de lavage en lavant à froid (15°C) avec la même efficacité qu'un lavage à 40°C.
- jusqu'à 15%² sur les réfrigérateurs, en adaptant le fonctionnement du compresseur et du dégivrage automatique selon la fréquence d'utilisation.
- jusqu'à 20%³ sur les sèche-linge, en adaptant la durée du cycle de séchage.
- jusqu'à 28%⁴ sur les lave-vaisselle, en adaptant la température de l'eau et la durée des cycles de lavage.

Et pour le suivi ?

SmartThings s'occupe de tout pendant que vous profitez de votre temps libre.

Alertes intelligentes : Recevez une notification si vos prévisions dépassent votre objectif mensuel.

**Une fois vos routines installées en douceur, plus besoin de tout calculer :
SmartThings s'en occupe pour vous**



DAS Galaxy S24 Ultra tête : 1,056 W/kg | DAS tronc : 1,30 W/kg | DAS membres : 2,40 W/kg

1. Basé sur des tests internes sur le modèle WW11BB944AGB dans des conditions d'utilisation normales. Résultats : Consommation d'énergie sans le mode d'énergie AI = 0,539 KWh. Consommation d'énergie avec le mode d'énergie AI = 0,145 KWh. Les résultats peuvent varier en fonction des conditions d'utilisation réelles. Voir éligibilité des modèles à la fonctionnalité sur Samsung.com.

2. Disponible à partir de Juin 2023 au travers d'une mise à jour Wi-Fi uniquement sur une sélection de modèles éligibles. Résultats de tests obtenus en mesurant la consommation électrique sur les réglages de température usine, avec et sans le Mode AI Energy activé. Les résultats peuvent varier en fonction des conditions et des habitudes d'utilisation du produit. Voir modèles éligibles sur Samsung.com.

3. Basé sur des tests internes sur le modèle DV8400D, en utilisant le cycle SuperSpeed pour sécher une charge de 5 kg. Résultats : Consommation d'énergie sans le mode AI Energy = 0,885 kWh. Consommation d'énergie avec le mode AI Energy = 0,637 kWh. Les résultats peuvent varier en fonction des conditions d'utilisation réelles. Voir éligibilité des modèles à la fonctionnalité sur Samsung.com.

4. Disponible sur les nouveaux modèles à partir du deuxième semestre 2026. Le mode AI Energy peut être utilisé avec 6 cycles de lavage : Intensif, Express, Extra Silence, Casseroles et poêles, Plastique, Auto. Basé sur des tests internes réalisés sur les modèles DW90H79JAI0U1 / W80H77WAI0U1BI afin de mesurer la consommation d'énergie du programme Casseroles et poêles avec et sans utilisation du mode AI Energy, conformément aux normes EN 60436. Résultat : programme Casseroles et poêles = 1 500 Wh/cycle et programme Casseroles et poêles avec mode AI Energy = 1 150 Wh/cycle, soit une réduction de 28 %. Les résultats peuvent varier en fonction des conditions d'utilisation réelles.

Laurence Einfalt

« Ce n'est pas la tâche qui épuise. C'est tout ce que l'on n'a pas encore fait. »

Il est 19h30. Le dîner est à faire, le linge attend dans la machine depuis ce matin, les devoirs des enfants ne sont pas encore vérifiés, et quelqu'un vient de demander ce qu'on mange demain. Ce n'est pas une catastrophe. Ce n'est même pas vraiment une mauvaise journée.

Ce moment, des millions de personnes le vivent chaque soir. Et pendant longtemps, il n'avait pas de nom. On parlait de fatigue, de stress, de manque de temps. Puis les chercheurs en sciences cognitives ont mis des mots dessus : charge mentale, fatigue décisionnelle, boucles ouvertes. L'idée centrale est la même partout : ce qui épuise, ce n'est pas tant ce qu'on fait. C'est tout ce qu'on n'a pas encore fait et qu'on ne peut pas s'empêcher de garder en tête.



“
On commence
naturellement par
prioriser l'urgent. Puis
quand tout devient
urgent, on procrastine.
”

Pour Laurence Einfalt, la désorganisation n'a jamais une seule cause. Elle est le résultat d'une accumulation : un changement de vie brutal, un logement mal pensé, un trouble de l'attention jamais diagnostiqué, une personnalité perfectionniste qui refuse de déléguer, ou simplement une histoire familiale qui a transmis, sans le dire, un certain rapport au temps et aux objets. Et à chaque fois, la même conséquence : des dizaines de « **il faut que** » qui flottent en permanence, sans jamais vraiment se résoudre.

LAURENCE ENFALT

Organisatrice professionnelle, fondatrice de l'agence **Jara**, première agence française de conseil en organisation personnelle

“

On a l'impression d'être sous l'eau et on risque de devenir agressif ou découragé quand un imprévu supplémentaire vient se greffer à tout le reste.

”

La bonne nouvelle, c'est que les habitudes peuvent changer. Plusieurs travaux en psychologie sociale sur les comportements automatiques dans la vie quotidienne, le confirment : environ 50 % de nos actions sont le résultat d'habitudes et non de décisions conscientes. Ce qui signifie que la marge de manœuvre existe, à condition d'aborder le changement avec méthode, sans chercher la transformation totale, mais en visant la plus petite action possible pour amorcer quelque chose de durable.

Sur la technologie, Laurence Einfalt est claire : les outils numériques, les appareils connectés et l'automatisation peuvent jouer un rôle très concret dans l'allègement du quotidien. Déléguer certaines tâches récurrentes à un système fiable, ne plus avoir à penser à lancer une machine au bon moment, à surveiller sa consommation ou à chercher une idée de repas avec ce qui reste dans le réfrigérateur, c'est autant de micro-décisions qui cessent d'occuper en permanence l'esprit. « **L'automatisation nous fait gagner du temps sur certaines tâches domestiques** », confirme-t-elle. Un gain de temps, mais aussi de disponibilité mentale : en prenant en charge une partie de l'anticipation, du suivi ou de l'organisation, la technologie permet de consacrer son attention à ce qui compte vraiment.

Et son intérêt ne réside pas nécessairement dans le fait de tout faire à notre place. Au contraire, elle peut nous permettre de nous concentrer sur les gestes et les décisions qui ont réellement besoin de nous. « **Ce que ces appareils ne font toujours pas, c'est agir à votre place** », rappelle Laurence Einfalt.

Mettre le linge trié dans la machine ou faire l'inventaire du réfrigérateur avant de commander restent des actions concrètes, mais elles s'inscrivent désormais dans un quotidien où une partie de la logistique peut être anticipée, simplifiée ou automatisée. Or, « **c'est le fait de prendre une décision puis de passer à l'action qui nous donne une sensation de satisfaction et de contrôle** ». La technologie trouve ainsi toute sa place : non pas en supprimant toute intervention humaine, mais en réduisant la somme des arbitrages, rappels et tâches invisibles qui les entourent.

S'organiser, conclut Laurence Einfalt, ce n'est pas un don. C'est une compétence. Et comme toute compétence, elle s'acquiert, à condition d'accepter que cela prenne du temps, et que les petits pas, répétés assez longtemps, finissent toujours par mener quelque part.

Conseil lecture :

Laurence Einfalt a co-écrit le livre :

“Savoir s'organiser, un guide complet pour mieux vivre au quotidien et gagner du temps pour vous”. Ce guide vous propose des méthodes, des conseils et des astuces pour vous aider à concilier sans peine vos nombreuses obligations, professionnelles et personnelles. Clair, pratique et efficace, il vous permettra de mieux vivre au quotidien !



TEMOIGNAGE

Samsung Members : Ils ont simplifié leur quotidien : moins de charge mentale, plus de temps utile

"En rentrant du travail, tout est déjà fait."

Alexis travaille en horaires décalés et termine souvent sa journée à 21 heures, parfois plus tard. Pour lui, connecter ses appareils Samsung n'était pas une question de technologie, mais une façon très concrète de récupérer du temps au quotidien.



ALEXIS M.

Equipement :

Four Dual Cook - Réfrigérateur Bespoke 344L - Lave-linge séchant AddWash

● QU'EST-CE QUI VOUS A CONVAINCU D'ADOPTER DES APPAREILS CONNECTÉS ?

Au départ, c'est le fait de pouvoir tout piloter depuis une seule application qui m'a convaincu. Je trouvais pratique de pouvoir vérifier ou lancer certaines tâches même quand je n'étais pas chez moi. Et une fois qu'on prend l'habitude, on se rend compte qu'on réfléchit beaucoup moins à toute cette organisation.

● DEPUIS QUE VOUS UTILISEZ CES APPAREILS CONNECTÉS, QU'EST-CE QUI A CHANGÉ DANS VOTRE QUOTIDIEN ?

Je travaille en horaires décalés et je termine souvent à 21 heures. Avant, il fallait encore penser au linge, au repas. Depuis le travail, je lance ma machine à laver pour que le cycle soit terminé à mon retour. Je peux aussi préchauffer le four à distance. J'ai l'impression de récupérer du temps sur ma soirée.

● QUELLE FONCTIONNALITÉ VOUS MANQUERAIT LE PLUS SI ON VOUS LA RETIRAIT DEMAIN ?

Les recommandations de programme sur le lave-linge, sans hésiter. C'est rassurant de savoir que l'appareil me guide vers le bon réglage. J'ai le sentiment que les appareils s'adaptent à mon rythme, plutôt que l'inverse.

“ C'est rassurant de savoir que l'appareil me guide vers le bon réglage. ”



COMMENT GÉREZ-VOUS VOS APPAREILS CONNECTÉS AU QUOTIDIEN ?

SmartThings est devenu un peu le tableau de bord de ma maison. J'y retrouve tous mes appareils et j'ai créé des routines qui automatisent certaines actions : lorsque je quitte la maison, tout s'éteint automatiquement. Ce sont de petits automatismes qui allègent vraiment la charge mentale.

UNE ANECDOTE OÙ L'UN DE VOS APPAREILS VOUS A VRAIMENT SIMPLIFIÉ LA VIE ?

C'est avec le lave-linge, sans hésiter. Avec mes horaires, je programme souvent les cycles pendant les heures creuses. Ce que j'apprécie particulièrement, ce sont les recommandations de programme proposées par l'application. Elle m'aide à choisir le cycle le plus adapté selon le type de linge.

“ SmartThings est devenu un peu le tableau de bord de ma maison. ”

Y A-T-IL DES FONCTIONNALITÉS QUE VOUS RÊVERIEZ D'AVOIR ET QUI N'EXISTENT PAS ENCORE ?

Honnêtement, l'écosystème est déjà très complet. S'il y avait une évolution, ce serait la possibilité de créer davantage de routines autour du four. Plus les appareils peuvent anticiper certaines actions à ma place, plus on gagne en confort.



XXL IS THE NEW LUXURY

Le confort à la maison se pense en grand : plus de capacité, plus de flexibilité, plus de fluidité. Le XXL n'est plus une question de volume, c'est une manière de s'approprier l'espace.



L'art de voir grand

Notre sélection XXL

pensée pour simplifier le quotidien et sublimer les intérieurs contemporains.

Multi-portes Bespoke AI Home

LE CŒUR DE LA MAISON

Avec ses lignes minimalistes, son grand format et son écran AI Home, il centralise listes de courses, calendrier, recettes, gestion des aliments et assistance vocale.

Ce que l'on aime : plus intelligent, plus spacieux, un appareil qui devient un véritable hub.



Bespoke AI Lave-linge 20kg et Sèche-linge 16kg

LA GESTION DU LINGE EN TOUTE SIMPLICITÉ

Lave-linge et sèche-linge grande capacité Samsung simplifient le quotidien avec jusqu'à 20 kg en lavage et 16 kg en séchage. Lavage AI Wash avec autodose, séchage intelligent par pompe à chaleur hybride et panneau AI Control : le soin du linge devient plus fluide, précis et serein.

Ce que l'on aime : efficacité, gain de temps et esthétique dans un seul produit.



Table de cuisson à hotte intégrée

LA CUISINE OUVERTE SANS COMPROMIS

Avec sa hotte intégrée, ce modèle de 80 cm libère l'espace au-dessus du plan de travail. Plus de hotte suspendue : l'îlot gagne en légèreté et devient un vrai point de rencontre. Son revêtement MattTouch, anti-rayures à la finition mate, complète cette esthétique épurée.

Ce que l'on aime : efficacité, gain de place et esthétique dans un seul produit.

Nos technologies XXL

Ces technologies redéfinissent l'espace sans se montrer.

Space Max™

PLUS D'ESPACE À L'INTÉRIEUR, MOINS D'IMPACT VISUEL

Grâce à une isolation optimisée, Space Max™ augmente la capacité intérieure sans modifier les dimensions extérieures. Idéal pour les intérieurs urbains où fonctionnalité et gain de place doivent cohabiter.

Ce que l'on aime : un design épuré, aligné avec les meubles, et un volume pensé pour le batch cooking et les courses XXL.



Flex Zone™ et Flex Zone Plus

LA CUISSON S'ADAPTE À TOUS LES MODES DE VIE

Les zones s'assemblent pour accueillir grands plats, casserole XXL ou plusieurs préparations simultanées, tout en conservant une esthétique épurée intégrée au plan de travail.

Ce que l'on aime : une technologie qui s'adapte au rythme réel du quotidien.

Sylvaine Sansone

« Un intérieur qui fonctionne, c'est un intérieur dans lequel on aime passer du temps. »

Il y a les intérieurs que l'on trouve beaux, et ceux dans lesquels on se sent immédiatement bien. Circulation fluide, rangements adaptés, prises électriques au bon endroit, équipements pilotables depuis son téléphone : rien de spectaculaire pris séparément. Mais, mis bout à bout, ces détails transforment la manière dont on vit chez soi.

Pour comprendre comment ces choix prennent vie, Sylvaine Sansone, architecte d'intérieur, nous a ouvert les portes de son appartement, qu'elle a elle-même pensé et dessiné. Des volumes aux rangements, en passant par les équipements, chaque détail y a été imaginé pour répondre à ses usages et simplifier son quotidien.

Pour elle, la conception d'un intérieur part de ceux qui vont l'habiter : leurs habitudes, leurs besoins, leurs objets et ces petits irritants qu'ils aimeraient ne plus retrouver chez eux. « **Je pense que c'est l'objectif de tous les architectes décorateurs. Même dans la décoration, on essaie de faire des choses pas que pour la forme, mais pour le fond** », explique-t-elle.



SYLVAINE SANSONE

Architecte d'intérieur, ingénieure et photographe.

Propriétaire du compte Instagram @sissyinparis

“ Même dans la décoration, on essaie de faire des choses pas que pour la forme, mais pour le fond. ”

La première étape consiste à anticiper. Sans prétendre tout prévoir, il faut penser suffisamment loin pour éviter des contraintes difficiles à corriger une fois les travaux terminés. L'électricité et la lumière en sont de bons exemples. « **Toujours anticiper, d'en avoir toujours un peu plus, notamment d'accès à la lumière** », conseille-t-elle.

Prévoir des accès, même lorsqu'ils ne sont pas immédiatement nécessaires, permet de faire évoluer le logement sans casser une cloison quelques années plus tard. Les rangements obéissent à la même logique : le manque de place est un irritant du quotidien.

Sylvaine Sansone a ainsi conçu sa bibliothèque en fonction de la taille des livres qu'elle devait accueillir. « **On se rend compte trop tard quand on veut rentrer quelque chose et que ça ne rentre pas** », raconte-t-elle. Une étagère trop petite ou un meuble inadapté peuvent conduire à acheter un nouvel élément qui n'était pas prévu.

Son propre appartement lui a aussi servi de terrain d'observation. Avant les travaux, elle notait les désagréments rencontrés dans son précédent logement. « **Dès que j'étais dans mon ancien appartement et qu'il y avait une sensation négative, je la notais et je me disais : ça, il faut absolument que ça ne m'arrive plus.** » Son vécu devient ainsi un outil de réflexion.

Cette attention se retrouve dans le choix de l'électroménager. Dans son appartement, la réflexion est venue une fois les grandes lignes de la cuisine et les dimensions des caissons définies. Les appareils pouvaient alors trouver leur place dans l'ensemble. Sylvaine Sansone a privilégié « **la sobriété, le minimalisme** » : la mosaïque, le damier au sol et les autres éléments graphiques occupaient déjà l'espace. Le lave-vaisselle disparaît derrière une façade ; le four s'intègre dans l'îlot.

Discrets à l'œil, ces appareils peuvent en revanche simplifier les gestes du quotidien. Pour Sylvaine Sansone, c'est là que les équipements connectés prennent tout leur sens : dans le bénéfice concret qu'ils apportent, sans chercher à prévoir chacun des gestes des occupants. « **C'est hyper pratique de savoir quand notre cycle de lave-linge est terminé alors qu'on est dans une autre pièce** », souligne-t-elle. Depuis son téléphone, elle peut aussi suivre ou programmer certains appareils et piloter les éclairages. Une fois ces réflexes pris, ces fonctions deviennent des raccourcis dans la journée.

Pouvoir programmer et suivre les appareils à distance allège aussi, selon elle, la charge mentale. « **Je sais que les appareils connectés nous aident parce que cela nous permet de programmer à l'avance** », explique-t-elle. Le suivi des cycles aide à organiser son temps et à profiter d'horaires plus avantageux en matière de coût. Sans ces fonctions, il faudrait se souvenir de lancer une machine, vérifier où elle en est ou programmer un rappel sur son téléphone.



Pour autant, Sylvaine Sansone ne considère pas que les appareils connectés doivent tout faire à la place de leurs utilisateurs. L'architecture facilite le quotidien, les équipements aussi, mais chacun s'approprie ces possibilités à son rythme. Les clients qui rénovent sont souvent déjà sensibilisés à ces technologies ; leurs usages doivent ensuite trouver leur place dans la vie de tous les jours.

L'objectif reste le même, qu'il s'agisse de dessiner une circulation, de prévoir un rangement ou d'intégrer un appareil connecté : supprimer les petits irritants qui, répétés chaque jour, finissent par peser. Un intérieur doit être pratique, mais aussi suffisamment adaptable pour accompagner l'évolution des habitudes de ceux qui y vivent.

“ On n'a pas envie d'en sortir. On a envie de rester et d'y passer du temps. ”

Et comment savoir si l'on a réussi ?

Pour Sylvaine Sansone, le signe est assez simple : « **On n'a pas envie d'en sortir. On a envie de rester et d'y passer du temps.** » Avoir envie de rentrer chez soi, d'y rester et d'y inviter des proches : ce bien-être traduit un intérieur qui a trouvé le bon équilibre entre esthétique, usages et confort.

D E S I G N







Quand l'électroménager devient architecture intérieure

Longtemps cantonné à un rôle fonctionnel, l'électroménager s'inscrit aujourd'hui dans une réflexion globale sur l'habitat. Dans les cuisines contemporaines, les appareils ne cherchent plus à attirer l'attention : ils s'intègrent avec discrétion dans des espaces pensés comme de véritables lieux de vie.

Cette évolution s'exprime par des lignes épurées et des interfaces discrètes. Les réfrigérateurs aux finitions noires ou anthracite remplacent l'inox ; fours et lave-vaisselle s'effacent derrière des façades alignées. Écrans discrets et commandes tactiles intégrées réduisent le « bruit visuel » et préservent l'harmonie de l'espace.

LE MINIMALISME DOMESTIQUE REFLÈTE UNE NOUVELLE MANIÈRE D'HABITER, OÙ LA CUISINE DEVIENT UN PROLONGEMENT DU SALON.

L'électroménager comme extension du mobilier

Dans les cuisines premium, les appareils dialoguent avec le mobilier. Une table de cuisson à hotte intégrée structure l'îlot sans alourdir la perspective ; les encastrables s'effacent derrière des façades intégrées ; les réfrigérateurs à portes planes s'alignent avec précision. Le lave-vaisselle intégrable prolonge cette discrétion : dissimulé derrière une façade. Les équipements répondent à une double attente : une technologie performante qui s'intègre naturellement au décor.



LE MEILLEUR DESIGN EST
CELUI QU'ON NE REMARQUE
PRESQUE PLUS.

Concevoir un appareil discret demande, paradoxalement, énormément de précision : l'épaisseur d'une porte, l'alignement des façades, la manière dont un écran apparaît puis disparaît. Chez Samsung, cette vision se traduit par des collections pensées comme des ensembles cohérents - capables de s'adapter aussi bien aux intérieurs minimalistes urbains qu'aux ambiances plus chaleureuses. La gamme Bespoke AI l'incarne : des objets intelligents qui participent à l'harmonie de la maison, au lieu de la troubler.





DIMENSION

par Samsung France

Contact presse
Hopscotch PR
samsung-pr@hopscotch.fr