



Rosnące ceny energii oraz ryzyko przeciążenia sieci sprawiają, że domowe zużycie prądu staje się kluczowym tematem dla gospodarki i milionów polskich rodzin. Najnowsze analizy APPLiA i KAPE pokazują, że największy, a jednocześnie najmniej wykorzystywany potencjał oszczędności kryje się w... kuchni i łazience. W polskich domach działa obecnie około 200 mln sztuk AGD, a wymiana najbardziej energochłonnych sprzętów mogłaby radykalnie obniżyć zużycie energii i przynieść gospodarstwom domowym oszczędności liczone w miliardach złotych rocznie.

Jak pokazuje opracowany przez APPLiA i KAPE nowy raport [„Naprawiać czy wymieniać AGD?”](#): 1, gospodarstwa domowe w Polsce zużywają ponad 31 TWh energii elektrycznej rocznie, czyli ok. 20% całej krajowej konsumpcji. Ponad 60% tego wolumenu przypada na sprzęt AGD, który nieustannie towarzyszy nam w codziennych czynnościach. Lodówki, pralki, zmywarki, płyty kuchenne czy okapy są więc stałymi, a często niedocenianymi „konsumentami” prądu – tym bardziej, że w polskich gospodarstwach domowych pracuje ok. 200 mln sztuk AGD.

Dane z raportu wskazują również, że nawet 87% emisji CO₂ jest generowane na etapie użytkowania AGD, dlatego ważne, aby sprzęt było oszczędny. Nowe urządzenia są nawet o 75% bardziej wydajne od modeli starszych niż 15 lat. Eksperci sprawdzili, jak duże oszczędności może przynieść wymiana pralki, lodówki i zmywarki na nowoczesne wersje.

Chłodna kalkulacja: jak nowa lodówka może zmniejszyć rachunki za prąd?

Lodówka to prawdziwy energetyczny maratończyk – pracuje bez przerwy, 24 godziny na dobę, 365 dni w roku. Nic więc dziwnego, że może odpowiadać za znaczną część domowego zużycia prądu. Z danych APPLiA i KAPE wynika, że wymiana starego modelu w klasie G na nową lodówkę w klasie A pozwala zaoszczędzić aż 4524 zł na rachunkach za energię w ciągu 10 lat².

Starsze lodówki zużywają więcej energii z powodu słabszej izolacji, mniej efektywnego utrzymywania temperatury czy głośniejszej pracy. Często wymagają też regularnego odmrażania. W przeciwieństwie do nich nowoczesne modele działają ciszej, są wygodniejsze w codziennym użytkowaniu i wyposażone w przydatne funkcje, takie jak inteligentne sterowanie czy tryby szybkiego chłodzenia.

Zużycie energii w starych i nowych pralkach

Oprócz lodówki istotny udział w domowym zużyciu energii – a tym samym w wysokości rachunków i obciążeniu sieci – ma również pralka. W wielu gospodarstwach nadal pracują modele sprzed kilkunastu lat, które zużywają dużo prądu i wody przy każdym cyklu.

Różnica między starą pralką w klasie G a nową w klasie A to aż 2088 zł oszczędności w kosztach energii w ciągu dekady³. Do tego dochodzi ograniczenie zużycia wody. Nowoczesne pralki precyzyjnie dobierają ilość wody do programu, pracują ciszej i delikatniej, a każdy cykl kontrolują inteligentne czujniki.



Nowa zmywarka – mycie, które się opłaca

W polskich domach zmywarka zwykle nie pracuje codziennie, ale jak wynika z raportu, nawet w tej sytuacji wymiana urządzenia w klasie F na nowy model w klasie A dałaby 2204 zł oszczędności w kosztach energii w ciągu 10 lat⁴.

Nowoczesne zmywarki korzystają z czujników określających stopień zabrudzenia naczyń, skracają cykl, gdy to możliwe i zużywają mniej wody, jednocześnie pracując ciszej. To oszczędność zarówno dla domowego budżetu, jak i zasobów wodnych.

Oszczędność dla środowiska i gospodarki

Korzyści z wymiany starego AGD wykraczają jednak daleko poza indywidualne rachunki. Jak pokazuje raport APPLiA

i KAPE, modernizacja całego parku urządzeń w polskich domach – nawet tylko do poziomu trzeciej najlepszej dostępnej klasy energetycznej – przyniosłaby aż 2,36 TWh oszczędności energii rocznie, co oznacza redukcję 1,67 mln ton CO₂ każdego roku. W wariantcie ambitnym wymiany starego sprzętu na najlepsze dostępne klasy, skala oszczędności rośnie do ponad 3,2 TWh rocznie i 2,27 mln ton CO₂ mniej.

Analiza cyklu życia (LCA) wykonana przez KAPE potwierdza, że to właśnie faza użytkowania odpowiada za dominującą część śladu węglowego sprzętu AGD. Utrzymywanie starych urządzeń o wysokim poborze mocy często generuje więc większy skumulowany ślad węglowy niż odpowiedzialna wymiana na model energooszczędny połączona z recyklingiem.

Drugie życie starego sprzętu

Choć wymiana AGD może kojarzyć się z generowaniem dużej ilości odpadów, rzeczywistość jest zupełnie inna. Branża AGD w Polsce działa w duchu gospodarki o obiegu zamkniętym. Urządzenia są projektowane z myślą o minimalizacji zużycia materiałów i redukcji wpływu na środowisko. W lodówkach od lat nie stosuje się freonu ani f-gazów, a z produkcji zniknęły kadm czy rtęć.

Co równie istotne – przy zakupie nowego urządzenia sklep ma obowiązek odebrać stary sprzęt. Branża AGD w Polsce przetwarza aż 95% zebranych elektrośmieci, odzyskując z nich cenne surowce⁵. Dzięki temu zakup nowego, energooszczędnego urządzenia staje się częścią większego procesu oszczędzania zasobów, energii i pieniędzy. Nowe AGD zużywa mniej prądu, a stare wraca do obiegu jako materiał dla kolejnych, bardziej wydajnych produktów.



Bon na wymianę AGD

Eksperti APPLiA podkreślają, że aby w pełni uwolnić potencjał oszczędności z wymiany AGD, potrzebne jest systemowe wsparcie. Dlatego rekomendują wprowadzenie „Bonu na AGD” – prostego mechanizmu dopłaty udzielanej

bezpośrednio w punkcie sprzedaży, powiązanej ze zwrotem starego urządzenia do legalnego punktu zbiórki. Taki program, który w różnych wersjach z powodzeniem funkcjonuje w innych krajach, pozwoliłby każdej polskiej rodzinie na wymianę co najmniej jednego sprzętu AGD.

Energia, zasoby, pieniądze – potrójny zysk

Nowoczesny sprzęt AGD to nie tylko niższe rachunki. To także realne odciążenie systemu energetycznego, szczególnie w godzinach szczytowego poboru mocy, co zmniejsza ryzyko przeciążeń i blackoutów.

To właśnie długofalowe oszczędności pokazują, jak ważne są świadome decyzje zakupowe. Dane z raportu APPLiA i KAPE wyraźnie potwierdzają: wymiana starego, energochłonnego AGD na nowoczesne modele to inwestycja, która opłaca się zarówno naszej kieszeni, jak i środowisku naturalnemu.

Zapraszamy do zapoznania się z pełną wersją raportu „Naprawiać czy wymieniać AGD?” na: [Naprawiać czy wymieniać AGD – Etykieta Energetyczna](#)



¹Raport: „Naprawiać czy wymieniać AGD?” opracowany przez APPLiA Związek Pracodawców AGD i Krajową Agencję Poszanowania Energii KAPE, listopad 2025

²Lodówki - oszczędności wyliczone przy założeniu nowej lodówki w klasie A zużywającej 110 kWh/rok oraz starej zużywającej 500kWh/rok. Przyjęta do wyliczeń cena prądu to 1,16 zł/kWh

³Pralki - oszczędności wyliczone przy założeniu nowej pralki w klasie A zużywającej 70 kWh/rok oraz starej zużywającej 250kWh/rok. Przyjęta do wyliczeń cena prądu to 1,16 zł/kWh

⁴Zmywarki - oszczędności wyliczone przy założeniu nowej zmywarki w klasie A zużywającej 110 kWh/rok oraz starej zużywającej 300kWh/rok. Przyjęta do wyliczeń cena prądu to 1,16 zł/kWh

⁵Osiągnięty poziom recyklingu zużytego sprzętu w grupie 1 (sprzęt chłodniczy) i grupie 2 (duże AGD) na podstawie danych o funkcjonowaniu systemu gospodarki zużytym sprzętem elektrycznym i elektronicznym

