

**Synthèse des potentiels nationaux d'économie d'énergie
et de puissance électrique aux heures de pointe**

Geste	Potentiel d'économie de puissance appelée à la pointe (MW)	Permet des économies d'énergie ?	Niveau de contrainte du geste
Éclairage : remplacer deux sports halogènes 50 W par des LED	2 300	Oui	Faible
Faire fonctionner son chauffe-eau électrique en heures creuses	1 000	Non	Faible
Éviter de faire fonctionner son lave-vaisselle entre 18 h et 20 h	350	Non	Faible
Éviter de faire fonctionner son lave-linge entre 18 h et 20 h	300	Non	Faible
Éviter de faire fonctionner son sèche-linge entre 18 h et 20 h	300	Non	Faible
Débrancher les chargeurs	150	Oui	Faible
Éteindre ses veilles inutiles	100	Oui	Faible
Éteindre les téléviseurs	2 700	Oui	Moyen
Chauffage : baisser la température de consigne de 1 °C	1 900	Oui	Moyen
Éviter d'utiliser les appareils électriques pour cuisiner (fours, plaques, fours à micro-ondes, hottes, bouilloires...)	3 000	Oui	Fort
TOTAL	12 100 MW		