

IL DECALOGO DI M'ILLUMINO DI MENO

- 1. spegnere le luci quando non servono**
- 2. spegnere e non lasciare in stand by gli apparecchi elettronici**
- 3. sbrinare frequentemente il frigorifero; tenere la serpentina pulita e distanziata dal muro in modo che possa circolare l'aria**
- 4. mettere il coperchio sulle pentole quando si bolle l'acqua ed evitare sempre che la fiamma sia più ampia del fondo della pentola**
- 5. se si ha troppo caldo abbassare i termosifoni invece di aprire le finestre**
- 6. ridurre gli spifferi degli infissi riempiendoli di materiale che non lascia passare aria**
- 7. utilizzare le tende per creare intercapedini davanti ai vetri, gli infissi, le porte esterne**
- 8. non lasciare tende chiuse davanti ai termosifoni**
- 9. inserire apposite pellicole isolanti e riflettenti tra i muri esterni e i termosifoni**
- 10. utilizzare l'automobile il meno possibile e se necessario condividerla con chi fa lo stesso tragitto.**

Basterebbe modificare il nostro comportamento nel consumare energia per ottenere un risparmio energetico del 20% annuo. Una famiglia di 4 persone che vive in appartamento con un consumo medio annuo di circa 16.000 kwh (termico ed elettrico) ed una spesa di 1600 euro, può risparmiare 10 kwh al giorno equivalenti a circa 400 euro all'anno = 1 euro al giorno. SOLO CON AZIONI NON TECNOLOGICHE che non costano nulla, fanno risparmiare, sono facili da realizzare e assicurano lo stesso livello di benessere.

LE DIECI BUONE REGOLE DETTAGLIATE PER RIDURRE I CONSUMI E RISPARMIARE

- In casa e su luogo di lavoro ricordarsi di spegnere le luci di stanze, bagni, scale o corridoi quando la luce naturale è sufficiente e quando nei luoghi da illuminare non sono presenti familiari e colleghi. Inoltre, **sostituendo le lampadine a incandescenza con quelle a basso consumo, si possono ridurre del 7% i consumi annui totali di energia elettrica;****

- spegnere e non lasciare in stand by gli apparecchi elettronici domestici e nei luoghi di lavoro. In questo modo si potranno ridurre i consumi di elettricità dal 5 al 10%;

- controllare la temperatura della propria abitazione e del luogo di lavoro. Riducendo la temperatura ambiente di appena 1°C si possono tagliare i consumi ed i relativi costi del 5-10% all'anno. Inoltre, riprogrammando il termostato per abbassare la temperatura di notte, o quando nell'ambiente non c'è nessuno, e rialzarla al mattino o al rientro in casa ed in ufficio, la bolletta sarà più leggera del 7-15%. Durante l'estate si raccomanda di impostare la temperatura dei condizionatori non oltre sei gradi in meno rispetto alla temperatura esterna.

- Il ricambio d'aria nei locali deve avvenire in tempi rapidi e con le finestre spalancate, mentre è controproducente tenere le finestre socchiuse per ore. Inoltre, si consiglia di ridurre gli spifferi provenienti dagli infissi utilizzando del materiale isolante che impedisca il passaggio dell'aria e non lasciare tende chiuse davanti ai termosifoni, inserendo apposite pellicole isolanti e riflettenti tra i muri esterni ed i caloriferi;

- sbrinare frequentemente il frigorifero, tenendo la serpentina pulita e distanziata dal muro per favorire il ricircolo dell'aria. Inoltre, ricordarsi che la temperatura raccomandata per il frigorifero è tra 1 e 4°C e per il congelatore è di -18°C. Per ogni grado al di sotto di queste temperature il consumo aumenterà del 5%.

- non usare il ciclo di prelavaggio della lavatrice. Evitando questo passaggio è possibile risparmiare fino al 15% di energia.

- spegnere il forno ed i fornelli qualche minuto prima del termine della cottura dei cibi lasciando che il calore residuo completi l'opera. Sul luogo di lavoro se sono presenti grossi distributori di bevande e/o alimenti, verificate se è possibile tenerli spenti di notte;

- verificare la temperatura dell'acqua. È inutile tenere il termostato del boiler oltre i 60°C. Lo stesso vale anche per l'acqua necessaria al riscaldamento;

- utilizzare l'automobile il meno possibile e, se necessario, condividerla con chi fa lo stesso tragitto. In alternativa, scegliere di recarsi sul luogo di lavoro utilizzando la bicicletta o i mezzi pubblici.

- attenzione alla pressione degli pneumatici: se è inferiore a 0,5 bar, l'automobile utilizza il 2,5% in più di carburante. Inoltre, utilizzando un olio a bassa viscosità per il motore, si può ridurre il consumo di carburante di oltre il 2,5%. Anche in automobile non abusare dell'aria condizionata che aumenta i consumi complessivi del 5% circa.