



# CONSIGLI PER IL RISPARMIO ENERGETICO PER DOMESTICI E AZIENDE

È possibile risparmiare elettricità ovunque: in cucina, durante il lavaggio e l'asciugatura, con l'illuminazione, l'intrattenimento e l'ufficio. Piccoli cambiamenti comportamentali nella vita quotidiana sono già sufficienti. Un terzo dell'elettricità consumata nelle nostre case è utilizzata dall'elettronica di consumo come televisori, computer e console di gioco. Ma ci sono anche altri consumatori di energia, come le vecchie lavatrici, i frigoriferi e i congelatori. Nel caso di grandi elettrodomestici, dopo circa 10-15 anni si dovrebbe valutare se vale la pena di effettuare un nuovo acquisto.

# DOMESTICI

## Cucina

- ✓ Non mettete i piatti caldi in frigorifero, lasciateli prima raffreddare
- ✓ Sbrinamento regolare di frigoriferi e congelatori
- ✓ Utilizzare pentole adatte con coperchio
- ✓ Utilizzare nelle pentole solo la quantità d'acqua necessaria
- ✓ Impostate la temperatura del frigorifero a 6-7 gradi: un grado in meno significa un consumo di elettricità superiore del 6%.
- ✓ Impostare la temperatura del congelatore a meno 18 gradi
- ✓ La cottura con aria in circolo consente di risparmiare circa il 15% di energia rispetto al calore superiore e inferiore
- ✓ Evitare l'uso della lavastoviglie
- ✓ L'estate significa grigliata: si risparmia elettricità e porta buon umore

## Illuminazione

- ✓ Utilizzate le lampade LED per l'illuminazione interna ed esterna
- ✓ Illuminazione esterna: installare rilevatori di movimento al posto dell'illuminazione statica

## Lavanderia

- ✓ Caricate la lavatrice fino all'orlo: meno cicli di lavaggio ci sono, più si risparmia elettricità
- ✓ Evitare l'asciugatrice in estate
- ✓ Impostare un ciclo di lavaggio ecologico
- ✓ La maggior parte del bucato si pulisce a temperature più basse: più alta è la temperatura, più alto è il consumo di elettricità.

## Apparecchiature elettriche

- ✓ Se possibile o già pianificato - passare a elettrodomestici a risparmio energetico: i modelli più vecchi, in particolare, consumano molta energia.
- ✓ La modalità stand-by consuma elettricità. Spegnerne gli elettrodomestici, se possibile, e utilizzare sempre una spina con adattatore
- ✓ Computer: non utilizzare uno screen saver, ma la modalità di risparmio energetico o di sospensione.
- ✓ I caricabatterie possono consumare elettricità anche quando nessun apparecchio elettrico è collegato

### CONSIGLIO PRO

Il fuso orario più conveniente (F3) è dalle 23:00 alle 7:00 dal lunedì al sabato e dalle 00:00 alle 24:00 la domenica e nei giorni festivi.

### DIVORATORI DI ENERGIA

Pensate che il vostro consumo di energia sia elevato, ma siete frugali o non siete quasi mai a casa? Con un misuratore di energia è possibile individuare questi sprechi di energia e intervenire.

Verificare la **POTENZA** Installata – ho veramente bisogno di 4,5 / 6 kW oppure me ne bastano anche solo 3?

## AZIENDE

In molte aziende, le apparecchiature per ufficio (fino al 40% del consumo totale) e l'illuminazione (fino al 35%) sono i maggiori consumatori di elettricità. Altri consumatori di energia sono i sistemi di raffreddamento, ventilazione e condizionamento, gli ascensori, le macchine per il caffè, le macchine per il tè e i forni a microonde. Piccoli importi diventano rapidamente grandi somme.

Ma anche semplici misure possono far risparmiare molta elettricità e quindi molto denaro.

### Aria condizionata

- ✓ Raffreddamento e protezione solare al posto dell'aria condizionata: ventilare fortemente al mattino e utilizzare tende a rullo durante le ore di luce solare intensa

### Apparecchiature elettriche

- ✓ I computer portatili consumano meno elettricità dei computer desktop
- ✓ Spegnerle le apparecchiature dell'ufficio alla fine della giornata lavorativa
- ✓ Scollegare le fotocopiatrici e i fax dalla rete elettrica
- ✓ Tenere sempre chiuso lo sportello della copiatrice, altrimenti il consumo di energia è maggiore

### Illuminazione

- ✓ Illuminazione efficiente con lampadine LED
- ✓ Individuare e controllare i consumatori di energia con misuratori di energia
- ✓ Sensibilizzare i dipendenti
- ✓ Nominare un responsabile per le questioni energetiche e ambientali

### Sensibilizzare i dipendenti

- ✓ Bloccare il computer quando ci si allontana dalla scrivania per un periodo di tempo prolungato
- ✓ Stampare i consigli per il risparmio energetico per il personale

**CIABATTA**  
con interruttore



Usare **MISURATORI DI ENERGIA** per identificare divoratori di energia

