



A CASA TUA

ACQUA CALDA SANITARIA

- Preferisci la doccia al bagno, risparmierai acqua e gas. In ogni caso fai docce brevi a temperature medie.
- Chiudi il rubinetto mentre ti insaponi.
- Soprattutto in primavera e d'estate lava le mani con acqua fredda.
- Non lasciare sempre acceso lo scaldabagno elettrico, basta accenderlo 2 ore prima di utilizzare l'acqua calda; imposta la temperatura non oltre i 50°C.

LUCI

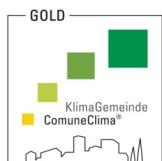
- Spegni le luci dove non necessario che siano accese.
- Utilizza le lampadine a basso consumo: il LED consuma anche l'80% in meno di una lampadina a incandescenza, a parità di luce prodotta.
- Scegli lampadari con minor numero di lampade (a parità di illuminazione prodotta i lampadari con più lampade consumano più energia rispetto a quelli con una lampada sola).

GAS / CORRENTE

- Per la pastasciutta usa la quantità d'acqua indicata; quando l'acqua bolle butta la pastasciutta, gira, copri la pentola col coperchio e abbassa il fuoco.
- Copri sempre le pentole con il coperchio mentre sono sui fuochi di cottura.
- Quando cucini non lasciare i fuochi accesi inutilmente: se l'acqua bolle non lasciarla evaporare nella pentola.
- Prediligi la pentola a pressione, risparmi tempo ed energia per la cottura.

ELETTRODOMESTICI

In generale quando cambi o acquisti un elettrodomestico, piccolo o grande che sia, prendilo in classe energetica elevata (A o B): ripagherai un eventuale costo più alto grazie ai minori consumi di energia elettrica.





Frigorifero

- Controlla periodicamente le tenute delle guarnizioni in gomma delle porte.
- Organizzalo secondo le indicazioni del costruttore ed evita di stiparlo come un armadio, l'aria deve poter circolare, alcuni alimenti possono essere conservati anche fuori dal frigo.
- Posiziona il frigorifero o il congelatore in luoghi areati lontani da fonti di calore e staccalo di almeno 10 cm dal muro, eviterà di surriscaldarsi.
- Non impostare la temperatura del frigorifero sotto i 4°C, non serve a conservare meglio i cibi e consumi di più (posizioni più fredde comportano un inutile aumento dei consumi del 10 - 15%).
- Aprilo per prendere ciò che ti serve e chiudilo subito bene.
- Se lo sbrini regolarmente, mantenendo le serpentine pulite, riduci i consumi.
- Non introdurre alimenti caldi.

Lavatrice e lavastoviglie

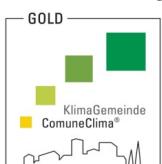
- Se hai una tariffa bi-oraria accendile sera, notte e weekend, risparmierai anche sui costi.
- Utilizzale solo a pieno carico.
- Utilizza temperature più basse, i detersivi di oggi fanno il resto.
- Scegli modelli con programma a mezzo carico e termostato regolabile.
- Pulisci il filtro, i bracci rotanti della lavastoviglie e le vaschette del detersivo e utilizza prodotti anticalcare.
- In lavastoviglie rinuncia all'asciugatura con aria calda: aprendo lo sportello e lasciando che le stoviglie si asciughino da sé, risparmi il 45% di energia su un ciclo completo.

Asciugatrice

- Utilizza l'asciugatrice solo quando è strettamente necessario e preferisci il più possibile l'asciugatura naturale, risparmierai energia elettrica.

Forno

- Non aprirlo durante la cottura.
- Quando è caldo utilizzalo per cucinare più pietanze, preferibilmente assieme o una dietro l'altra, eviterai di doverlo scaldare due volte.





Città di Bolzano
Stadt Bozen

- Se ne hai uno a disposizione, il microonde consuma meno energia.
- Per scongelare basta ricordarsi di togliere per tempo i cibi dal freezer.

Televiso, video, PC, telefonini

- Le luci dello stand-by consumano, spegni anche quelle quando non utilizzi il televisore o gli altri apparecchi elettronici (di notte, puoi anche spegnere il wifi, se non lo utilizzi).
- Se unisci le prese a una ciabatta con interruttore sarà più veloce spegnerle tutte.
- Stacca i trasformatori dalla corrente, consumano anche se il telefono non è attaccato.
- Spegni il PC se non lo utilizzi.

RUBINETTI

- Usa un frangi getto che mischia l'acqua all'aria e tienilo pulito dal calcare.
- Chiudi l'acqua mentre ti lavi i denti.
- Evita di sciacquare i piatti prima di inserirli in lavastoviglie.

