



Efficienza energetica in pratica Sai come risparmiare energia?



Co-funded by
the European Union

Project Nr. 2023-2-TR01-KA220-ADU-000174188

The Erasmus+ Program is supported by the European Commission. However, the European Commission and the Turkish National Agency cannot be held responsible for the views expressed here.

1

***Pensi che 1 kWh sia sufficiente
per completare adeguatamente
qualcuna delle seguenti attività?***

Navigare in Internet

Guardare la TV

Lavare i piatti (con la lavastoviglie)

Illuminare un appartamento

Usare l'aria condizionata

EcoAgeing

DISCUTETE LE VOSTRE RISPOSTE!

1

Un kilowattora corrisponde all'energia utilizzata da un elettrodomestico con una capacità di un kilowatt (=1000W) per un'ora. Con esso:

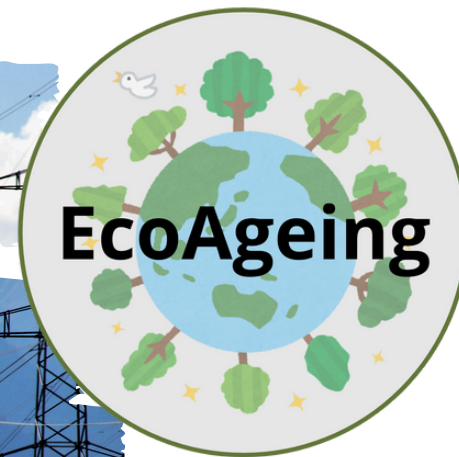
Puoi navigare in Internet sul tuo computer di casa per una media di 6 ore;

Puoi guardare 4 ore di TV su un grande schermo al plasma piatto;

Puoi lavare i piatti con una lavastoviglie efficace;

Puoi usare una lampadina da 100W per 10 ore o una a risparmio energetico da 20W per 50 ore

Puoi accendere un condizionatore domestico per 1 ora



Lo sapevi?

2

Usi lampadine a risparmio energetico? Quali sono i vantaggi?



DISCUTETE LE VOSTRE RISPOSTE!

2

Utilizzare lampadine a risparmio energetico o LED

Le lampadine a risparmio energetico consumano 4 volte meno energia rispetto alle lampadine convenzionali (a incandescenza). Durano fino a 5 volte di più ed emettono molto meno calore rispetto ad altre lampadine.

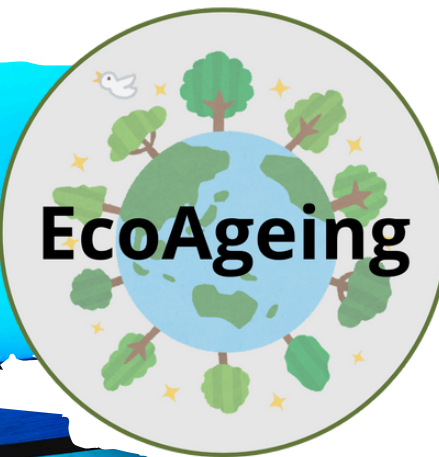
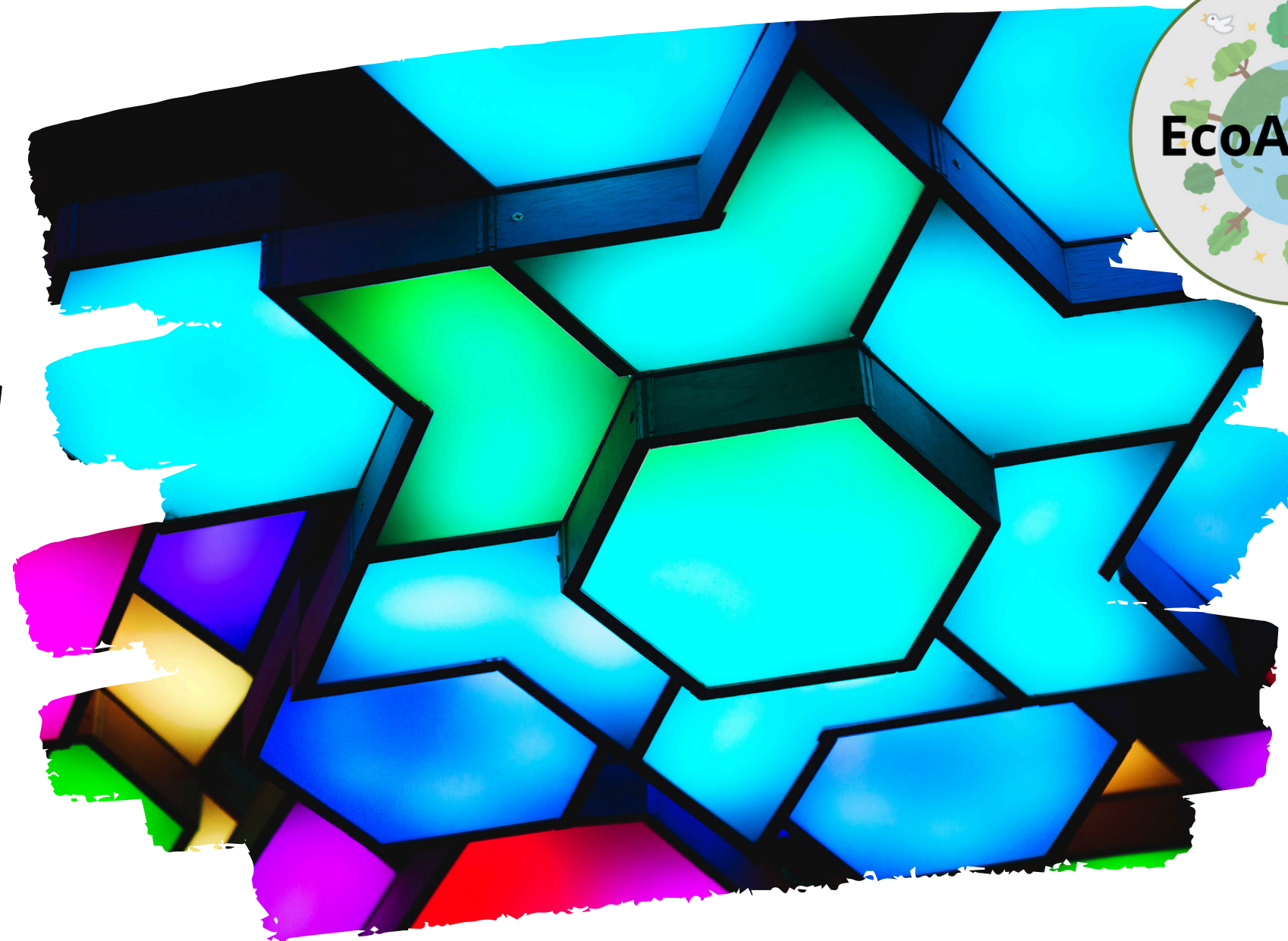
Le lampadine LED sono una tecnologia in rapida evoluzione e sono sempre più disponibili sul mercato. Consumano fino a 10 volte meno rispetto alle lampadine convenzionali e la loro durata è 10-15 volte superiore. Le lampadine a LED a risparmio energetico dovrebbero essere collocate soprattutto nelle stanze in cui saranno utilizzate più a lungo. Questo non solo aumenterà il risparmio sui costi e la durata della lampadina, ma ridurrà anche la dissipazione del calore.



Lo sapevi?

3

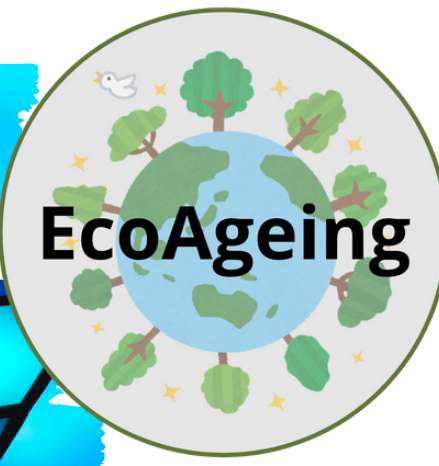
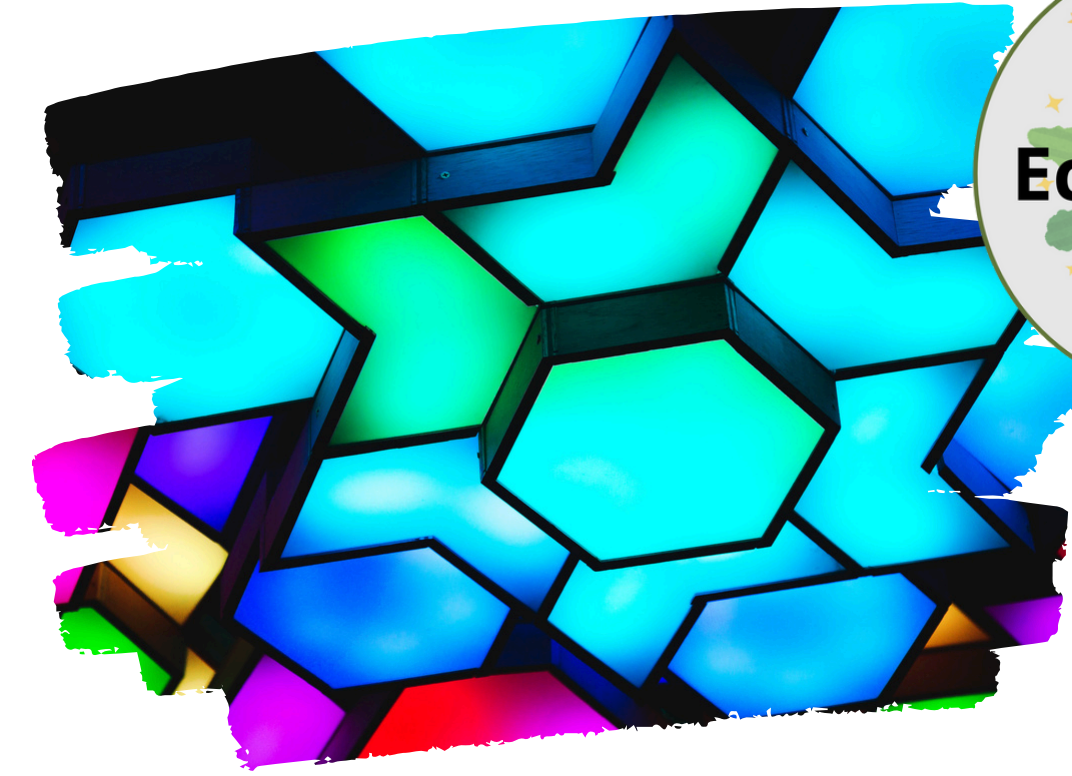
Utilizzate l'illuminazione indiretta in qualche zona della casa?



DISCUTETE LE VOSTRE RISPOSTE!

3

Illuminare direttamente



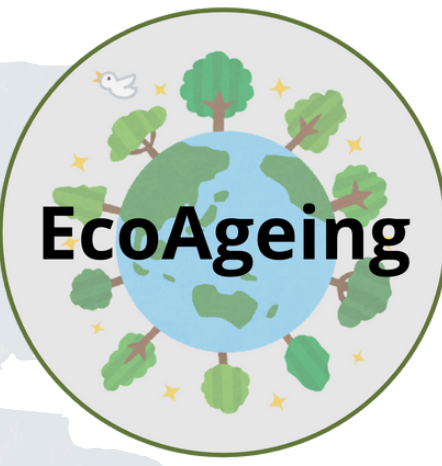
Posizionare le fonti di luce nelle stanze più grandi in modo tale che ogni area della stanza possa essere illuminata localmente, evitando l'illuminazione indiretta. Ciò consente di risparmiare energia elettrica e ridurre la quantità di calore rilasciato.



Lo sapevi?

4

***Vi assicurate di interrompere
l'alimentazione elettrica
degli apparecchi quando non
vengono utilizzati?***



DISCUTETE LE VOSTRE RISPOSTE!

4

Scollegare l'alimentazione agli apparecchi non necessari



Utilizzare una presa multipla con un pulsante per interrompere l'alimentazione in modo da assicurarsi che gli apparecchi elettrici non consumino elettricità quando sono spenti. Prestare attenzione quando si interrompono gli apparecchi in cui potrebbero andare persi dati non salvati, come nel caso dei videoregistratori.



Lo sapevi?

5

***Pulisci i tuoi apparecchi
elettrici da
incrostazioni/calcare?***



DISCUTETE LE VOSTRE RISPOSTE!

5

Prevenire e ridurre la formazione di calcare



EcoAgeing

Gli elettrodomestici ricoperti di calcare consumano più energia e sono meno efficaci. Inoltre, il calcare crea le condizioni per lo sviluppo di batteri ed è una causa comune della legionellosi. Pulire regolarmente gli elettrodomestici per aumentarne l'efficienza e per il bene della propria salute.



Lo sapevi?

6

Imposti spesso la temperatura della lavatrice a più di 60°C quando lavi i vestiti?



DISCUTETE LE VOSTRE RISPOSTE!

6

Non lavare con acqua troppo calda



Raramente è necessario lavare i tessuti a 95 °C. Nella maggior parte dei casi, grazie all'uso di moderni detersivi per lavare il cotone o altri tessuti, 60°C e spesso 40°C sono temperature di lavaggio sufficienti. In questo modo è possibile risparmiare circa un terzo del consumo energetico e ridurre l'usura dei tessuti.



Lo sapevi?

7

***Usi una lavastoviglie?
Se sì, la riempi fino alla
massima capacità prima di
avviarla?***



DISCUTETE LE VOSTRE RISPOSTE!

7

Utilizzare le lavastoviglie a pieno carico



EcoAgeing

Le lavastoviglie ci aiutano a risparmiare energia e acqua. Le lavastoviglie moderne di classe A richiedono circa 1 kWh di elettricità e 10 litri di acqua per lavare un carico. Per lavare la stessa quantità di stoviglie a mano in modo altrettanto efficiente, si consuma circa un terzo di energia in più e 5-10 volte più acqua, per cui ci vuole anche più tempo.

Assicurati di sfruttare al massimo la tua lavastoviglie accendendola solo quando è completamente carica.



Lo sapevi?

8

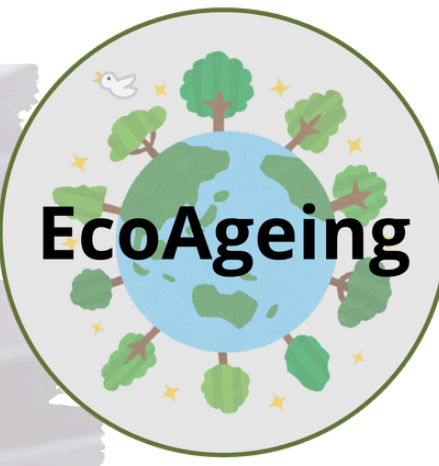
***Ti capita di lasciare
aperto il rubinetto
mentre ti lavi i denti o ti
radi?***



DISCUTETE LE VOSTRE RISPOSTE!

8

Fermare il flusso dell'acqua



Quando ci si lava i denti o ci si rade, evitare di lasciar scorrere l'acqua. Questo, a prima vista insignificante rituale quotidiano, può finire con il dispendio di una quantità sorprendente di energia e acqua.



Lo sapevi?

9

***Usa spesso la modalità di
prelavaggio della
lavatrice?***



DISCUTETE LE VOSTRE RISPOSTE!

9

Non far funzionare la lavatrice con la modalità di prelavaggio



È necessario avviare la lavatrice con il prelavaggio solo per i tessuti molto sporchi. Evitare di utilizzare il prelavaggio per il bucato poco sporco. In questo modo risparmierai sia energia che acqua.



Lo sapevi?

A *Altri consigli per risparmiare energia*



Installare interruttori dimmer per controllare le luci

Installare sensori di movimento all'esterno, che accendono le luci solo quando qualcuno si muove

Stendere il bucato all'aria invece di usare l'asciugatrice

Mantenere il frigorifero e il congelatore alla temperatura ideale

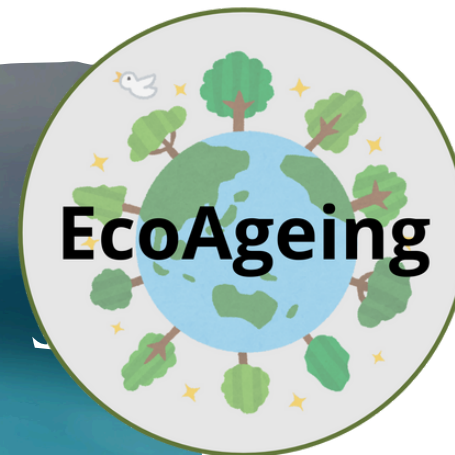
Sbrinare regolarmente il congelatore

Utilizzare l'impostazione “modalità economica” sugli elettrodomestici

Quando si acquista un nuovo dispositivo elettronico, procurarsi un modello certificato “Energy Star”

Cercare trucchi per il risparmio energetico e applicarli

A ***Altri consigli per risparmiare energia***



Controlla la bolletta dell'acqua per vedere se c'è un consumo insolitamente alto

Fai docce più brevi

Chiudi il rubinetto mentre lavi l'auto o usa un secchio e una spugna

Se installi un nuovo WC, assicurati che abbia un sistema a doppio scarico

Annaffia le piante all'aperto durante le ore più fresche della giornata

Ripara eventuali rubinetti che perdono, controlla che il WC non abbia perdite

Installa un soffione doccia a risparmio idrico

Usa l'acqua del rubinetto filtrata per bere, piuttosto che l'acqua in bottiglia, consuma molta energia e acqua

Raccogli l'acqua piovana o l'acqua del lavandino per annaffiare le piante

Metti uno strato di pacciame intorno a piante/alberi in giardino per rallentare l'evaporazione dell'umidità



***Quante ne hai
indovinate?***



Co-funded by
the European Union

Project Nr. 2023-2-TR01-KA220-ADU-000174188

The Erasmus+ Program is supported by the European Commission. However, the European Commission and the Turkish National Agency cannot be held responsible for the views expressed here.