

## II DECALOGO DI SALVA IL KILOWATTORA

### Buone abitudini per la Settimana del risparmio energetico dal 3 al 9 febbraio 2020

**Per ridurre lo spreco di energia, bisogna attivare le idee sul risparmio e mettere in pratica poche e semplici regole:** per esempio, basta controllare se qualcuno ha lasciato le luci accese in casa o nelle aule di scuola. Se è così, spegnile e ricorda ai tuoi familiari e compagni di controllare sempre. Quanto tempo riesci a stare con gli apparecchi elettronici staccati? Fai a gara con i tuoi amici e batti il record! Quanti gesti virtuosi riuscirai a compiere? Per trovare altre idee, consulta il portale di Enea [KDZenergy](#) specializzato sui temi dell'efficienza.

- 1. Spegni sempre le luci quando esci da una stanza e illumina solo quando è necessario.** Di giorno, sfrutta al massimo la luce naturale che entra dalle finestre. Quando si rompe una lampadina, chiedi di sostituirla con una a LED, è molto più efficiente!
- 2. Non lasciare la porta del frigorifero aperta** nell'attesa di decidere cosa prendere da mangiare o bere. Bastano 8 secondi per disperdere tutta l'aria fredda dell'interno! Ricorda di utilizzare gli elettrodomestici con intelligenza.
- 3. Se in casa o a scuola la temperatura non è confortevole, non aprire le finestre e non ti spogliare, ma chiedi di regolare la temperatura dell'ambiente.** Se hai freddo quando stai fermo a studiare, indossa una maglia in più. Sai che il 25% circa di tutta l'energia utilizzata nelle città viene consumata all'interno delle abitazioni e proprio per la climatizzazione degli ambienti?
- 4. Riduci il tempo impiegato per fare la doccia.** Con una doccia breve risparmierai l'energia che serve per riscaldare l'acqua, oltre naturalmente la stessa acqua.
- 5. Sali e scendi le scale a piedi anziché prendere l'ascensore.** Contribuirai a ridurre i consumi di energia e ne gioverà la salute. Migliora il tono muscolare, il sistema cardiocircolatorio, le funzioni respiratorie e si bruciano calorie aggiuntive.
- 6. Evita di stampare più volte un documento ancora in lavorazione.** Quando devi stampare un documento ancora in "bozza", scegli le opzioni "economy", "draft", o "bozza".
- 7. Attiva le funzioni "risparmio energia" e disattiva il "salvaschermo".** Le funzioni risparmio energia sono molto importanti ai fini della riduzione dei consumi.
- 8. Accendi solo l'apparecchio che ti serve e spegnilo staccandolo dalla presa elettrica.** Anche se ti fanno compagnia, quando studi non serve avere computer, stereo e televisore accesi. Se li tieni spenti userai meno energia e sarai più concentrato.
- 9. Suggerisci l'acquisto di prodotti in classe energetica A o superiore e con certificazioni "energystar" ed "ecolabel".** La presenza di questi marchi è garanzia di qualità, di bassi consumi e di rispetto per l'ambiente.
- 10. Per i tuoi spostamenti usa i mezzi pubblici o la bicicletta e quando puoi fai una salutare camminata.** Chiedi ai genitori di utilizzare una sola macchina per trasportare più ragazzi che devono raggiungere la stessa meta.