# Ridurre i consumi energetici

Piccola raccolta di suggerimenti
... e un po' di buonsenso 😉

## Illuminazione

L'illuminazione artificiale costituisce circa il **10-15%** del consumo domestico.

Che tipo di lampadine usare? Le lampadine a LED hanno un costo maggiore, ma durano a lungo (oltre 50.000 ore!) e, ad oggi, garantiscono l'efficienza energetica maggiore, con un risparmio fino al 90% rispetto alle vecchie lampade a incandescenza, ormai al bando.
I LED non contengono gas nocivi o sostanze tossiche, ma ricordiamoci che nessun tipo di lampadina può essere smaltito tra i rifiuti domestici. I LED correttamente conferiti sono riciclabili al 95%.

Come risparmiare

Adeguare la potenza delle lampadine alle reali esigenze di ogni zona della casa, per esempio evitando di illuminare in modo eccessivo delle zone di passaggio.

Sfruttare il più possibile la luce naturale del giorno (soprattutto in estate).

Spolverare le lampadine almeno una volta all'anno.

Spegnere le luci quando si esce da una stanza, a meno che non si pensi di rientrare entro, diciamo, una decina di minuti.

Utilizzare lampade temporizzate o sensori di movimento dove appropriato, per esempio all'esterno o in ambienti comuni.

## Carico fantasma

**10%** E' l'incidenza media dei **consumi nascosti** sulla bolletta dell'energia elettrica di un'abitazione, secondo uno studio europeo. Questi consumi corrispondono a circa 19 milioni di tonnellate di $CO_2$ all'anno e sono dovuti all'energia assorbita dai dispositivi in modalità standby.
Per evitarli bisogna staccare i dispositivi dalla presa elettrica; per semplificare, si possono collegare più dispositivi (per es. PC, monitor, stampante e router WiFi) ad un'unica ciabatta con interruttore.
Nel caso di un PC fisso, la maggior parte dell'energia assorbita serve a illuminare il monitor. In modalità sleep, quando diventa nero, esso può assorbire fino a 15 W; se viene spento senza essere scollegato dalla presa di corrente, il monitor continua a consumare fino a 10 W!

Un cordless consuma fino a 2,9 W all'ora: conviene staccarlo quando ci si allontana da casa per parecchie ore.

Il microonde (comunque più efficiente rispetto al forno tradizionale) consuma in standby circa 3 W; con lo sportellino aperto, può assorbire fino a 25,79 W.

Anche la macchinetta del caffè continua ad assorbire energia elettrica da spenta, in media all'incirca 8 W.

## Televisore

I televisori richiedono una potenza tra i 50 e i 600 W.
La targhetta che si trova dietro l'apparecchio televisivo indica la potenza istantanea assorbita a pieno regime e ci permette di capire quanto sprechiamo se lasciamo la TV accesa mentre facciamo altro.

Una TV a LED ad alta definizione (HD) in standby consuma all'incirca 2-3 W all'ora. In media, un televisore che rimane acceso per tre ore al giorno e in standby durante le 21 ore rimanenti, **spreca circa il 40%** dell'energia assorbita.

## Smartphone e tablet

Evitiamo di lasciare il cellulare o il tablet in carica tutta la notte: il caricatore ricomincia a fornire energia ogni volta che la carica del dispositivo scende al 99%. Questo ripristino costante della carica non danneggia la batteria, ma spreca energia. Alcuni cellulari consentono di impostare la ricarica notturna ottimizzata, che rallenta la velocità di ricarica in modo raggiungere il 100% al mattino.

I caricabatterie che restano collegati alla corrente senza essere connessi al dispositivo continuano a consumare, perché contengono un trasformatore che richiede sempre energia. Si tratta certo di una quantità piccola, ma da moltiplicare per tutti i caricatori che rimangono attaccati 'a vuoto' ad una presa.

## Riscaldamento

**8%** E', in media, quanto si risparmia sulla bolletta del gas diminuendo di un grado la temperatura in casa.

Come risparmiare

I termosifoni disperdono **fino al 40%** del calore irradiato alla parete comunicante. E' utile inserire dei pannelli termoriflettenti dietro i caloriferi, soprattutto dietro quelli posti nelle nicchie sotto le finestre, dove la parete esterna è meno spessa.

Sigillare eventuali spifferi degli infissi.

Chiudere la porta della cucina mentre si cucina e dopo arieggiare brevemente, per evitare che l'umidità si diffonda nella casa.

Riscaldare meno le stanze meno utilizzate e chiuderne le porte, ma non lasciare che esse si raffreddino troppo.

Periodicamente, fare uscire l'aria che può accumularsi nei termosifoni.

Arieggiare la casa nelle ore meno fredde. Una decina di minuti è più che sufficiente per cambiare l'aria di un ambiente.

Spolverare regolarmente i termosifoni.

Evitare di coprire o schermare anche solo parzialmente la superficie dei radiatori con copritermosifoni o mobili. Se ci sono tende davanti, aprirle quando il calorifero è accesso e chiuderle quando è spento.

Abbassare le serrande o chiudere le persiane di notte (soprattutto in mancanza di doppi vetri).

## Modem / Router

In molte case, questo dispositivo rimane sempre accesso. Un modem WiFi fibra ha un consumo energetico medio di 8-10 W. E' chiaro che se lo spegniamo e *stacchiamo dalla presa* di notte (considerando otto ore) e quando andiamo via di casa per uno o più giorni, il risparmio in bolletta ammonterà ad almeno un terzo. Bisogna però anche considerare che un router che viene riavviato spesso è statisticamente più soggetto a guasti: proviamo a cercare il giusto compromesso.

## Le nuove classi di efficienza energetica

La classe energetica è una delle informazioni incluse nell'etichetta obbligatoria di molti elettrodomestici a uso casalingo.

Gli apparecchi di classe superiore costano di più, ma il beneficio in bolletta è sicuro. Per esempio, un frigorifero di classe A permette di risparmiare almeno un terzo rispetto a uno di classe D. Un televisore in classe A consuma meno della metà di uno in classe D.

Il nostro impegno di eco-comunità

Novembre 2022

Chiesa Valdese
Piazza Cavour, Roma