## Decalogo

## POSSIBILI INIZIATIVE PER IL RISPARMIO ENERGETICO

1	Risparmia il gas per il riscaldamento	Regola la temperatura ambiente a non più di 18-19 gradi
		Non coprire i termosifoni
		Quando è acceso il riscaldamento tieni le finestre chiuse. Se hai il camino, chiudi la serranda di tiraggio quando è spento.
		Usa i paraspifferi e quando è possibile abbassa le tapparelle per evitare la dispersione del calore
		Spegni il riscaldamento quando in casa non c'è nessuno
		Fai controllare la tua caldaia: è obbligatorio e tutela la tua sicurezza
2	Risparmia gas in cucina	Colloca pentole e padelle sulla piastra di dimensioni proporzionata al diametro
		Durante la cottura, copri pentole e padelle con il coperchio
		Spegnere la piastra un po' prima della fine cottura, al fine di sfruttare il calore residuo
		Utilizza il più possibile pentole a pressione
3	Risparmia energia per scaldare l'acqua	Preferisci la doccia al bagno e non prolungarla inutilmente
		Se ti è possibile, installa pannelli solari
		Se hai lo scaldino elettrico, accendilo solo poco prima di usare l'acqua e regola la temperatura a non più di 60 gradi
4	Riduci i consumi per l'illuminazione	Non tenere accese lampadine quando non servono
		Sostituisci le lampadine a incandescenza con quelle a basso consumo

5	Usa razionalmente il frigorifero	Non abbassare la temperatura del frigorifero sotto i 3 gradi
		Non aprirlo inutilmente
		Sbrinalo regolarmente e pulisci le serpentine
		Non metterci dentro cibi caldi
		Non riempirlo troppo
6	Usa bene la lavatrice	Avvia la lavatrice solo a pieno carico
		Non lavare a temperatura superiore a 60 gradi
		Pulisci regolarmente il filtro
7	Usa bene la lavastoviglie	Avvia la lavastoviglie solo a pieno carico
		Spegnila quando parte l'asciugatura delle stoviglie: basta aprire lo sportello
		Fai cicli di lavaggio a basse temperature
		Pulisci regolarmente il filtro
8	Usa bene il forno	Usalo alla giusta temperatura
		Effettua il preriscaldamento solo quando è necessario ed evita la funzione grill
		Non aprirlo frequentemente durante la cottura
		Spegnilo poco prima della fine della cottura per sfruttare il calore residuo
9	Preferisci il forno a microonde	I forni a microonde consumano circa la metà dei forni elettrici tradizionali, senza bisogno di
		preriscaldamento e conservando intatte le proprietà nutritive dei cibi
10	Risparmia sui consumi di	Quando non li usi, spegnili usando il pulsante
	televisore, videoregistratore, lettori cd, computer	principale dell'apparecchio e non lasciare accesa la lucina rossa