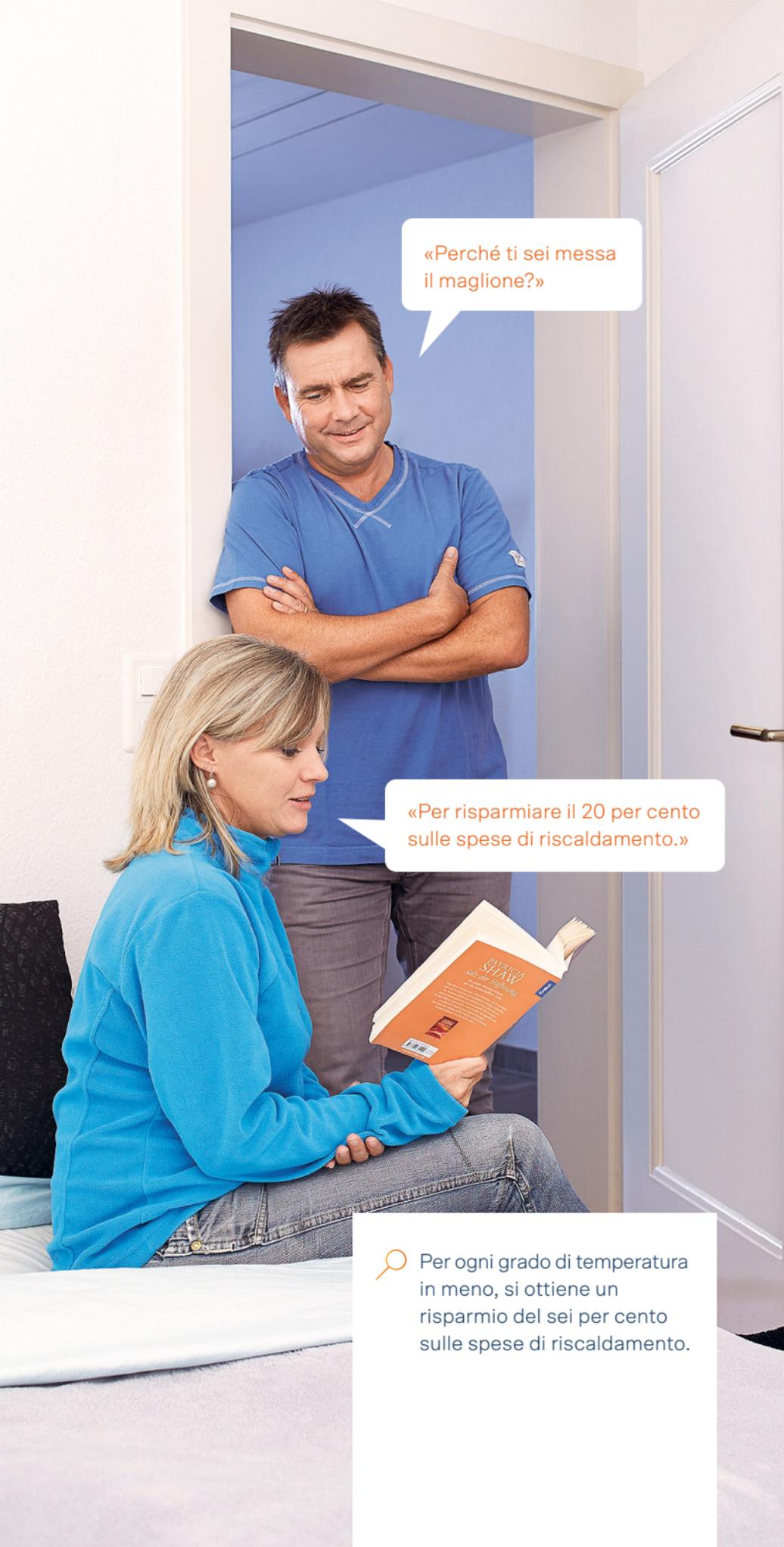


Risparmiare energia tutti i giorni





«Perché ti sei messa il maglione?»

«Per risparmiare il 20 per cento sulle spese di riscaldamento.»



Per ogni grado di temperatura in meno, si ottiene un risparmio del sei per cento sulle spese di riscaldamento.

Riscaldare correttamente

Il riscaldamento esaurisce due terzi dell'intero fabbisogno energetico di una casa. Chi riscalda in modo efficiente, risparmia non solo energia ma anche denaro: tanto quanto ne occorre per riscaldare gratis la propria casa un anno su sei.

Consiglio 1: regolare bene la temperatura

La temperatura non deve necessariamente essere la stessa in tutte le stanze: per avere un clima gradevole, basta impostare una temperatura di 20 gradi in soggiorno (posizione 3 della valvola termostatica) e di 17 gradi (posizione 2) in camera da letto.

Consiglio 2: sfruttare tutto il calore disponibile

L'aria calda deve poter circolare liberamente nelle stanze. Perciò, è buona regola non coprire i radiatori con mobili o tende. Di notte, per rallentare il raffreddamento delle stanze, si consiglia di chiudere tapparelle e imposte. Se non si vuole rinunciare a dormire con la finestra della camera aperta, la cosa migliore da fare è spegnere il riscaldamento.

Consiglio 3: impostare una temperatura più bassa quando non si è in casa

Non riscaldate le stanze inutilizzate ma regolate la valvola termostatica sull'asterisco (*). Inoltre, se d'inverno andate in vacanza o trascorrete il fine settimana fuori casa, impostate una temperatura più bassa in tutte le stanze. La regolazione integrata per riscaldamento permette di regolare la temperatura nelle singole stanze. Può essere comodamente controllata tramite smartphone e app. Con questi sistemi intelligenti, è possibile ridurre del 30-60 per cento il consumo di energia per il riscaldamento.



Provate a fare il test

In Svizzera si potrebbero risparmiare ogni anno diverse centinaia di milioni di franchi sulle spese di riscaldamento accessorie. Grazie al test è possibile stimare queste spese in pochi minuti; il sistema mostra se sono basse, medie o alte in confronto ad altre persone che vivono in abitazioni

simili. In qualità di proprietari o inquilini di un condominio, potete contribuire in modo significativo alla riduzione del consumo di energia e, di conseguenza, risparmiare sulle spese.



«Che aria viziata!»

«Prova ad arieggiare per tre minuti.»



Un clima gradevole anche d'estate? Basta un ventilatore.

Per un effetto refrigerante

Troppo caldo, troppo freddo, troppo umido: un clima interno ottimale dipende molto dalla propria sensibilità. Basta adottare alcuni semplici accorgimenti per arieggiare la casa in modo intelligente e rispettoso verso l'ambiente.

Consiglio 1: arieggiare senza mezzi termini

Quando arieggiate una stanza, adottate una tecnica rapida ma decisa: tre volte al giorno spalancate contemporaneamente il maggior numero possibile di finestre per cinque o dieci minuti. Meglio evitare di lasciare le finestre costantemente aperte in posizione a ribalta: non fareste altro che disperdere una grande quantità di calore. Più la temperatura esterna è bassa, meno tempo occorre per arieggiare l'ambiente.

Consiglio 2: rinfrescare correttamente la casa

D'estate bastano dei semplici accorgimenti per rendere gradevole la temperatura in casa: al mattino arieggiate bene tutti gli ambienti e poi ombreggiate adeguatamente le stanze. In linea di massima, negli edifici residenziali il climatizzatore è superfluo.

Consiglio 3: regolare adeguatamente la ventilazione negli edifici Minergie

Nella maggior parte dei casi, è sufficiente regolare la ventilazione al minimo. Se dovete assentarvi per più giorni, la cosa migliore da fare è spegnere del tutto la ventilazione. Nelle costruzioni Minergie potete sempre aprire le finestre, sebbene non sia necessario per avere una buona qualità dell'aria.



«Con una doccia veloce e una bella tisana otterresti lo stesso effetto.»

«Non c'è niente di meglio di un bel bagno rilassante.»



Con installazioni sanitarie efficienti una famiglia di quattro persone può risparmiare quasi 300 franchi l'anno.

Meno è meglio

In Svizzera una persona consuma mediamente una cinquantina di litri di acqua calda al giorno. Questo fabbisogno viene coperto per lo più con vettori energetici tradizionali come gas, gasolio o elettricità ed equivale al 15 per cento circa del nostro consumo energetico domestico totale. Alcuni semplici accorgimenti possono aiutarvi a risparmiare una grande quantità di acqua e quindi anche di energia.

Consiglio 1: meglio la doccia del bagno

Farsi la doccia è molto più economico che farsi il bagno: per riscaldare l'acqua necessaria per riempire una vasca da bagno occorrono cinque chilowattora di energia, tanto quanto ci vuole per raggiungere Parigi da Basilea in sella a una bicicletta elettrica.

Consiglio 2: soffioni per doccia parsimoniosi

Con soffioni per doccia efficienti sotto il profilo energetico (almeno classe di efficienza B) è possibile raggiungere un risparmio d'acqua fino al 50 per cento rispetto a soffioni di altre classi e senza rinunciare al comfort. In particolare nei condomini vale la pena informare l'amministratore quando si decide di sostituire la vecchia rubinetteria con modelli nuovi ed energeticamente efficienti.

Consiglio 3: rubinetteria con getto eco o con pulsante economico

Utilizzando in cucina e in bagno rubinetteria, soffioni per doccia, ecc. della classe di efficienza A, potete risparmiare fino al 50 per cento di acqua. I regolatori di portata d'acqua moderni possono essere avvitati semplicemente sulla rubinetteria al posto dei vecchi e il getto d'acqua rimane piacevole.



«Ancora 13 minuti
e saranno al dente.»

«Con il coperchio ne
basteranno 11.»

 Molti apparecchi, persino gli alimentatori, consumano elettricità anche quando non sono in funzione ma la spina è infilata nella presa.

Azionare l'interruttore

Più del 30 per cento di tutta l'elettricità viene consumata in casa, tra l'altro per far funzionare apparecchi elettrici ed elettronici che anche quando si trovano in modalità stand-by consumano inutilmente energia. Si stima che le economie domestiche svizzere sprechino due miliardi di chilowattora o il dieci per cento dell'energia elettrica.

Consiglio 1: spegnere completamente tutti gli apparecchi

La maggior parte degli apparecchi vengono utilizzati al massimo per un paio di ore al giorno. Per il resto del tempo rimangono in modalità di attesa, spesso consumando più corrente di quando svolgono la loro funzione. Modem, router, stampanti, computer e quasi tutti gli altri apparecchi possono essere totalmente staccati dalla rete elettrica con una presa multipla.

Consiglio 2: passaggio alle lampade a LED

Sia nella propria abitazione che in strada: per un'illuminazione efficiente non c'è niente di meglio delle lampade a LED. La tecnologia LED fissa nuovi standard in materia di efficienza energetica, qualità e durata di vita. Le lampade a LED sono inoltre rispettose dell'ambiente e consentono di risparmiare denaro. Salvo alcune eccezioni, c'è una soluzione LED per ogni tipo di illuminazione domestica.



Grazie a Energybox 2.0 potete scoprire quanta energia consumano i dispositivi elettronici in modalità stand-by. Anche un semplice test con la mano può essere indicativo: se un dispositivo elettronico in modalità stand-by è caldo, significa che consuma inutilmente elettricità.

Consiglio 3: attenzione agli apparecchi energivori

In casa spesso si nascondono apparecchi molto energivori, come ad esempio termoventilatori, acquari, umidificatori, condizionatori d'aria o deumidificatori. Grazie a una presa intelligente non solo è possibile individuare gli apparecchi che consumano molta elettricità, ma anche impostare gli orari di esercizio.

A young boy with brown hair, wearing an orange and yellow soccer jersey with a Nike logo and a club crest, stands in a laundry room. He is looking into the open door of a front-loading washing machine. A woman with blonde hair tied back is leaning in from the right, talking to him. On the counter next to the machine is a large white bottle of Persil Active 3-in-1 detergent. In the background, there are shelves with detergent boxes and clothes hanging on a rack.

«Come tornerà di nuovo pulita la mia maglietta da calcio?»

«Lavandola a 30 gradi anziché a 60, con un risparmio della metà dell'energia.»

 Lavando il bucato a 30 gradi si ottiene ugualmente un buon risultato consumando meno della metà dell'energia.

Basta sapere come

Se abitate in un appartamento in affitto, non sta a voi decidere se sostituire il frigorifero o la lavatrice con un nuovo apparecchio a basso consumo di energia. Ma potete sempre usare i vecchi apparecchi in modo più efficiente adottando determinate regole comportamentali. Del resto, un uso intelligente degli apparecchi elettrici o elettronici consente di risparmiare di più anche con i modelli più moderni.

Consiglio 1: lavare e cucinare in modo intelligente

Lo sapevano anche i nostri nonni che bastano pochi accorgimenti per risparmiare molta energia. Ecco qualche consiglio:

- Grazie al bollitore, l'acqua giunge a ebollizione con il 50 per cento di energia in meno.
- La lavastoviglie va fatta funzionare sempre a pieno carico.
- Cuocere usando i coperchi significa consumare il 30 per cento di energia in meno.
- Le pietanze non vanno messe in frigorifero finché sono ancora calde.
- Stendere la biancheria al sole anziché usare l'asciugatrice vuol dire azzerare il consumo di energia.
- Non preriscaldando il forno, si risparmia il 20 per cento circa di energia.

Consiglio 2: scegliere la corrente ecologica

Tutti noi possiamo scegliere che tipo di corrente consumare.

Comprate pertanto solo elettricità con il label «naturmade star».

Il marchio «naturmade star» garantisce una produzione di energia elettrica particolarmente rispettosa dell'ambiente.



«A dopo, vado all'allenamento.»

«Prendi la bici, così arriverai già riscaldato.»



Spegnete il motore e il climatizzatore ogni volta che potete.

Mobilità intelligente

Gli svizzeri percorrono quasi 37 chilometri al giorno sul territorio nazionale. Più del 37 per cento del consumo energetico del Paese è imputabile proprio alla mobilità. Risparmiare energia in questo settore non è poi così difficile e consente di ottenere ottimi risultati.

Consiglio 1: scegliere i mezzi di trasporto giusti e combinarli

Non tutti i mezzi di trasporto sono adatti a ogni scopo. Per le distanze brevi spesso la bicicletta rappresenta l'opzione migliore. Oppure provate a combinare diversi mezzi di trasporto. Un esempio: con la bicicletta fino alla stazione ferroviaria, con il treno fino al luogo di destinazione e l'ultimo tratto con una bicicletta condivisa (bike sharing). Di tanto in tanto serve comunque un'automobile? Che ne dite di optare per un veicolo condiviso (carsharing)?



Consiglio 2: comprare auto e nuovi pneumatici di categoria A

L'etichetta Energia rappresenta un importante strumento per l'acquisto di un'automobile o pneumatici nuovi, poiché informa sul consumo, le emissioni di CO₂ e l'efficienza del veicolo.

L'etichetta per i pneumatici fornisce dati utili sulla resistenza al rotolamento, sull'aderenza sul bagnato e sulla rumorosità. Minore risulta la resistenza al rotolamento, minore sono il consumo di carburante e le emissioni di CO₂. Nel catalogo dei consumi di SvizzeraEnergia e TCS sono indicate le automobili più efficienti e meno inquinanti.



Consiglio 3: guidare seguendo le regole Eco-Drive

È possibile risparmiare fino al 15 per cento di carburante senza andare più lentamente? La risposta è sì, grazie alle regole Eco-Drive. Guidate sempre in modo previdente, fluido e con la marcia più alta possibile. Eliminate inutili zavorre e

viaggiate senza portapacchi o portasci, se non vi servono. Controllate periodicamente la pressione dei pneumatici. e aumentatela fino a 0,5 bar in più rispetto ai dati del costruttore. EcoDrive fornisce consigli utili.

Dipende tutto dall'etichetta

Ormai apparecchi, macchine e ausili tecnici sono onnipresenti. In ogni casa svizzera se ne contano fino a cento e funzionano tutti a elettricità. Se volete, potete fare una scelta già al momento dell'acquisto, perché il loro consumo energetico varia molto a seconda della marca e del modello.

Consiglio 1: attenzione all'etichetta energia

Oggi giorno quasi tutti gli apparecchi dispongono di un'etichetta Energia. Grazie a una scala cromatica che va dal verde al rosso, è possibile individuare le macchine del caffè, i televisori o le lavastoviglie più efficienti sotto il profilo energetico. Le classi di efficienza attualmente in vigore sono pubblicate all'indirizzo: www.svizzeraenergia.ch/casa.

Consiglio 2: apparecchiatura elettronica d'ufficio

L'etichetta Energia sta agli elettrodomestici come il label Energy Star sta agli apparecchi della tecnologia dell'informazione e della comunicazione (TIC), quali computer, stampanti, fotocopiatrici e scansionatori. Questo marchio, infatti, è apposto sugli apparecchi d'ufficio a basso consumo energetico. Perciò, prima di ogni acquisto, fate attenzione al label Energy Star che vi aiuta a riconoscere e a scegliere gli apparecchi più efficienti sotto il profilo energetico.

Consiglio 3: spesso conviene riparare

Se la macchina del caffè non vuol saperne di funzionare, conviene farla riparare o comprarne una nuova? Dipende da diversi fattori: in genere, però, gli apparecchi che hanno più di dodici anni andrebbero sostituiti e smaltiti, se non altro perché consumano molto, mentre per gli apparecchi più recenti può anche valere la pena provarli a riparare.

Ne vale la pena

Più di un quarto dell'intero consumo energetico nazionale è imputabile alle economie domestiche. Questa percentuale, che peraltro non include i trasporti, lascia intendere chiaramente che è possibile risparmiare un bel po' di energia anche nel privato.

Dove risparmiare?

Da un punto di vista quantitativo, il potenziale di risparmio è maggiore laddove il consumo è più elevato. Questo aspetto varia molto da individuo a individuo e dipende in gran parte dallo stile di vita e dalle abitudini di ognuno. Ad esempio, l'inquilino di un grande e vecchio appartamento in affitto in città ha un consumo totalmente diverso rispetto alla proprietaria di una casa certificata Minergie situata in campagna. Quest'ultima ha un margine di miglioramento esiguo in termini di riscaldamento, mentre può fare di più sul fronte del consumo di corrente. L'inquilino dell'appartamento in città, invece, può fare molto sia a livello di riscaldamento che di corrente elettrica; d'altro canto, però, usando poco o affatto l'auto, è già molto efficiente sotto il profilo della mobilità.

Per che cosa viene usata l'elettricità in casa?

Gli svizzeri consumano 19,1 miliardi di chilowattora di elettricità all'anno: più di quanto producano le centrali nucleari di Gösgen e Leibstadt. Il grafico mostra le percentuali di consumo per ciascun settore.

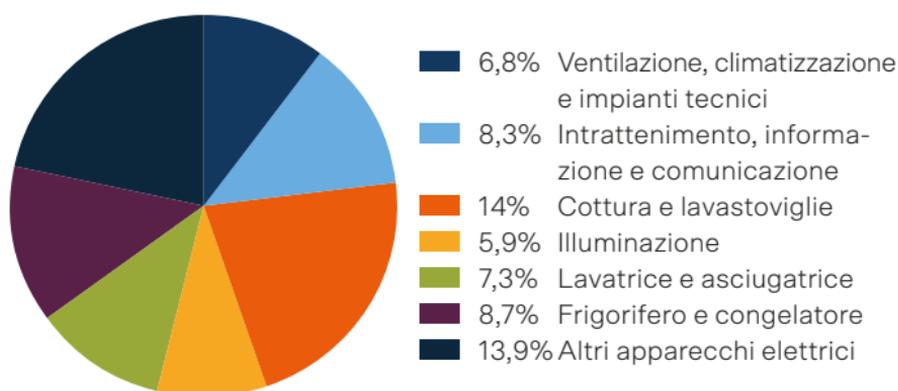


Figura: UFE, analisi del consumo di energia in Svizzera per categorie di utilizzazione 2019, esclusi calore ambiente e acqua calda.

Voglio saperne di più

SvizzeraEnergia è la piattaforma centrale della Confederazione per la sensibilizzazione, l'informazione, la consulenza, la formazione, il perfezionamento professionale e la garanzia della qualità in materia di efficienza energetica ed energie rinnovabili.

SvizzeraEnergia, un programma dell'Ufficio federale dell'energia (UFE), promuove misure volontarie per attuare la politica energetica svizzera, affiancando così la Strategia energetica 2050. In virtù del suo mandato legislativo, SvizzeraEnergia favorisce l'acquisizione di conoscenze e competenze in materia energetica, offrendo nel contempo una piattaforma per testare idee innovative sul mercato.

Su www.svizzeraenergia.ch trovate:

- informazioni relative alle sovvenzioni e ai contributi di promozione nel vostro Comune
- tante informazioni supplementari e opuscoli monografici sull'energia
- utili strumenti e calcolatori per analizzare il vostro consumo energetico
- servizi di consulenza competenti e su misura in merito alle energie rinnovabili e all'uso parsimonioso dell'energia

SvizzeraEnergia
Ufficio federale dell'energia UFE
Pulverstrasse 13
CH-3063 Ittigen
Indirizzo postale: CH-3003 Berna

Infoline 0848 444 444
infoline.svizzeraenergia.ch

svizzeraenergia.ch
energieschweiz@bfe.admin.ch
twitter.com/energieschweiz

Ordinazione:
pubblicazionifederali.admin.ch
Numero articolo 805.170.I