

---

## 5 marzo: Giornata mondiale del Risparmio Energetico

Ven 03/03/2023 - 09:40

### I consigli del Centro Tutela Consumatori Utenti

Il 5 marzo è la giornata e anche l'occasione ideale per chiedersi quanta energia venga utilizzata in casa e al lavoro, e per individuare i potenziali di risparmio, non ancora individuati. Si tratta infatti di una giornata speciale, poiché è la Giornata Mondiale del Risparmio Energetico.

Christine Romen, la consulente del Centro Tutela Consumatori Utenti per questioni energetiche, è convinta che la Giornata mondiale del Risparmio Energetico offra infatti un'ottima occasione per iniziare a pensare concretamente a come risparmiare energia: che si tratti di casa o di lavoro, di riscaldamento, di lavoro al PC, di cucina, di mezzi di trasporto o di tempo libero, vi è sempre la possibilità per risparmiare energia.

Alcuni utili consigli del CTCU per riuscire a risparmiare quanta più energia possibile:

- **Evitare di lasciare gli apparecchi elettrici in stand-by.** Utilizzare prese di corrente che possono essere spente oppure staccare l'apparecchio dalla presa di corrente. Ulteriori suggerimenti nella nostra guida: "Sotto tensione: la funzione standby".
- **Abbassare il riscaldamento.** Abbassare di un grado il riscaldamento consente di risparmiare circa il 6% di energia. Ulteriori informazioni nel nostro foglio informativo: "Riduzione dei costi di riscaldamento".
- **Utilizzare ausili per la cottura come pentole a pressione, bollitori e cuoci-uova.** L'utilizzo di ausili per la cottura non solo fa risparmiare energia, ma anche tempo. Ulteriori suggerimenti nel nostro foglio informativo "Consigli pratici per risparmiare energia".
- **Utilizzare la lavatrice e la lavastoviglie sempre solo a pieno carico, no alla funzione del prelavaggio e lavare possibilmente a temperature basse.** Ulteriori suggerimenti nel nostro foglio informativo "Acquisto informato della lavatrice".

- **Non preriscaldare il forno e utilizzare anche il calore residuo, a forno spento.** Ulteriori suggerimenti nella nostra scheda informativa "Consumo energetico degli elettrodomestici".

Anche nel tragitto quotidiano verso il lavoro o negli spostamenti nel tempo libero, si può risparmiare molta energia utilizzando, ad esempio, i mezzi pubblici o andando a piedi o in bicicletta. Se non si può fare a meno dell'auto, si dovrebbe adottare almeno uno stile di guida a risparmio energetico. Il CTCU fornisce di seguito alcuni suggerimento in merito:

- Evitare peso superfluo: ogni chilogrammo aumenta il consumo.
- Cambiare i pneumatici per tempo aiuta a risparmiare, poiché i pneumatici invernali aumentano il consumo di carburante.
- Una guida a velocità costante aiuta a risparmiare carburante.

Ulteriori informazioni in merito alle diverse possibilità di risparmio energetico si possono reperire negli opuscoli informativi gratuiti del Centro Tutela Consumatori Utenti Alto Adige, disponibili in internet ( [www.verbraucherzentrale.it](http://www.verbraucherzentrale.it)), oppure presso lo Sportello mobile del consumatore, oppure presso la sede del Centro a Bolzano o le sue sedi periferiche.

Il Centro Tutela Consumatori Utenti offre anche una consulenza tecnica telefonica in materia edile, disponibile ogni lunedì dalle 9 alle 12 e dalle 14 alle 17 al numero 0471/301430. In caso di necessità vi è anche la possibilità di concordare una consulenza specialistica personalizzata (previa fissazione di un appuntamento).