

# CONSIGLI AUTUNNO / INVERNO

## PRIMO PIANO



### Salotto

- Ridurre la luminosità del **televisore** e/o fare capo alla modalità "eco"
- Sfruttare l'**energia della legna** per scaldare i locali
- Sostituire le **lampade** alogene con modelli a LED
- Limitare l'uso della **console per videogiochi** e optare per un gioco da tavolo
- Tenere l'**aspirapolvere** costantemente pulita per ridurre il consumo



### Camera da letto

- Spalancare le **finestre** per massimo 10 minuti ed evitare la posizione a ribalta
- Utilizzare le **prese multiple** e spegnere gli apparecchi collegati in caso di mancato uso
- Spegnere completamente gli **apparecchi** che si utilizzano sporadicamente
- Spegnere sempre la **luce** quando si esce da un locale
- Impostare la **temperatura** della camera tra i 16 e i 19 °C per un sonno profondo e salutare



### Cucina

- Regolare la potenza della **cappa di aspirazione** in base al tipo di cottura
- Cucinare usando i **coperchi** per limitare la dispersione di calore
- Impostare la temperatura del **congelatore** a -18 °C
- Fare raffreddare gli alimenti prima di riporli nel **frigorifero**
- Evitare il preriscaldamento del **forno** e preferire la modalità ventilata
- Usare il programma "eco" della **lavastoviglie** e avviarla solo quando è piena
- Evitare di scaldare l'acqua in una pentola e usare un **bollitore**



### Bagno

- Prediligere la **doccia** rispetto al bagno
- Lavare le mani con l'**acqua fredda**
- Accendere lo **scaldasciugamani** solo in caso di bisogno
- Diminuire gradualmente la potenza di calore dell'**asciugacapelli**

CI SONO MODI MIGLIORI PER

# CONSIGLI AUTUNNO / INVERNO

## PIANO TERRA



### Garage

- Se avete un impianto solare, sfruttare l'**energia prodotta a km 0**
- Se beneficate della doppia tariffa, caricare l'**auto elettrica** tra le 22 e le 6
- Impostare la temperatura dei **termosifoni** a 14 °C nei locali poco utilizzati



### Lavanderia

- Stendere la biancheria** il più possibile
- Evitare il prelavaggio e **lavare a bassa temperatura**
- Spegnerne il **deumidificatore** in inverno, non serve



### Locale tecnico

- Impostare la temperatura dell'acqua del **boiler** sotto i 60 °C
- Consumare il più possibile mentre si produce **energia dal sole**
- Limitare a 20 °C la temperatura del **riscaldamento**

CI SONO MODI MIGLIORI PER