

Consells d'estalvi energètic a la llar



Sempre que pugueu, seguiu aquests consells i estalviareu energia i diners!



Il·luminació

- ✓ Aproveiteu la llum natural
- ✓ Utilitzeu bombetes de baix consum, fluorescents o LED
- ✓ Pinteu de colors clars els sostres i les parets
- ✓ Apagueu els llums quan no els necessiteu



Climatització

- ✓ Aïlleu tèrmicament les portes i finestres del vostre habitatge
- ✓ Quan ventileu a l'hivern, obriu les finestres només durant 10 minuts
- ✓ Instal·leu termòstats que us permetin regular la temperatura
- ✓ Tingueu cura del bon manteniment de la vostra instal·lació (revisions, purga dels radiadors...)



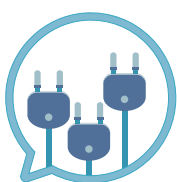
Calefacció

- ✓ A l'hivern, mantingueu una temperatura de confort de 19-21°C
- ✓ A la nit, o si heu de ser fora durant moltes hores, apagueu la calefacció o abaixeu-la a 15°C
- ✓ Tanqueu la vàlvula dels radiadors de les habitacions buides o que gairebé no feu servir
- ✓ No tapeu els radiadors amb mobles



Aire condicionat

- ✓ A l'estiu, mantingueu una temperatura de confort de 26°C
- ✓ Quan engegueu l'aire condicionat, no l'ajusteu a una temperatura més baixa perquè no refredarà abans
- ✓ Instal·leu els aparells de refrigeració en llocs amb bona circulació d'aire i sense sol directe
- ✓ Apagueu els aparells quan sortiu de casa



Electrodomèstics

- ✓ Adquiriu electrodomèstics eficients i adaptats a les vostres necessitats
- ✓ Sempre que sigui possible, utilitzeu programes econòmics
- ✓ Feu-ne el manteniment adequat i netegeu-ne periòdicament els filtres



Rentadora

- ✓ Renteu en fred i utilitzeu programes curts



Assecadora

- ✓ Esteneu la roba i aprofiteu l'escalfor del sol
- ✓ Centrifugueu la roba abans de posar-la a l'assecadora
- ✓ Assequeu la roba lleugera separatament de la de cotó



Rentavaixella

- ✓ Renteu en fred i utilitzeu programes curts



Frigorífic i congelador

- ✓ Eviteu obrir i tancar massa sovint i deixar la porta oberta d'aquests aparells més temps del necessari
- ✓ Deixeu refredar els aliments a temperatura ambient abans de ficar-los a la nevera
- ✓ Mantingueu la temperatura del frigorífic entre 4 i 5°C, i la del congelador a -18°C



Forn

- ✓ Eviteu obrir el forn innecessàriament
- ✓ Per a coccions superiors a una hora, no preescalfeu el forn i apagueu-lo abans del final de la cocció: amb la calor residual es podrà acabar de coure el menjar