

24 novembre 2014 9:43

## Gas ed elettricità. Come risparmiare

di [Primo Mastrantoni](#)



Arriva il freddo e con esso maggiori spese per il riscaldamento e l'acqua calda. Una doccia tiepida d'estate può far piacere ma è improponibile durante l'inverno e questo comporta l'accensione del boiler o della caldaia. Diminuiscono le ore di luce e aumenta la bolletta elettrica per l'illuminazione. Come fare per ridurre al minimo gli sprechi e risparmiare? Ecco alcuni consigli utili.

### Gas per riscaldamento e cucina

- \* Manutenzione annuale dell'impianto di riscaldamento.
- \* Il termostato deve essere fissato su 20 gradi.
- \* Abbassare le tapparelle quando fa buio e verificare la tenuta delle finestre.
- \* I termosifoni non devono essere coperti o nascosti dietro tende o mobili
- \* Sfiatare l'impianto di riscaldamento.
- \* Spegnerlo il riscaldamento un'ora prima di andare a letto.
- \* Chiudere i termosifoni dove non serve (es. cucina) e/o dotarli di valvole termostatiche.
- \* Regolare il forno di cucina su 180 gradi.
- \* Non far debordare la fiamma oltre la base delle pentole.
- \* Fare la doccia piuttosto che il bagno, chiudere l'acqua quando ci si insapona.

### Elettricità per illuminazione e riscaldamento dell'acqua

- \* Effettuare i lavaggi con lavatrici e lavastoviglie a pieno carico e regolare il termostato a 40 gradi, pulire filtro e vaschette.
- \* Installare lo scaldabagno vicino al luogo di utilizzazione dell'acqua e regolare il termostato a 60 gradi d'inverno e 45 gradi d'estate, fare la doccia piuttosto che il bagno.
- \* Limitare l'uso dei lampadari (6 lampadine da 25 watt, tot. 125 watt, consumano il 50% in più di una singola lampadina da 100 watt) e dei faretti.
- \* Pulire le lampadine.
- \* Nei pianerottoli, scale, negli androni e nelle cucine utilizzare lampade fluorescenti compatte o led.
- \* Disporre i frigoriferi lontani dalle fonti di calore (cucina e termosifoni), regolare il termostato sulla posizione intermedia, riporre cibi già freddi, lasciare uno spazio di 10 cm tra frigo e parete, pulire, annualmente la serpentina e controllare lo stato delle guarnizioni.
- \* Spegnerlo completamente tv, hi-fi e registratore (risparmio di 46 milioni di euro/anno in Italia).
- \* La luce indiretta rende meno e costa di più.
- \* Guardare la televisione con una luce bassa e diffusa.
- \* Spegnerlo la luce quando non serve.