

Risparmiare energia

Informazioni per gli insegnanti



1/7

Consegna	In assemblea vengono guardati e discussi consigli per risparmiare energia. Gli allievi possono eventualmente fornire integrazioni sotto forma di idee e visioni proprie. In gruppi, gli allievi presentano un consiglio o una visione sul risparmio energetico, facendo una scenetta o con il supporto di un video fatto con il cellulare o una videocamera.
Obiettivo	Gli allievi possono descrivere un comportamento consapevole dell'energia e motivarlo.
Materiale	Consegna Computer Videocamera digitale Cellulare Cartelloni
Forma sociale	LG
Tempo	45`

Informazioni supplementari:

- Gli allievi all'inizio possono scrivere sulla lavagna i consigli sul risparmio energetico che già conoscono.
- Gli allievi possono anche raccogliere consigli sul risparmio energetico lavorando in coppia per poi parlarne in assemblea.
- L'elenco dei consigli non è completo e può essere integrato a piacere.
- I contributi elaborati potrebbero essere presentati ad un'altra classe.

Risparmiare energia

Informazioni per gli insegnanti



Risparmiare energia

Se vogliamo raggiungere gli obiettivi della Strategia energetica 2050, dobbiamo rivedere tutti i nostri comportamenti in relazione all'energia. Il risparmio di corrente elettrica contribuisce in modo importante, ma vi sono anche molti altri settori in cui dobbiamo aspirare ad avere un atteggiamento sostenibile con le risorse naturali. Qui di seguito è riportato un elenco con una raccolta di idee con consigli pratici sul risparmio energetico.

Edifici

Isolare l'involucro edilizio/rinnovare le finestre

- Con un buon **isolamento termico** è possibile ridurre fino al 30% il consumo di energia per la creazione di calore. Con finestre di buona qualità è possibile minimizzare ulteriormente la dispersione di calore.

Riscaldamento/raffreddamento/ventilazione:

- **Impostare la temperatura corretta**
Non è necessario avere la stessa temperatura in tutte le stanze: 20° gradi in soggiorno e 17° gradi in camera da letto sono temperature confortevoli.
- **Utilizzare completamente il calore**
Non coprire i radiatori con mobili o tende
Chiudere serrande e ante di notte
- **Abbassare la temperatura in caso di assenza**
- **In inverno ventilare per breve tempo e in modo energico, non aprire finestre a ribalta**
- **In estate raffreddare in modo corretto**
Ventilare bene di notte e al mattino e ombreggiare gli ambienti durante il giorno con tapparelle o tende da sole.
- **Impostare correttamente la ventilazione in edifici Minergie**
Impostare la ventilazione sul livello più basso. Disattivare la ventilazione in caso di assenza prolungata.

Risparmiare energia

Informazioni per gli insegnanti



3/7

Gestione domestica

Acqua:

- **La doccia invece del bagno – utilizzare una pigna della doccia più efficiente**
Con pigne della doccia più efficienti a livello energetico è possibile risparmiare fino al 50% di acqua rispetto alle pigne di altre classi, e questo senza compromettere il comfort. In cucina e in bagno vale la pena utilizzare set per il risparmio dell'acqua con classe di efficienza A.
- **Impostare il boiler da 50 a 55 gradi**

Corrente elettrica:

Oltre il 30 per cento della corrente totale viene consumata in casa. Molta energia viene perduta con il funzionamento in stand-by. Sono circa due miliardi i kilowattora (dieci per cento di corrente elettrica) che svanisce inutilizzato nelle case svizzere.

- **Spegnere completamente i dispositivi**
La maggior parte dei dispositivi viene usata in modo attivo solo per una o due ore al giorno. E in quel periodo richiedono spesso meno corrente che durante il resto del tempo in cui sono in stand-by. Modem, router, stampanti, computer e quasi tutti gli altri dispositivi possono essere completamente staccati dall'alimentazione utilizzando una presa multipla.
- **LED anziché lampadine a incandescenza**
Le nuove lampadine LED e a risparmio energetico richiedono solo una piccola parte dell'energia che consuma una lampadina a incandescenza classica.
Attenzione: consumatori di corrente
In casa si nascondono anche dei veri consumatori di corrente: generatori di aria calda, acquari, umidificatori dell'aria o materassi ad acqua riscaldati sono tra i principali consumatori di corrente in casa. Con un misuratore è possibile individuare questi grandi consumatori di corrente. Chiedete al vostro fornitore di energia o al consulente energetico locale.
- **Attenzione all'etichetta energia**
Quasi tutti i dispositivi sono oggi dotati di etichette energia. Grazie ad una scala che va da verde a rosso sapete subito quale macchina del caffè, televisore, lampadina o lavastoviglie è veramente a risparmio energetico. La classe superiore è sempre quella a risparmio maggiore, che sia indicata con A o A+++.
- **Elettronica di consumo a risparmio energetico**
Se per gli elettrodomestici vi è l'etichetta energia, per i dispositivi elettronici come computer, modem o stampante è utilizzata l'etichetta "Energy Star". Essa indica apparecchi elettronici a basso consumo.

Risparmiare energia

Informazioni per gli insegnanti



4/7

- **Spesso conviene fare una riparazione**

La macchina del caffè non funziona: se conviene effettuare una riparazione o piuttosto un nuovo acquisto dipende da diversi fattori. Come regola di principio vale quanto segue: dispositivi difettosi più vecchi di dodici anni hanno solitamente un consumo di corrente elevato e dovrebbero quindi essere sostituiti e smaltiti. Nel caso di dispositivi più recenti conviene però effettuare una riparazione.

- **Un bollitore d'acqua consuma il 50 % di corrente in meno per far bollire l'acqua.**

- **Riempire sempre al massimo la lavastoviglie**

- **Mettere sempre il coperchio sulle pentole, per risparmiare fino al 30 % di energia.**

- **Non mettere in frigo pentole e alimenti caldi**

Mobilità

Gli svizzeri percorrono ogni giorno quasi 37 chilometri. Per la mobilità viene utilizzato oltre il 35% dell'intero consumo energetico svizzero. Risparmiare energia sulla mobilità non è così difficile e ha molti benefici.

- **Treno invece dell'aereo**

Un breve tragitto in volo richiede da cinque a dieci volte in più di energia rispetto ad un viaggio in treno.

- **Utilizzare i trasporti pubblici**

- **Scegliere il mezzo di trasporto giusto**

Non tutti i mezzi di trasporto sono adatti per tutte le finalità. Brevi percorsi possono essere affrontati a piedi o in bici, quelli più lunghi con l'E-bike, in treno o in auto. Se si viaggia in treno si può fare l'ultimo tragitto anche con un'auto in carsharing.

- **Carsharing/noleggio biciclette**

Anziché essere proprietari di un'auto è possibile diventare un membro di **Mobility**. Già la produzione di un'auto richiede molta energia.

- **Auto nuova di classe A o auto elettrica**

Per l'acquisto di un'auto nuova c'è un importante ausilio: l'etichetta energia. Informatevi sul consumo e l'efficienza energetica del veicolo. Una moderna auto di classe media, di classe A consuma oggi meno di quattro litri di carburante ogni 100 km.

Risparmiare energia

Informazioni per gli insegnanti



5/7

Riciclaggio

Attraverso il riciclaggio è possibile ridurre sensibilmente le emissioni di gas serra. Per esempio, il riciclaggio di carta e cartone contribuisce ad evitare emissioni di metano dalle discariche. Chi raccoglie un chilogrammo di alluminio e lo porta all'apposito centro di raccolta può inoltre risparmiare in un anno fino a 11 chilogrammi di emissioni di CO₂.

In molti casi la realizzazione di prodotti da materiale riciclato richiede molta meno energia rispetto ai tradizionali metodi produttivi. I prodotti realizzati con scarti di acciaio richiedono quasi il 75 per cento di energia in meno rispetto a prodotti derivati da acciaio nuovo.

Alimentazione

- Acquistare prodotti regionali
- Consumare meno carne
- Consumare meno prodotti già pronti
- Per la conservazione e il trasporto di alimenti utilizzare contenitori riutilizzabili anziché pellicola di alluminio o pellicola trasparente

Risparmiare energia

Consegna



6/7

Compito:

Selezionate uno o più consigli per il risparmio di energia o pensate a misure autonome per risparmiare energia. Rappresentate con immagini il vostro consiglio per il risparmio, riproducete una scenetta/una pubblicità o girate un breve video. La vostra rappresentazione dovrebbe indurre gli spettatori a cambiare il proprio comportamento e quindi a risparmiare energia.

Consigli per il risparmio di energia

Edifici

- Isolare l'involucro dell'edificio
- Rinnovare le finestre

Riscaldamento/raffreddamento/ventilazione:

- Impostare la temperatura corretta
- Utilizzare completamente il calore
- Abbassare la temperatura in caso di assenza
- In inverno ventilare per breve tempo e in modo energetico, non aprire finestre a ribalta
- In estate raffreddare in modo corretto
- Impostare correttamente la ventilazione in edifici Minergie

Gestione domestica

Acqua:

- Doccia invece del bagno
- Utilizzare una pigna doccia intelligente
- Impostare il boiler da 50 a 55 gradi

Corrente elettrica:

- Spegnerne completamente i dispositivi (no stand-by)
- Collegare i dispositivi a prese multiple e staccare completamente dalla corrente le prese multiple
- LED anziché lampadine a incandescenza
- Acquisto di nuovi dispositivi: attenzione all'etichetta energia
- Elettronica di consumo a risparmio energetico

Risparmiare energia

Consegna



7/7

- Far riparare i dispositivi solo se ha senso farlo
- Un bollitore d'acqua consuma il 50 % di corrente in meno per far bollire l'acqua.
- Riempire sempre al massimo la lavastoviglie
- Quando si cucina mettere il coperchio sulla pentola, si consumerà così il 30 per cento di energia in meno
- Non mettere in frigo pentole e alimenti caldi

Mobilità

- Utilizzare la forza muscolare (a piedi, in bicicletta)
- Utilizzare i trasporti pubblici
- Condividere i mezzi di trasporto
Carsharing: condividere con l'auto con altre persone
- Sostituire l'auto con l'E-Bike
- Treno invece dell'aereo
- Fare acquisti nelle vicinanze

Riciclaggio

- Portare i materiali nei punti di raccolta giusti
- Passare gli oggetti non utilizzati: vendita, scambio, regali

Alimentazione

- Acquistare prodotti regionali
- Consumare meno carne
- Consumare meno prodotti già pronti
- Utilizzare contenitori riutilizzabili anziché la pellicola in alluminio/trasparente

Le mie idee

