



Regione Puglia
Assessorato all'Assetto del Territorio



Osservatorio Regionale
della Condizione Abitativa



Istituto Autonomo
per le Case Popolari - Bari

con la collaborazione di:



Sindacato Nazionale Unitario
Inquilini ed Assegnatari

SPERIMENTAZIONE PILOTA SUL RISPARMIO ENERGETICO DOMESTICO

SCHEDA DI AUTODIAGNOSI ENERGETICA

Dimmi quanto risparmi e ti dirò chi sei.

Rispondi alle domande, sulla base delle tue abitudini.

		si	no
	Isolamento e ventilazione		
1	Per cambiare l'aria nelle stanze lascio la finestra aperta o accostata per più di un'ora	0	2
2	Chiudo la porta delle stanze riscaldate	2	0
3	In casa c'è una rampa di scale aperta (il calore dalle stanze può salire lungo le scale)	0	2
4	Il tetto di casa è ben isolato	3	0
5	Le finestre sono a vetro singolo (non ci sono doppi vetri)	0	3
6	Quando fuori fa freddo trovo spesso della condensa sui telai delle finestre	0	2
7	Ci sono spifferi dalle finestre e/o dalle porte esterne	0	2
8	Ho isolato i cassonetti degli avvolgibili sulle finestre	2	0
9	Le tende in casa cadono fin davanti ai radiatori o ai convettori di casa	0	2
10	Le pareti e i pavimenti di casa hanno un buon isolamento termico	3	0
11	D'estate le stanze esposte al sole si surriscaldano e diventano invivibili	0	3
	Riscaldamento		
12	La mia caldaia ha più di 15 anni	0	3
13	L'ultima volta che il tecnico ha controllato la caldaia risale a più di due anni fa...	0	2
14	I radiatori sono provvisti di valvole termostatiche	2	0
15	Per una migliore regolazione climatica ho fatto installare uno o più cronotermostati	2	0
16	Il termostato è impostato a più di 20°C	0	2
17	Di notte il riscaldamento resta acceso	0	3
18	L'impianto termico riscalda anche ingresso, mansarda e ripostiglio	0	3
19	Verifico regolarmente che non si sia accumulata aria nei termosifoni	2	0
20	Ho installato dei pannelli isolanti dietro i termosifoni di casa	2	0
21	Uso una stufa elettrica per scaldare le stanze sprovviste di termosifone	0	3
22	Lascio il riscaldamento acceso anche se parto per il fine settimana	0	3
23	Il caminetto o la stufa a legna mi permettono di scaldare una parte della casa	3	0

Acqua calda			
24	Produco acqua calda sanitaria con una caldaia rapida o uno scaldabagno elettrico	0	2
25	L'acqua calda sanitaria è sempre molto calda, scotta!	0	2
26	In genere preferisco farmi un bagno piuttosto che una doccia	0	2
27	Ho installato un terminale doccia a basso flusso e filtri rompigitto areati nei rubinetti	3	0
28	In casa ci sono rubinetti con miscelatore calda-fredda	2	0
29	Se apro il rubinetto devo aspettare almeno tre minuti prima che arrivi l'acqua calda	0	2
30	Un impianto solare termico sul tetto contribuisce a produrre l'acqua calda sanitaria	3	0
Cucina e consumi elettrici			
31	Lascio il carica-cellulare e gli altri caricatori sempre attaccati alla prese di corrente	0	2
32	Spengo le apparecchiature elettroniche col telecomando lasciandole in stand-by	0	2
33	In freezer c'è uno strato di ghiaccio spesso non meno di mezzo centimetro	0	2
34	Durante la cottura sono abituato a coprire le pentole	2	0
35	Uso lampadine ad alta efficienza (le lampadine fluorescenti compatte)	3	0
36	Uso ciabatte con interruttore per scollegare le utenze elettroniche dalla rete elettrica	2	0
37	Lascio il computer acceso anche quando faccio pause lunghe	0	2
38	Preferisco usare la luce delle plafoniere alogene	0	2
39	Il mio frigorifero ha più di 8 anni	0	3
40	D'estate raffresco casa con una <i>pompa di calore</i> invece del condizionatore a split	2	0
41	Lavatrice: utilizzo il ciclo a 90°C per lavare i capi più resistenti	0	2
42	Lavastoviglie: uso per lo più il ciclo di lavaggio <i>economy</i>	2	0
43	D'estate sfrutto soprattutto l'azione deumidificante del condizionatore	2	0
TOTALE			

Dopo aver risposto a tutte le domande, somma i punteggi per scoprire la tua classe di risparmio.

Da 80 a 100 punti: classe A. → Complimenti! hai già fatto tutto il possibile per ridurre gli sprechi e risparmiare sulla bolletta. Continua così e aiuta le famiglie del tuo gruppo a impegnarsi in questa sfida.

da 60 a 79 punti: classe B. → Risparmiare non è facile, ci vuole costanza, ma sei sulla buona strada. Non ti scoraggiare, metti in pratica qualche altro consiglio e vedrai che il tuo punteggio migliorerà. Forza!

da 0 a 59 punti: classe C. → Lo sai che riducendo i tuoi consumi energetici dell'8% puoi risparmiare anche 150 – 200 € all'anno? Devi solo migliorare il tuo "comportamento energetico" e avere costanza. risparmiare energia fa bene anche al tuo portafoglio. Accetti la sfida?

Suggerimenti

1. Non serve lasciare le finestre aperte per troppo tempo. Bastano 15 minuti per un ricambio d'aria soddisfacente;
2. Se chiuderai le stanze riscaldate potrai risparmiare fino al 6% dei consumi;
3. Se vivete in una casa su più piani, ricordate che il calore tende a salire e quindi bisogna cercare di impedirgli di sfuggire verso la rampa delle scale;
4. L'isolamento del tetto ti permette di risparmiare fino al 30% sulla bolletta termica. Certo, è impegnativo ma la legge finanziaria prevede detrazioni d'imposta;
5. Sostituire vetri singoli con vetri doppi o a camera doppia ti permette di migliorare il comfort termico della tua casa. Informati sulle detrazioni d'imposta previste dalla legge finanziaria;
6. i telai degli infissi posso fungere da vero e proprio corridoio di fuga per il calore. La legge finanziaria prevede detrazioni d'imposta anche per le spese di sostituzione degli infissi;
7. Utilizzando guarnizioni di spugna isolante puoi fermare gli spifferi d'aria da porte e finestre;
8. I cassonetti delle tapparelle sono uno dei punti dove si disperde più calore. Prova a isolarli;
9. Non "soffocare" i radiatori con tende o copritermosifoni. I tendaggi non dovrebbero mai coprire i radiatori;
10. L'isolamento di pavimenti, pareti e solai rivolti all'esterno permette di migliorare considerevolmente le prestazioni energetiche della vostra abitazione. Si può isolare dall'interno, applicando appositi pannelli; si può introdurre materiale isolante nell'intercapedine della parete, se c'è; si può isolare dall'esterno ("cappottatura") rivolgendosi a un'impresa edile. Informati sulle detrazioni d'imposta previste dalla legge finanziaria;
11. Scherma dall'esterno le finestre rivolte a sud con tende filtranti: ostacolerai la luce diretta in estate e la catturerai nel periodo invernale;
12. Se la tua caldaia ha più di 12/15 anni di vita consumerà anche il 10% di combustibile in più rispetto ad una caldaia nuova. In questo caso la manutenzione potrebbe non essere sufficiente. Informati sulle detrazioni d'imposta previste dalla legge finanziaria per la sostituzione della caldaia;
13. Controlla la caldaia con la frequenza indicata dal costruttore;
14. La sostituzione delle valvole manuali dei radiatori con valvole termostatiche permette di migliorare la regolazione e diminuire i consumi. Le valvole termostatiche infatti permettono di differenziare la temperatura stanza per stanza e di evitare sprechi di energia;
15. Il crono-termostato regola la temperatura in casa e permette una gestione razionale dei periodi di accensione e di spegnimento della caldaia, anche in base all'effettiva presenza delle persone in casa;

16. La legge stabilisce che la temperatura interna nelle abitazioni non oltrepassi i 20°C, con una tolleranza di $\pm 2^\circ\text{C}$;
17. Secondo le prescrizioni di legge, l'orario giornaliero di accensione può essere frazionato in due o più periodi ma l'impianto deve essere spento di notte, tra le 23 e le 5;
18. È inutile tenere riscaldate le zone di passaggio e quelle in cui abitualmente non si vive;
19. L'aria accumulata nei radiatori impedisce il normale passaggio dell'acqua calda proveniente dalla caldaia. La verifica va condotta a partire dai radiatori più bassi salendo verso quelli installati più in alto;
20. Se vi sono caloriferi collocati contro una parete che dà verso l'esterno, è vantaggioso inserire dietro di essi un pannello isolante con la faccia riflettente volta verso l'interno;
21. Evitate di scaldare gli ambienti esclusivamente con stufe elettriche;
22. Potrai ottenere cospicui risparmi introducendo l'abitudine di spegnere (o portare al minimo) il riscaldamento durante i periodi di assenza;
23. La legna è una fonte rinnovabile di energia. L'uso di un camino o di una stufa vi permetterà di riscaldare una parte della casa risparmiando carburante fossile ed abbassando le emissioni di CO₂. Sono da preferire camini e stufe a camera chiusa, più sicuri, efficienti e puliti. Con un termocamino si può anche integrare la produzione di acqua calda;
24. Dal punto di vista economico ed energetico, lo scaldabagno elettrico è meno conveniente di quello a gas;
25. Regola il termostato in modo da produrre acqua calda a non più di 60°C di inverno e 45°C d'estate;
26. Per una doccia si consuma meno della metà dell'acqua calda necessaria per un bagno;
27. I filtri rompigitto areati per i rubinetti e i terminali doccia a basso flusso riducono il flusso d'acqua in uscita miscelandola all'aria. Il flusso ridotto (da 22 a 9 litri/minuto) rende l'uso dell'acqua più efficace, con un risparmio sulla bolletta dell'acqua e su quella del gas!
28. L'uso dei miscelatori permette di regolare la temperatura dell'acqua in modo ottimale;
29. L'acqua calda che viaggia in tubi non isolati disperde il suo calore durante il tragitto; al momento della realizzazione o ristrutturazione di un impianto, si raccomanda di far coibentare i tubi;
30. Un impianto solare termico permette di produrre acqua calda sanitaria sfruttando l'irraggiamento solare. Informati sulle detrazioni d'imposta previste dalla legge finanziaria;
31. Scollega i caricatori dalla presa elettrica quando non servono: alcuni caricatori infatti, continuano ad assorbire energia se lasciati in tensione;
32. Non lasciare le apparecchiature in stand – by, perché continuano ad assorbire energia. Spegnile;
33. Uno strato di ghiaccio in freezer (o sulla parete del frigo) ostacola il processo di raffreddamento. Una pulizia regolare del congelatore permette di risparmiare il 10% del suo consumo.

34. Nella cottura l'uso dei coperchi accelera i tempi di ebollizione e riduce le perdite di calore sottoforma di vapore.
35. A parità di luce emessa, le lampade fluorescenti compatte assorbono quasi un quinto delle omologhe lampade ad incandescenza.
36. Le ciabatte con interruttore permettono di scollegare gruppi di utenze elettroniche dalla tensione evitando i consumi da stand-by.
37. Il sistema operativo del computer dispone di diverse opzioni di risparmio energetico: si possono impostare gli intervalli di disattivazione dello schermo e dei dischi rigidi, attivare la funzione di ibernazione. In ogni caso, accensione e spegnimento non sono operazioni che logorano i computer.
38. Le plafoniere alogene sono punti luce particolarmente energivori.
39. Il frigorifero è tra gli elettrodomestici che consuma maggiormente in casa, in virtù del fatto che resta sempre acceso. La legge finanziaria prevede una detrazione d'imposta del 20% per l'acquisto dei nuovi modelli di classe A, A+ e A++.
40. La pompa di calore è un dispositivo in grado di riscaldare e raffrescare in modo reversibile. Come frigo e lavatrici, le pompe di calore in vendita debbono avere un'etichetta che ne indichi la classe di efficienza di appartenenza.
41. I lavaggi in lavatrice ad alta temperatura assorbono una notevole quantità di energia. Detersivi ed additivi sono formulati per lavorare efficacemente a bassa temperatura.
42. la lavastoviglie consuma meno con programmi di lavaggio a bassa temperatura.
43. D'estate la percezione del calore è legata soprattutto al tasso d'umidità dell'aria. Per questo motivo il beneficio maggiore si ha dalla deumidificazione dell'aria. Si raccomanda di non impostare una temperatura inferiore a 6°C rispetto all'esterno.