



HOME PAGE DEL PORTALE WWW.CORTILIECOLOGICI.IT -
CALCOLATORE CO₂



Con il supporto tecnico di





SOMMARIO

1	INTRODUZIONE	3
2	ECOCONSIGLI	4
2.1	CUCINA	4
2.2	BAGNO.....	10
2.3	SALA CON ANGOLO STUDIO	14
2.4	CAMERA/CAMERETTA	18
2.5	ESTERNO E PARTI COMUNI.....	19
2.6	EDIFICIO	21
2.7	FONTI RINNOVABILI DI ENERGIA	23



Con il supporto tecnico di





1 INTRODUZIONE

Il presente documento definisce le regole di calcolo per trasformare in kg di CO₂ equivalente i risparmi potenziali conseguiti dagli utenti della community con gli ecoconsigli selezionati per comporre il proprio piano d'azione.

I valori di consumo medio per il calcolo del risparmio potenziale sono stati presi dai testi del tutorial e/o dal test introduttivo.

Per la conversione in CO₂ equivalente dei risparmi potenziali vengono utilizzati i seguenti fattori:

RISORSA	FATTORE DI CONVERSIONE	FONTE
ENERGIA (kWh)	0,402 kg CO ₂ eq/kWh	Terna - Dati statistici annuali - Confronti internazionali, anno 2011
ACQUA (m³ o litri)	0,319 kg CO ₂ eq/m ³	Ecoinvent v 2.2 2010
RIFIUTI (kg)	0,5 kg CO ₂ eq/kg	European Environmental Energy Report n. 03/2011 – Waste opportunities

Agli ecoconsigli per i quali non è stato possibile stimare il risparmio potenziale in modo preciso è stato attribuito un risparmio di CO₂ equivalente pari a

- 10 kg CO₂ eq, per tutti i comportamenti virtuosi che prevedono un diverso uso dei prodotti/ l'acquisto di prodotti differenti
- 20 kg di kg CO₂ eq per tutti i comportamenti virtuosi che prevedono una riduzione dei rifiuti
- 30 kg di kg CO₂ eq per tutti i comportamenti virtuosi che prevedono un diverso uso dei dispositivi che consumano energia e acqua

Queste stime sono state elaborate facendo riferimento al database della General Electric "How much CO₂ is created by...".



Legenda: SCEU= Stima consumi energetici utente SCIU= Stima consumi idrici utente

2 ECOCONSIGLI

2.1 CUCINA

OGGETTO CLICCABILE	ECOCONSIGLI	RISPARMIO POTENZIALE	RISPARMIO RISORSE kWh/anno, l/anno, kg/anno
Lavastoviglie: consumo medio 2,5 kWh/ciclo 6% energia consumata in un anno	Mettila in funzione solo a pieno carico: i consumi non cambiano.	Fino al 25% energia	SCEU*0,06*0,22
	Imposta un programma breve e a bassa temperatura: se le stoviglie sono sciacquate è più che sufficiente.	Fino al 25% energia	2,5kWh/ciclo*0,22*numero lavaggi settimanali*52
	Elimina l'asciugatura con l'aria calda	Fino al 45% energia	2,5kWh/ciclo*0,42*numero lavaggi settimanali*52
	Usa detersivi specifici per lavastoviglie e rispetta le dosi consigliate, preferisci quelli ecocompatibili e a marchio Ecolabel (NOTA PER SOFTWARE HOUSE: link a sezione Marchi ecologici).	I prodotti garantiti da un marchio di certificazione tutelano l'uomo e la natura	10 kg CO ₂ eq
	Usa l'aceto al posto del brillantante: ottieni lo stesso effetto e usi un prodotto naturale.	Fino al 100% del denaro speso per il brillantante	10 kg CO ₂ eq
	Scegli un modello efficiente e, quando possibile, certificato Ecolabel (NOTA PER SOFTWARE HOUSE: link a sezione Marchi ecologici), in base alla tua capacità di spesa e alle tue esigenze.	Per ogni lavaggio: fino al 29% energia da 10 a 20 litri di acqua fino a 20 g di detersivo	2,5kWh/ciclo*0,26*numero lavaggi settimanali*52 + 17 l*numero lavaggi settimanali*52 + 10 kg CO ₂ eq (per il detersivo)
	Opta per una lavastoviglie con funzioni più smart (intelligenti) come: "double wash" (doppio lavaggio) per eseguire anche lavaggi a mezzo carico, "sensor logic" che dosa acqua e temperatura in funzione del numero di stoviglie/grado di sporco, collegabile	Fino al 20%	SCEU*0,06*0,18



OGGETTO CLICCABILE	ECOCONSIGLI	RISPARMIO POTENZIALE	RISPARMIO RISORSE kWh/anno, l/anno, kg/anno
	all'acqua calda di casa per risparmiare energia, ecc.		
Forno elettrico 130 kWh/anno	Non aprire lo sportello del forno se non è indispensabile per evitare di disperdere calore.	Fino al 30%	130 kWh/anno*0,28
	Spegni il forno qualche minuto prima del termine della cottura e lascia che il calore residuo completi l'opera.	Fino al 30%	130 kWh/anno*0,28
	Effettua il preriscaldamento solo se necessario.	Fino al 30%	130 kWh/anno*0,28
	Per ottimizzare i consumi, se puoi, cucina più pietanze contemporaneamente.	Questo piccolo accorgimento aiuta a risparmiare energia	30 kg CO ₂ eq
	Tieni presente che un forno a gas consuma meno di uno elettrico e ti può far risparmiare.	Circa il 50% di energia	130 kWh/anno*0,45
	Se scegli un forno elettrico, preferisci un modello ventilato, efficiente e adeguato alle tue esigenze.	Circa il 27% di energia	130 kWh/anno*0,25
Frigorifero/ Frigocongelatore 20% energia consumata in un anno	Regola il termostato ad una temperatura intermedia.	Fino al 15% di energia	SCEU*0,2*0,13
	Non tenere le porte aperte più del necessario: la temperatura interna si alza velocemente e rischi di consumare il doppio	Fino al 50% di energia	SCEU*0,2*0,45
	Fai raffreddare pentole e cibi prima di inserirli nel frigorifero	Questo piccolo accorgimento aiuta a risparmiare energia	30 kg CO ₂ eq
	Scegli un modello efficiente e, quando possibile, certificato Ecolabel (NOTA PER SOFTWARE HOUSE: link a sezione Marchi ecologici), in base alla tua capacità di spesa e alle tue esigenze	Fino al 39% di energia	SCEU*0,2*0,36
	Preferisci un elettrodomestico con motori separati per il frigorifero ed il freezer, per spegnere a turno i due apparecchi in caso di non utilizzo.	Questa soluzione contribuisce a ridurre gli sprechi	30 kg CO ₂ eq
	Controlla e, quando serve, sostituisci le guarnizioni per mantenere efficiente il tuo elettrodomestico.	Questo piccolo accorgimento aiuta a risparmiare energia	30 kg CO ₂ eq
	Tieni pulita la serpentina posteriore del frigorifero e mantienilo a	Questo piccolo accorgimento	30 kg CO ₂ eq



OGGETTO CLICCABILE	ECOCONSIGLI	RISPARMIO POTENZIALE	RISPARMIO RISORSE kWh/anno, l/anno, kg/anno
	una distanza di 10 cm dal muro.	aiuta a risparmiare energia	
	Sbrina il congelatore periodicamente, se non è no-frost: con uno spessore di 5 mm di ghiaccio si consuma il 20% in più di elettricità.	Fino al 20% di energia	30 kg CO ₂ eq
Piano cottura	Regola bene la fiamma: se va oltre i bordi della pentola disperde calore e si consuma più energia.	Questo piccolo accorgimento aiuta a risparmiare energia	30 kg CO ₂ eq
	Metti il coperchio: si accelerano i tempi di bollitura e cottura e si risparmia.	Questo piccolo accorgimento aiuta a risparmiare energia	30 kg CO ₂ eq
	Spegni il fornello qualche minuto prima del termine della cottura e lascia che il calore residuo completi l'opera.	Questo piccolo accorgimento aiuta a risparmiare energia	30 kg CO ₂ eq
	Preferisci la pentola a pressione	Fino al 70% di energia	30 kg CO ₂ eq
Rubinetto lavello Quota acqua dai rubinetti = 45% consumo annuo	+ Lava frutta e verdura nell'acquaio o utilizzando una bacinella senza far scorrere l'acqua a profusione.	8 litri di acqua al minuto	30 kg CO ₂ eq
	Per utilizzare meno acqua quando lavi i piatti a mano passa nell'acquaio, con acqua calda e sapone, prima le stoviglie più pulite e poi quelle più unte.	Questo piccolo accorgimento aiuta a risparmiare acqua potabile	30 kg CO ₂ eq
	Bevi l'acqua del rubinetto: è controllata, economica e rispettosa dell'ambiente.	Fino a 14 kg all'anno di plastica	10 kg/anno
	Usa l'acqua di cottura della pasta per lavare i piatti: ha un ottimo potere sgrassante.	Fino a 5 litri per ogni lavaggio	3 *300 l/anno
	Per eliminare l'odore di cloro dall'acqua di rubinetto è sufficiente lasciarla decantare per qualche minuto.	Le acque di rubinetto sono tutte di buona qualità ma alcune hanno un sapore meno gradevole. Questo piccolo accorgimento può migliorarne il gusto	10 kg CO ₂ eq
	Intervieni in caso di perdite	Fino a 100 litri al giorno	30 kg CO ₂ eq



OGGETTO CLICCABILE	ECOCONSIGLI	RISPARMIO POTENZIALE	RISPARMIO RISORSE kWh/anno, l/anno, kg/anno
	Applica un riduttore di flusso al rubinetto	Fino al 60%	SCIU*0,45*0,55
	Se usi una caraffa filtrante, conservala in frigo e bevi l'acqua in giornata. Inoltre ricordati di sostituire il filtro periodicamente per evitare la contaminazione da parte di alcuni batteri e l'aumento del livello di nitriti.	Fino a 9 kg di plastica in meno all'anno	7 kg/anno
Sottolavello	Compra ciò che sei sicuro di consumare prima della data di scadenza.	Questa soluzione contribuisce a ridurre gli sprechi	20 kg CO ₂ eq
	Differenzia i rifiuti in base al materiale di cui sono fatti e conferiscili secondo le modalità di raccolta del tuo Comune.	Solo una corretta raccolta differenziata consente recupero e riciclo	20 kg CO ₂ eq
	Pulisci i contenitori dai residui di cibo prima di gettarli	Solo una corretta raccolta differenziata consente recupero e riciclo	20 kg CO ₂ eq
	Metti le confezioni troppo sporche nell'indifferenziato.	Solo una corretta raccolta differenziata consente recupero e riciclo	20 kg CO ₂ eq
	In caso di imballi composti da più materiali – come carta e plastica – separali prima di buttarli.	Solo una corretta raccolta differenziata consente recupero e riciclo	20 kg CO ₂ eq
	Schiaccia le bottiglie di plastica e riduci il volume delle scatole prima di conferirle.	Solo una corretta raccolta differenziata consente recupero e riciclo	20 kg CO ₂ eq
	Segui le indicazioni per la raccolta differenziata eventualmente presenti sulle confezioni.	Solo una corretta raccolta differenziata consente recupero e riciclo	20 kg CO ₂ eq
	Porta al centro di raccolta i rifiuti ingombranti e pericolosi: mobili,	Solo una corretta raccolta	20 kg CO ₂ eq



OGGETTO CLICCABILE	ECOCONSIGLI	RISPARMIO POTENZIALE	RISPARMIO RISORSE kWh/anno, l/anno, kg/anno
	materassi, rifiuti da apparecchiature elettriche ed elettroniche (RAEE), vernici, batterie, oli vegetali, ecc. ecc.	differenziata consente recupero e riciclo	
	Se hai dubbi sulla raccolta rivolgiti al gestore del servizio pubblico: potrai ottenere tutte le informazioni anche sul sito web di riferimento.	La gestione dei rifiuti varia da Comune a Comune	20 kg CO ₂ eq
	Non gettare i rifiuti nel contenitore sbagliato: renderesti meno efficace il riciclo dei materiali.	Solo una corretta raccolta differenziata consente recupero e riciclo	20 kg CO ₂ eq
	Conferisci correttamente i farmaci nei contenitori situati presso le farmacie o le strutture sanitarie.	Conferisci correttamente i rifiuti pericolosi	20 kg CO ₂ eq
	Conferisci le pile negli appositi contenitori: sono rifiuti molto inquinanti.	Conferisci correttamente i rifiuti pericolosi	20 kg CO ₂ eq
	Prima di buttare un prodotto verifica se è possibile aggiustarlo o recuperarlo: ci sono molte pratiche che consentono di fare questo come il <i>trashware</i> (parola composta derivata dalla contrazione dei termini inglesi trash, spazzatura, e hardware) per recuperare un vecchio hardware informatico, mettendo insieme anche pezzi di computer diversi, e renderlo nuovamente funzionante e utile o lo <i>swapping</i> per scambiare/barattare con altri abiti e oggetti usati ma ancora in buono stato.	Fino a 14 kg di rifiuti	10 kg/anno
Dispensa	Fai una lista della spesa per acquistare solo ciò di cui hai realmente bisogno.	Questa soluzione contribuisce a ridurre gli sprechi	20 kg CO ₂ eq
	Per fare la spesa, porta una borsa da casa.	Fino a 3 kg di rifiuti all'anno	2,8 kg/anno
	Prima di acquistare un prodotto, leggi attentamente l'etichetta: non fidarti di facili slogan.	I prodotti garantiti da un marchio di certificazione tutelano l'uomo e la natura	10 kg CO ₂ eq



OGGETTO CLICCABILE	ECOCONSIGLI	RISPARMIO POTENZIALE	RISPARMIO RISORSE kWh/anno, l/anno, kg/anno
	Consuma alimenti freschi, di stagione, di origine locale e, se disponibili, da agricoltura biologica certificata.	Scegli prodotti che hanno un minore impatto ambientale	10 kg CO ₂ eq
	Scegli prodotti con un imballaggio ridotto e/o facilmente suddivisibile in materiali singolarmente riciclabili; e quando possibile riutilizzalo, ad esempio acquistando detersivi alla spina: questi ultimi costano il 30% in meno rispetto a quelli confezionati.	Fino a 5 kg di rifiuti all'anno	4 kg/anno
	Quando possibile, scegli prodotti ecosostenibili garantiti da marchi ecologici riconosciuti a livello internazionale e garantiti da parte terza.	I prodotti garantiti da un marchio di certificazione tutelano l'uomo e la natura	10 kg CO ₂ eq
	Preferisci i prodotti che hanno una certificazione etica: contribuirai a tutelare i lavoratori del sud del mondo.	I prodotti garantiti da un marchio di certificazione tutelano l'uomo e la natura	10 kg CO ₂ eq
Piccoli elettrodomestici	Stira solo quello che serve: la biancheria per la casa di solito non ne ha bisogno. Oppure puoi stirla sfruttando il calore residuo, una volta spento il ferro da stiro.	Questo piccolo accorgimento aiuta a risparmiare energia	30 kg CO ₂ eq
	Stacca la spina dei piccoli elettrodomestici quando non ti servono. La modalità stand-by consuma energia.	Fino a 0,6 kWh per ogni ora	0,5 kWh/ora * 22 ore/giorno * 365
	In attesa che venga applicata l'etichetta energetica anche agli aspirapolvere, quando ne acquisti uno scegliilo in base ai watt aria che indicano la reale capacità di aspirazione. Per assicurare buone prestazioni dovrebbero essere compresi tra i 250 e i 400. Un aspirapolvere molto potente non sempre è più efficace ma sicuramente consuma di più.	Fino al 33% di energia in meno	SCEU * 0,037*0,3
	Sostituisci i filtri dell'aspirapolvere per migliorarne il rendimento.	Fino al 5%	SCEU * 0,037*0,05



2.2 BAGNO

OGGETTO CLICCABILE	ECOCONSIGLI	RISPARMIO POTENZIALE	RISPARMIO RISORSE kWh/anno, l/anno, kg/anno
Lavatrice Consumo medio 1,55 kWh/ciclo 9% energia consumata in un anno	Usa la lavatrice solo a pieno carico (in ogni caso, ma soprattutto se non è presente la funzione “Mezzo carico” e se l’apparecchio non è del tipo a carico variabile). Mezzo carico non significa mezzo consumo.	Fino a 2,5 kWh e 30 litri per ogni lavaggio evitato	2kWh*52 25 l *52
	Imposta un programma a bassa temperatura: lavare a 90° significa raddoppiare i consumi di energia e i relativi costi.	Fino al 50% di energia	SCEU * 0,09 * 0,45
	Non usare il prelavaggio	Fino al 15% di energia	SCEU * 0,09 * 0,012
	Preferisci detersivi ecocompatibili, a marchio Ecolabel (NOTA PER SOFTWARE HOUSE: link a sezione Marchi ecologici) o alla spina: questi ultimi costano il 30% in meno rispetto a quelli confezionati.	I prodotti garantiti da un marchio di certificazione tutelano l’uomo e la natura	10 kg CO ₂ eq
	Se puoi evita l’asciugatura automatica: consuma anche più del ciclo di lavaggio e con il nostro clima spesso è superflua.	Fino a 2kWh per ciclo di asciugatura	2 kWh * 52
	Usa la lavatrice nelle ore serali: se hai una tariffa bioraria puoi risparmiare	Mediamente il 24% (dipende dal fornitore)	SCEU * 0,09 * 0,22
	Scegli un modello efficiente e, quando possibile, certificato Ecolabel (NOTA PER SOFTWARE HOUSE: link a sezione Marchi ecologici), in base alla tua capacità di spesa e alle tue esigenze.	Per ciclo di lavaggio: Fino al 60% di energia Fino a 100 litri di acqua	1,55 kWh * 0,55*numero lavaggi a settimana * 52 90 l *numero lavaggi a settimana * 52
	Opta per una lavatrice con funzioni più smart, collegabile alla linea idrica di casa, ad uno scaldacqua a gas o solare per risparmiare energia, ecc.	Ti fa risparmiare energia e acqua	30 kg CO ₂ eq
	Tieni pulito il filtro e usa prodotti decalcificanti: il calcare depositato sulle resistenze aumenta il consumo di energia.	Fino al 7% in meno di energia per ogni millimetro di calcare depositato che viene eliminato	SCIU * 0,09* 0,07



OGGETTO CLICCABILE	ECOCONSIGLI	RISPARMIO POTENZIALE	RISPARMIO RISORSE kWh/anno, l/anno, kg/anno
	Condividi l'acquisto e l'utilizzo con i vicini, posizionandola ad esempio in un ambiente comune del condominio.	Puoi risparmiare energia e costi di acquisto e manutenzione	30 kg CO ₂ eq
Sanitari	Scegli di fare la doccia invece del bagno.	Fino a 120 litri di acqua ogni lavaggio	90 l *3*52
	Chiudi il rubinetto quando non usi l'acqua: ad esempio mentre spazzoli i denti o ti insaponi.	Fino al 50% di acqua in meno	SCIU*0,45*0,50
	Se hai due bambini possono fare il bagno insieme: risparmierai acqua e darai loro modo di giocare.	Fino al 50% di acqua in meno	120 l *52
	Raccogli l'acqua che non usi, ad esempio facendola scorrere per raggiungere la temperatura giusta, e usala per le pulizie o per lo scarico del wc.	Questo piccolo accorgimento aiuta a risparmiare acqua potabile	30 kg CO ₂ eq
	Applica un sistema differenziato per flussi al tuo wc o, in alternativa, inserisci una bottiglia da 1,5 litri piena e chiusa nella vaschetta dello scarico: in questo modo ne impiegherai meno azionando il water.	Fino a 7 litri di acqua per ogni scarico	7 l * 8 * 365
	Applica un frangi getto alla doccia.	Fino al 40% di acqua	60 l *0,4 *3 *52
	Intervieni in caso di perdite idriche: gocciolando un rubinetto può disperdere fino a quasi 4.000 litri in un anno.	Fino a 100 litri di acqua al giorno	30 kg CO ₂ eq
Caldaia (riscaldamento autonomo)	Sottoporti la caldaia alla manutenzione periodica per controllare i fumi e mantenere alto il rendimento energetico.	Questo piccolo accorgimento aiuta a risparmiare energia	30 kg CO ₂ eq
	Verifica che la pressione di circolazione dell'acqua nella caldaia sia coerente con quella indicata nel manuale di istruzioni.	Questo piccolo accorgimento aiuta a risparmiare energia	30 kg CO ₂ eq
	Mantieni la temperatura di casa non superiore a 20°C.	7-8% per ogni grado in più in casa	SCEU*0,7*0,16
	In caso di impianto condominiale, installa un dispositivo di contabilizzazione del calore che misura i consumi effettivi	Questa soluzione aiuta a risparmiare energia	30 kg CO ₂ eq
70% energia consumata in un anno			



OGGETTO CLICCABILE	ECOCONSIGLI	RISPARMIO POTENZIALE	RISPARMIO RISORSE kWh/anno, l/anno, kg/anno
	dell'appartamento e consente di regolare le temperatura della tua casa.		
Radiatore	Non coprire i termosifoni con tende, copritermosifoni o altro: impediscono la circolazione del calore.	Fino al 40% di energia in meno	SCEU*0,7*0,35
	Imposta la temperatura dell'acqua dei caloriferi a 60° circa, altrimenti diminuiscono l'efficienza e la durata dell'impianto.	Questo piccolo accorgimento aiuta a risparmiare energia	30 kg CO ₂ eq
	Spalanca le finestre una volta al giorno, nelle ore più calde quando il riscaldamento di solito è spento: eviterai di raffreddare troppo la temperatura interna.	Questo piccolo accorgimento aiuta a risparmiare energia	30 kg CO ₂ eq
	Mantieni puliti i corpi scaldanti: anche la polvere diminuisce il loro potere scaldante	Questo piccolo accorgimento aiuta a risparmiare energia	30 kg CO ₂ eq
	Applica valvole termostatiche sui radiatori, meglio se a bassa inerzia termica: possono assicurare importanti riduzioni dei consumi.	Fino al 20% in meno	SCEU*0,7*0,18
	Inserisci pannelli di materiale isolante fra i termosifoni e le pareti. Anche per le caldaie sono disponibili sul mercato dei "cappotti" che consentono la riduzione delle dispersioni di calore dal cilindro dell'acqua.	Fino al 2%	SCEU*0,7*0,01
	Per tinteggiare i termosifoni usa vernici specifiche che non ostacolano il passaggio del calore: vernici non appropriate ridurrebbero l'efficienza dell'impianto.	Questo piccolo accorgimento aiuta a risparmiare energia	30 kg CO ₂ eq
	Fai sfiatare l'aria eventualmente presente nell'impianto attraverso le apposite valvole o il rubinetto centrale: funge da isolante e ostacola la conduzione del calore.	Questo piccolo accorgimento aiuta a risparmiare energia	30 kg CO ₂ eq
Scaldabagno	Per contenere i consumi, imposta lo scaldabagno elettrico ad una temperatura di 60° d'inverno e 40° d'estate: di solito per lavarci	Questo piccolo accorgimento aiuta a risparmiare energia	30 kg CO ₂ eq



OGGETTO CLICCABILE	ECOCONSIGLI	RISPARMIO POTENZIALE	RISPARMIO RISORSE kWh/anno, l/anno, kg/anno
7% energia consumata in un anno	utilizziamo acqua a 30-35°.		
	Installa allo scaldabagno elettrico un timer per programmare l'accensione nelle ore notturne, quando la corrente costa meno: bastano poche decine di euro.	Questa soluzione aiuta a risparmiare energia	30 kg CO ₂ eq
	Sostituisci lo scaldacqua elettrico con uno a gas o a pompa di calore: può ridurre i costi energetici del 70%.	Fino al 70% in meno di energia	SCEU*0,07*0,65
	Se hai la possibilità, installa un impianto solare termico: è la soluzione più conveniente.	60-90% dell'energia utilizzata per produrre acqua calda	SCEU*0,07*0,80
Fasciatoio (pannolini)	Se ti è possibile, utilizza pannolini usa e getta ecologici: possono essere conferiti nell'organico e non danneggiano l'ambiente.	I prodotti ecologici tutelano la natura.	20 kg CO ₂ eq
	Scegli i pannolini in tessuto, lavabili e riutilizzabili: sono più confortevoli per il tuo bambino, per la natura e "per il portafoglio".	Fino a 10 kg di rifiuti in meno ogni anno	9 kg
	Se non ti servono più, regala i pannolini lavabili ad un'amica o donali a centri di accoglienza oppure organizzazioni che si occupano di bambini meno fortunati.	Fino a 10 kg di rifiuti in meno ogni anno	9 kg

2.3 SALA CON ANGOLO STUDIO

OGGETTO CLICCABILE	CONTENUTI	RISPARMIO POTENZIALE	RISPARMIO RISORSE kWh/anno, l/anno, kg/anno
Gruppo video/audio (TV, lettore DVD, Hi-Fi, videoregistratore e altre apparecchiature) 16% consumo energetico annuo	Spegni le apparecchiature direttamente dall'interruttore e non dal telecomando: 3 apparecchi in stand-by possono consumare in un anno 263 kWh, pari a 150 cicli di lavatrice e a circa 25 euro in bolletta.	Fino al 10% dell'energia utilizzata in casa	SCEU * 0,16* 0,08
	In alternativa puoi collegare tutti i dispositivi ad una presa multipla dotata di interruttore: spegnendo quest'ultimo si spengono definitivamente tutti gli apparecchi.	Fino al 10% dell'energia utilizzata in casa	SCEU * 0,16 *0,08
	Se devi gettare un apparecchio perché non funzionano più, conferiscilo correttamente.	Solo una corretta raccolta differenziata consente recupero e riciclo	20 kg CO ₂ eq
	Se vuoi sostituire un apparecchio ancora funzionante con un modello più nuovo, regalalo ad un amico, donalo ad una associazione no-profit o rivendilo.	Questa soluzione contribuisce a ridurre sprechi e rifiuti	20 kg CO ₂ eq
	Se devi acquistare un televisore, scegli un modello efficiente, in base alla tua capacità di spesa e alle tue esigenze.	Fino al 60% per un modello da 37-42 pollici	SCEU * 0,16*0,55
	Preferisci schermi LCD a LED di classe A o superiore: puoi ridurre i consumi di energia del 25% rispetto ai tradizionali LCD a lampade fluorescenti e fino al 40% rispetto a una televisione al plasma.	Fino al 40% di energia in meno	SCEU * 0,16*0,35
	Se possibile, scegli prodotti elettronici con dispositivi di risparmio energetico: quelli di nuova generazione sono forniti di stand-by della potenza di 1 W, mentre per quelli tradizionali si va da 3 fino a 30.	Fino a 30 volte in meno di energia consumata per lo stand-by	263 kWh/27 * 26
	Per le apparecchiature funzionanti a pile, scegli quelle ricaricabili: il risparmio ambientale ed economico è di circa il 40% perché possono essere riutilizzate almeno 50 volte.	Circa il 40% in meno di spesa	20 kg CO ₂ eq



OGGETTO CLICCABILE	CONTENUTI	RISPARMIO POTENZIALE	RISPARMIO RISORSE kWh/anno, l/anno, kg/anno
Gruppo computer/ monitor/ stampante/ tablet	Imposta la funzione stand-by negli apparecchi che devono restare accesi a lungo come il computer: risparmierai nelle pause.	Questo piccolo accorgimento aiuta a risparmiare energia	30 kg CO ₂ eq
	Quando non utilizzi gli apparecchi, stacca la spina: la funzione stand-by e i trasformatori esterni presenti, ad esempio, in computer e stampanti continuano a consumare energia anche dopo averli spenti.	Fino al 10% dell'energia utilizzata in casa	SCEU * 0,08
	Stampa solo quando è necessario, possibilmente su carta riciclata certificata (Ecolabel, Blauer Engel, Nordic Swan) o su carta FSC riciclata o vergine.	I prodotti garantiti da un marchio di certificazione tutelano l'uomo e la natura	10 kg CO ₂ eq
	Tutte le volte che è possibile, effettua stampe "in bozza" per risparmiare energia e inchiostro: il più delle volte la qualità di stampa è sufficiente.	Questo piccolo accorgimento aiuta a risparmiare energia	30 kg CO ₂ eq
	Usa la carta stampata solo su un lato per realizzare il tuo block notes per gli appunti.	Questo piccolo accorgimento aiuta a risparmiare risorse	20 kg CO ₂ eq
	Preferisci modelli con etichetta Energy Star che consentono un risparmio energetico a partire dalla modalità stand-by.	Dal 50 all'80% in meno di energia	0,06 kWh * 4 * 365*0,7
	Scegli monitor a basse emissioni: oltre ad emettere meno radiazioni fastidiose alla vista sono meno energivori (fino al 40% di consumo in meno).	Fino al 40% di energia in meno	0,1*4*365*0,35
	Preferisci le stampanti a getto di inchiostro rispetto a quelle laser: consumo da 5 a 10 volte meno energia elettrica.	Fino 1/10 di energia elettrica in meno	30 kg CO ₂ eq
	Acquista stampanti con modalità fronte-retro: puoi ridurre del 50% il consumo di carta.	Fino al 50% in meno di carta	20 kg CO ₂ eq
	Preferisci le stampanti multifunzione, in grado di fare scansioni, fotocopie, inviare e ricevere fax: oltre a risparmiare spazio consentono di ridurre i consumi di energia fino al 50%.	Fino al 50% in meno di energia	30 kg CO ₂ eq



OGGETTO CLICCABILE	CONTENUTI	RISPARMIO POTENZIALE	RISPARMIO RISORSE kWh/anno, l/anno, kg/anno
	Usa cartucce per la stampa rigenerabili.	Questo piccolo accorgimento aiuta a risparmiare risorse	20 kg CO ₂ eq
	Laddove è possibile, come per le calcolatrici, preferisci apparecchi ad alimentazione solare.	Fino al 100% di energia necessaria per l'apparecchio	30 kg CO ₂ eq
Lampade 13% del consumo annuo	Tieni pulite le lampadine per mantenere il rendimento originario: la quantità di luce emessa può diminuire fino al 20% per effetto della polvere.	Questo piccolo accorgimento aiuta a risparmiare energia	30 kg CO ₂ eq
	Spegni le luci quando non ne hai bisogno.	Fino a 12 euro l'anno per ogni lampadina spenta se inutilmente accesa	30 kg CO ₂ eq
	Anche se funzionano ancora, sostituisce le vecchie lampadine ad incandescenza con quelle fluorescenti compatte di classe A o a LED: costano un po' di più ma durano da 6 a 10 anni invece degli 1-2 delle lampadine tradizionali.	Fino all'80% di energia	SCEU * 0,13 * 0,8
	Installa una sola lampadina di potenza elevata piuttosto che una serie di potenza ridotta.	Fino al 50% di energia in meno	SCEU * 0,13 * 0,45
	Utilizza il bianco o comunque colori chiari per le pareti e i soffitti dei locali che devono essere ben illuminati: ti consentirà di risparmiare sulla potenza delle lampade e non costa nulla se lo fai in occasione di ristrutturazioni.	Questa soluzione aiuta a risparmiare energia	30 kg CO ₂ eq
	Apri le tapparelle il più possibile per far entrare la luce naturale e prediligi tende dai colori chiari e dai tessuti semitrasparenti.	Questo piccolo accorgimento aiuta a risparmiare energia	30 kg CO ₂ eq
	Sostituisci il pulsante con un regolatore di intensità.	Fino al 50% e oltre di energia	SCEU * 0,13 * 0,45
	Studia attentamente i punti luce necessari nelle varie stanze della casa sulla base delle diverse attività che vi si svolgono, in modo da scegliere i flussi luminosi e la tonalità di colore più indicati.	Questa soluzione aiuta a risparmiare energia	30 kg CO ₂ eq

OGGETTO CLICCABILE	CONTENUTI	RISPARMIO POTENZIALE	RISPARMIO RISORSE kWh/anno, l/anno, kg/anno
	Sfrutta il più possibile la luce naturale, ad esempio progettando l'arredamento dei locali in maniera opportuna: scrivanie e tavoli da lavoro sono meglio vicino alla finestra.	Questa soluzione aiuta a risparmiare energia	30 kg CO ₂ eq
Split Consuma 7,5 kWh ogni 5 ore di utilizzo (fonte: WWF)	Quando possibile raffresca la casa in modo naturale: lascia le finestre aperte nelle ore più fresche, abbassa le tapparelle nelle ore calde, favorisci la creazione di correnti d'aria da una stanza all'altra e utilizza tende da sole e ventilatori.	Questo piccolo accorgimento aiuta a risparmiare energia	30 kg CO ₂ eq
	Colloca il condizionatore in un luogo ombreggiato e lontano dalle fonti di calore.	Fino al 5% in meno di energia	7,5 kWh * 40 * 0,05
	Scegli il climatizzatore più idoneo al locale: in funzione della dimensione, dell'esposizione, del livello di isolamento dei muri e del tetto, ecc.: per questo rivolgiti ad un installatore esperto.	Questa soluzione aiuta a risparmiare energia	30 kg CO ₂ eq
	Scegli un apparecchio ad alta efficienza, possibilmente di classe A, con indice di efficienza energetica (EER) elevato e tecnologia inverter: rispetto ad un modello on/off, il risparmio è del 30% sui consumi elettrici.	Fino al 30% di energia	7,5 kWh * 40 * 0,27
	Preferisci un impianto fisso rispetto a uno portatile: a parità di freddo ceduto all'ambiente consuma meno ed è meno rumoroso. Una macchina split di classe D è più efficiente di una portatile di classe A.	Questa soluzione aiuta a risparmiare energia	30 kg CO ₂ eq
	Preferisci un condizionatore con funzionamento in corrente continua (DC): è più silenzioso e riduce gli sprechi energetici.	Questa soluzione aiuta a risparmiare energia	30 kg CO ₂ eq
	Mantieni sempre puliti i filtri e la griglia da cui fuoriesce l'aria e fai revisionare l'apparecchio una volta l'anno per il controllo del refrigerante e l'eventuale sostituzione dei filtri.	Questa soluzione aiuta a risparmiare energia	30 kg CO ₂ eq
	Valuta l'opportunità di installare una pompa di calore in alternativa	Fino al 60% di energia	7,5 kWh * 40 * 0,55



OGGETTO CLICCABILE	CONTENUTI	RISPARMIO POTENZIALE	RISPARMIO RISORSE kWh/anno, l/anno, kg/anno
	al condizionatore elettrico. E' un po' più costosa ma in genere più efficiente.		

2.4 CAMERA/CAMERETTA

OGGETTO CLICCABILE	ECOCONSIGLI	RISPARMIO POTENZIALE	RISPARMIO RISORSE kWh/anno, l/anno, kg/anno
Tapparella di (sistemi di building automation)	Se ti è possibile, installa un sistema di building automation, in particolare se stai ristrutturando o la tua casa è in costruzione.	Questa soluzione aiuta a risparmiare energia	30 kg CO ₂ eq
Cesta dei giochi	Condividi i giochi con i tuoi vicini e se lo spazio lo consente crea una "ludoteca" di condominio dove i bambini possono giocare insieme.	Fino a 14 kg di rifiuti in meno	10 kg
	Regala i giochi che non ti servono più a familiari, amici o conoscenti che hanno dei bambini.	Fino a 14 kg di rifiuti in meno	10 kg
	Donali a una ludoteca, asilo, reparto ospedaliero pediatrico, centro di accoglienza per bambini o altra istituzione senza scopo di lucro che si occupa di ridistribuirli a bambini meno fortunati.	Fino a 14 kg di rifiuti in meno	10 kg
	Se proprio non sono più utilizzabili gettali in maniera corretta, differenziandoli.	Solo una corretta raccolta differenziata consente recupero e riciclo	20 kg CO ₂ eq
	Porta i giochi che non utilizzi più a un mercatino dell'usato o del baratto: ce ne sono alcuni dedicati proprio allo scambio dei	Fino a 14 kg di rifiuti in meno	10 kg



OGGETTO CLICCABILE	ECOCONSIGLI	RISPARMIO POTENZIALE	RISPARMIO RISORSE kWh/anno, l/anno, kg/anno
	giocattoli.		
	Se non sai a chi rivolgerti, attacca qualche annuncio nelle bacheche di scuole, asili o siti internet di annunci.	Fino a 14 kg di rifiuti in meno	10 kg
	Donali ad un'associazione che organizza laboratori didattici sul "riciclo creativo" dei giocattoli rotti.	Fino a 14 kg di rifiuti in meno	10 kg
	Se hai un gioco di un certo valore storico e vuoi disartene puoi donarlo a un museo del giocattolo.	Fino a 14 kg di rifiuti in meno	10 kg
	Se invece vuoi prevenire il problema puoi rivolgerti ad un servizio di noleggio: ormai ne esistono anche per i giochi.	Fino a 14 kg di rifiuti in meno	10 kg

2.5 ESTERNO E PARTI COMUNI

OGGETTO CLICCABILE	ECOCONSIGLI	RISPARMIO POTENZIALE	RISPARMIO RISORSE kWh/anno, l/anno, kg/anno
Pianta giardino in	Metti dei contenitori per la raccolta dell'acqua piovana sotto lo scolo della grondaia: possono fornire una buona riserva per l'irrigazione.	Questa soluzione aiuta a risparmiare acqua potabile	30 kg CO ₂ eq
	Soprattutto in estate, inaffia la sera o di notte quando il terreno è più fresco e l'acqua non evapora.	Questa soluzione aiuta a risparmiare acqua potabile	30 kg CO ₂ eq
	Usa l'acqua del lavaggio di frutta e verdura per innaffiare le piante del tuo balcone.	Fino al 3% del totale acqua consumata a livello domestico	SCIU * 0,025
	Colloca una roccia calcarea a ridosso dei tronchi degli alberi: permette di mantenere un buon livello di umidità e di ridurre	Questa soluzione aiuta a risparmiare acqua potabile	30 kg CO ₂ eq



OGGETTO CLICCABILE	ECOCONSIGLI	RISPARMIO POTENZIALE	RISPARMIO RISORSE kWh/anno, l/anno, kg/anno
	drasticamente l'irrigazione.		
	Scegli le piante adatte al clima del tuo giardino.	Questa soluzione aiuta a risparmiare acqua potabile	30 kg CO ₂ eq
	Se hai uno spazio adeguato, fai il compostaggio domestico dei rifiuti (scarti di cucina, di giardinaggio, ecc.): è molto nutriente per le piante, non inquina e ti fa risparmiare acqua per l'irrigazione.	Fino a 56 kg di rifiuti in meno ogni anno	50 kg
	Verifica se il tuo comune sostiene il compostaggio domestico distribuendo appositi contenitori e/o prevedendo agevolazioni sulla tariffa dei rifiuti: potresti avere uno sconto consistente.	La gestione dei rifiuti varia da Comune a Comune	20 kg CO ₂ eq
	Scegli un sistema automatico di irrigazione a goccia: utilizza una minore quantità di acqua e la fa arrivare a giusta destinazione.	Fino al 40% di acqua in meno	SCIU * 0,03 *0,4
	Se puoi, installa un impianto per il recupero delle acque piovane.	Fino al 3% del totale acqua consumata a livello domestico	SCIU * 0,03 *0,03
Lampada da giardino	Tieni pulite lampade e lampadine per mantenere il rendimento originario: la quantità di luce emessa può diminuire fino al 20% per effetto della polvere.	Questo piccolo accorgimento aiuta a risparmiare energia	30 kg CO ₂ eq
	Se hai un impianto di illuminazione tradizionale, preferisci lampadine a basso consumo: durano di più e consumano meno.	Fino all'80% di energia in meno	Testi tutorial
	Se hai un giardino, scegli le lampade ad energia solare: costano poco e gli basta il sole	Fino al 100% dell'energia usata per l'illuminazione esterna	30 kg CO ₂ eq
	Nei locali di passaggio, come cortili e garage, valuta l'installazione di sensori di presenza che accendono la luce solo quando c'è qualcuno. Costo medio per sensore: 20-30 euro.	Questa soluzione aiuta a risparmiare energia	30 kg CO ₂ eq
	Se puoi, installa in giardino delle fotocellule per accendere e spegnere la luce in base ai livelli di illuminazione naturale.	Questa soluzione aiuta a risparmiare energia	30 kg CO ₂ eq

2.6 EDIFICIO

OGGETTO CLICCABILE	ECOCONSIGLI	RISPARMIO POTENZIALE	RISPARMIO RISORSE kWh/anno, l/anno, kg/anno
Contorno della casa	In estate, mantieni una buona ventilazione aprendo le finestre sui lati opposti dell'abitazione in modo da creare corrente	Questo piccolo accorgimento aiuta a risparmiare energia	30 kg CO ₂ eq
	In estate, chiudi vetri e tapparelle/persiane delle finestre esposte al sole del mattino prima che i raggi le raggiungano.	Fino al 30%	SCEU * 0,7 * 0,25
	In estate, accosta le persiane o abbassa le tapparelle delle finestre ombreggiate per evitare l'irraggiamento indiretto	Fino al 30%	SCEU * 0,7 * 0,25
	In estate, lascia le finestre aperte anche tutta la notte per rinfrescare la casa, se non ci sono problemi di sicurezza	Questo piccolo accorgimento aiuta a risparmiare energia	30 kg CO ₂ eq
	In inverno, cambia l'aria nelle ore più calde e per brevi periodi per non disperdere il calore interno.	Questo piccolo accorgimento aiuta a risparmiare energia	30 kg CO ₂ eq
	Se stai ristrutturando/costruendo la tua casa, presta attenzione alla disposizione delle stanze: per garantire il miglior confort abitativo quelle che usi di più non dovrebbero essere collocate ne sul fronte più freddo (nord) ne su quello più caldo (ovest). Per approfondimenti clicca qui. (link al testo di riferimento della pagina sottostante)	Questa soluzione aiuta a risparmiare energia	30 kg CO ₂ eq
	In caso di serramenti in buono stato, riduci le dispersioni sigillando gli infissi, isolando i cassonetti degli avvolgibili, aggiungendo una seconda finestra e applicando tendaggi pesanti davanti alle finestre.	Fino al 10-15% di energia	SCEU * 0,7 * 0,1
	Se devi sostituire le finestre, opta per quelle a doppi vetri rispondenti agli indici di dispersione del calore (trasmissione) previsti dalla legge: ridurrai le dispersioni di calore d'inverno e di	Fino al 20%	SCEU * 0,7 * 0,15



OGGETTO CLICCABILE	ECOCONSIGLI	RISPARMIO POTENZIALE	RISPARMIO RISORSE kWh/anno, l/anno, kg/anno
	fresco d'estate.		
	Se hai spazio a disposizione, pianta alberi a foglia caduca o rampicanti di fronte alle facciate più esposte al sole: ti proteggeranno dai caldi raggi estivi e faranno filtrare quelli tiepidi invernali.	Questa soluzione aiuta a risparmiare energia	30 kg CO ₂ eq
	Se puoi, applica sistemi schermanti alle vetrate e finestre: dalle tradizionali persiane ai più moderni schermi solari.	Questa soluzione aiuta a risparmiare energia	30 kg CO ₂ eq
	Se non puoi sfruttare la ventilazione naturale, applica un sistema di ventilazione meccanica controllata: consente di gestire il ricambio dell'aria con perdite di calore minime	Questa soluzione aiuta a risparmiare energia	30 kg CO ₂ eq
	Intervieni sull'edificio isolando pareti, coperture e pavimenti, in funzione delle tue possibilità e delle caratteristiche della tua abitazione: puoi risparmiare fino al 40% delle spese per il riscaldamento.	Fino al 40% dell'energia per riscaldare	SCEU * 0,7 * 0,35
	Crea un "tetto verde" sulla tua abitazione: i vantaggi sono molti a partire dall'isolamento dalle sollecitazioni termiche, meccaniche ed acustiche. Per approfondimenti clicca qui. (link al testo di riferimento della pagina sottostante)	Fino al 23% di energia in meno per il riscaldamento e fino al 75% di energia in meno per il raffrescamento	SCEU * 0,7 * 0,20 7,5 kWh * 40 * 0,7

2.7 FONTI RINNOVABILI DI ENERGIA

OGGETTO CLICCABILE	ECOCONSIGLI	RISPARMIO POTENZIALE	RISPARMIO RISORSE kWh/anno, l/anno, kg/anno
Pannello fotovoltaico	Se vivi in un condominio, promuovi la realizzazione di un impianto solare fotovoltaico o termico comune: autoproducirai energia gratuita.	Fino al 100% dell'energia usata dal condominio	30 kg CO ₂ eq
	Se è presente sul tuo territorio sostieni l'allaccio ad un sistema di teleriscaldamento: si ridurranno i costi di produzione di acqua calda sanitaria e di riscaldamento.	Questa soluzione aiuta a risparmiare energia	30 kg CO ₂ eq
	Promuovi l'installazione di un sistema di micro-cogenerazione nel tuo condominio: ha rendimenti molto elevati.	Fino al 40% in meno di combustibile	30 kg CO ₂ eq
	Se ti è possibile, installa un impianto fotovoltaico sulla tua abitazione.	Fino all'85% di energia all'anno	SCEU * 0,7 * 0,8
	Se puoi, installa un impianto solare termico per la produzione di acqua calda sanitaria e per il riscaldamento.	Fino al 40% dell'energia usata per riscaldamento e acqua calda sanitaria	SCEU * 0,7 * 0,35
	Se vivi in campagna e il clima te lo consente, installa un impianto mini-eolico per uso domestico: produrrai energia verde.	Fino a 1000 kWh per ogni kW di potenza installato	30 kg CO ₂ eq