

Soluzioni

Risparmiare energia elettrica nella vita quotidiana

A

Come evitare di utilizzare la luce artificiale e risparmiare energia elettrica			
0	Non usare lampadine alogene.	3	Aprire le persiane / alzare le tapparelle.
1	Usare lampadine LED.	4	Aprire le tende.
2	Mettersi vicino alla finestra quando si lavora.	5	Spegnere la luce quando si esce.
Come risparmiare elettricità con la lavatrice, la lavastoviglie, il frigorifero e gli altri elettrodomestici?			
0	Assicurarsi che il frigorifero sia lontano da fonti di calore.	4	Non lasciare dispositivi elettrici in stand-by.
1	Spegnere la TV e altri apparecchi / dispositivi elettrici.	5	Fare la lavatrice a carico sempre pieno e di sera.
2	Usare elettrodomestici a risparmio energetico.	6	Usare la lavatrice a una temperatura media di 40 gradi.
3	Usare dispositivi smart e programmare a distanza tramite un'app lo spegnimento o l'accensione degli elettrodomestici.	7	Eliminare vecchi elettrodomestici e sostituirli con altri a basso consumo energetico.

B*

0	Non useremo più lampadine alogene.	3	Useremo il programma risparmio energetico degli elettrodomestici.
1	Spegneremo la TV e non lasceremo gli elettrodomestici in stand-by.	4	Spegneremo la luce quando usciamo.
2	Faremo la lavatrice a carico sempre pieno.	5	Apriremo le tende.

Fare la raccolta differenziata

A*

1	Alluminio	2	Avanzi di cibo	3	Bicchieri in/di plastica
4	Bottiglie in/di vetro	5	Buste di carta	6	Carta da pacchi
7	Pane e pasta	8	Sacchetti di plastica	9	Tubetti di dentifricio

* Die angegebenen Lösungen sind lediglich als Vorschläge zu betrachten.

B.2 *

Carta e cartone	Plastica e metallo	Organico	Vetro
Confezioni Giornali Buste di carta Carta da pacchi	Barattoli di metallo Bottiglie di plastica Foglio di alluminio Contenitori di plastica Tubetti di dentifricio Bicchieri in/di plastica	Mele e uova Tappo di sughero Bustina di tè Pane e pasta Avanzi di cibo	Bottiglie in/di vetro Recipienti in/di vetro

Ridurre i rifiuti

A *

0	<i>Compra oggetti resistenti.</i>	3	Acquista prodotti ricaricabili come batterie, detersivi, ecc. e usa distributori alla spina.
1	Scegli prodotti con meno imballaggi.	4	Usa borse riutilizzabili, evita gli shopper usa e getta.
2	Riutilizza fogli già scritti su di un lato.	5	Bevi l'acqua del rubinetto.

B *

Dai un consiglio / esprimi la tua opinione	
0	<i>Dovremmo evitare di comprare tovaglioli di carta. Sarebbe meglio usare tovaglioli di stoffa.</i>
1	Sarebbe meglio bere l'acqua del rubinetto.
2	È necessario comprare prodotti con meno imballaggi.
3	Secondo me, si potrebbero dare gli abiti che non usiamo più a un'associazione che li raccoglie.
4	Potremmo comprare dei prodotti al mercato dell'usato.
5	Si potrebbero riutilizzare fogli già scritti su di un lato.

* Die angegebenen Lösungen sind lediglich als Vorschläge zu betrachten.

Non sprecare gli alimenti

A*

0	<i>Controllo nel frigo quali alimento ho già.</i>		
1	Scrivo una lista della spesa da portare al supermercato.	3	Non lascio scadere gli alimenti.
2	Riutilizzo gli avanzi di cibo.	4	Se ho comprato cibo in eccesso, congelo gli alimenti avanzati.

B*

Consigli per non sprecare gli alimenti	
0	<i>Potremmo provare ricette creative con gli avanzi.</i>
1	Dovremmo scegliere prodotti in offerta solo se saranno veramente utilizzati.
2	Sarebbe meglio comprare frutta e verdura locale e di stagione.
3	Dovremmo stare attenti a conservare bene gli alimenti.
4	Sarebbe meglio riutilizzare gli avanzi di cibo.
5	Potremmo acquistare prodotti sfusi.

* Die angegebenen Lösungen sind lediglich als Vorschläge zu betrachten.