

BONES PRÀCTIQUES

Desxifrem la factura i fem un bon ús
de l'energia a casa nostra



1- LA FACTURA ELÈCTRICA DE CASA NOSTRA

1.1-Objectiu de la sessió: Empoderament energètic

A la factura elèctrica hi trobem varis apartats amb varis conceptes difícils de desxifrar, conceptes tècnics que segurament ningú ens ha explicat abans.

L'objectiu d'aquesta sessió és empoderar-nos en termes energètics.

1. Començarem entenent cada un dels conceptes que figuren a la factura i veurem on nosaltres com a persones usuàries podem modificar-ne alguns.
2. Aprendrem a fer un ús eficient de l'energia a la nostra llar, per tal de disminuir el nostre consum afavorint així el medi ambient i reduint la nostra factura elèctrica. Sense reduir el nostre confort!

1- LA FACTURA ELÈCTRICA DE CASA NOSTRA

1.2-Què ens diu la factura elèctrica?



Datos del Cliente
Titular:
DNI/NIF:
Direcció:
Actividad económica (CNAE): 9820
CUPS:
Potencia contratada: 8,09 kW
Tarifa de acceso: 2.0A Contrato de acceso:
Número de Contador:

RESUMEN DE LA FACTURA
Fecha factura: 04 de febrero de 2014
Periodo de facturación: del 09/01/2014 al 30/01/2014
Factura n°:
Ref.Factura:
Total Factura: 33,60 €

Electricidad

LA COMERCIALIZADORA

A la capçalera sempre hi trobarem l'**empresa comercialitzadora** amb qui tenim el contracte d'electricitat i les nostres dades. També hi ha un apartat amb les **dades de facturació** (període de facturació/importa total etc)

D'empreses **comercialitzadores** n'hi ha centenars. I **nosaltres podem escollir amb qui contractar l'electricitat de casa nostra**. Existeixen dos grups de comercialitzadores:

- Comercialitzadores d'últim recurs (CUR):Ofereixen la tarifa d'últim recurs anomenada "Precio Voluntario Pequeño Consumidor " (PVPC) antigament TUR. Aquesta tarifa és el preu màxim i mínim establert per l'Administració. Aquests preus poden ser revisats per l'Administració almenys semestralment. Serà només aquestes companyies les que podran oferir el descompte del Bo Social. Només hi ha 5 companyies que puguin oferir aquesta tarifa

Viesgo Comercializadora de referencia, S.L.	900 10 10 05	www.viesgoclientes.com
CHC Comercializador de Referencia S.L.U.	900 814 023	www.chcenergia.es/cor.php

Endesa Energia XXI, S.L.U.	800 760 333	www.endesaonline.com
Iberdrola Comercialización de Último Recurso, S.A.U.	900 200 708	www.iberdrola.es
Gas Natural S.U.R., SDG, S.A.	900 100 283	www.gasnaturalfenosa.es
EDP Comercializadora de Último Recurso, S.A.	900 902 947	www.edpenergia.es

1- LA FACTURA ELÈCTRICA DE CASA NOSTRA

1.2-Què ens diu la factura elèctrica?

LA COMERCIALIZADORA

- Comercialitzadores de mercat lliure: La resta d'empreses es trobaran en el mercat lliure, és a dir lliure competència. Poden oferir diferents clàusules i serveis addicionals. Aquí és on hi trobem centenars



Veurem que hi ha empreses que les trobem com a comercialitzadores d'últim recurs i com a mercat lliure. Realment es troben dins del mateix grup empresarial però són empreses diferents. Cal fixar-nos bé amb quina tenim el contracte! Això ho podem saber amb el "cognom", per exemple:

Endesa energia XXI S.L.U (Comercialitzadora Últim Recurs)

Endesa Energia, SAU (mercat lliure)

Podem comprar les diferents ofertes d'aquestes comercialitzadores a la web www.comparadorofertasenergia.cnmc.es



ACTUEM: Segons quins aspectes puc escollir una empresa o una altra? Quina empresa m'interessa més a mi personalment? Us proposem algunes preguntes que ens podem fer alhora d'escollir una empresa o una altra. Tu decideixes!

- Promocionen i aposten per les energies renovables?
- Tipologia d'empresa? Són cooperativa? Avantatges?
- Poden oferir el descompte del bo social? Tarifa regulada per l'estat (PVPC)?
- Compleixen amb la llei 24/2015?
- Com a client tens un tracte fàcil, àgil i agradable amb l'empresa?

1- LA FACTURA ELÈCTRICA DE CASA NOSTRA

1.2-Què ens diu la factura elèctrica?

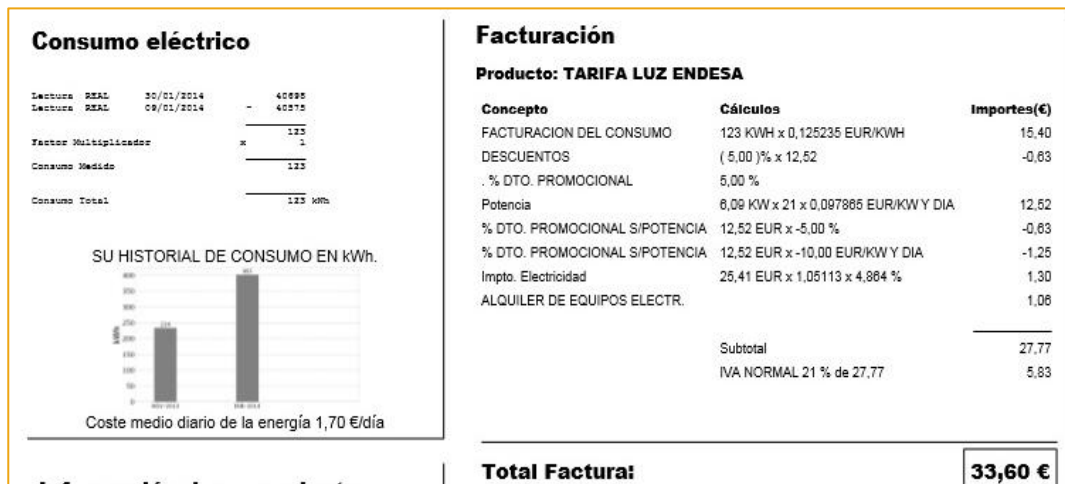
LA COMERCIALIZADORA



- **CAL TENIR BEN CLAR:** Una cosa és la distribuïdora i l'altre és la comercialitzadora. Nosaltres com a persones usuàries només podem canviar la comercialitzadora (tal i com hem vist). La Distribuïdora és l'empresa que posa la infraestructura per fer arribar l'electricitat a les cases. A Catalunya la majoria de les llars tenim Endesa Distribución. NO LA PODEM ESCOLLIR.
- **AMB LES ORELLES BEN ATENTES!** Quan truqueu per canviar de companyia o tarifa, vigileu! Molt alerta! Segur que us oferiran descomptes, ofertes etc. Us recomanem que no les accepteu i assegureu-vos que us fan el canvi a la comercialitzadora que heu sol·licitat. A vegades ens trucaran per telèfon o es presentaran a casa nostra, per oferir-nos ofertes MAI ACCEPTEU RES que no hagueu escollit vosaltres, sempre hi ha lletra petita! Allò que al principi sembla una oferta pot sortir-nos molt car.

1- LA FACTURA ELÈCTRICA DE CASA NOSTRA

1.2-Què ens diu la factura elèctrica?



En aquest apartat és on podem detectar si tenim **descomptes** aplicats (ja sigui per oferta puntual o Bo Social).

Ahora veurem quant ens costa el **lloguer del comptador**, aquest concepte sempre hi serà present a la factura (a no ser que el comprem, acció que no recomanem) i no podem canviar-lo.

I també s'hi reflexa l'**Impost Electricitat** s'ha incorporat als impostos especials de fabricació segons la Llei 38/1992, és un impost especial per la seva manera d'aplicació: A diferència de similars impostos com pot ser el de la gasolina, l'impost de l'electricitat s'aplica tant al terme potència com el d'energia. En la gasolina el paguem en funció dels L que utilitzem. O en el cas del Gas l'impost sobre hidrocarburs només s'aplica en el consum.

CONCEPTES: POTÈNCIA I ENERGIA

Hi ha una apartat de la factura on es desglossa el cost total.

Hi ha alguns conceptes que cal tenir clars:

- **Potència contractada (kW):** és la potència màxima que es pot utilitzar de forma simultània, és a dir, la capacitat que tenim per connectar diversos aparells a la vegada.
- **Consum (kWh):** Allò que usem per fer funcionar els aparells electrònics. Sempre va en relació al temps que l'estem usant. La paguem en funció de quanta n'usem. Potència/temps



Quan ens passem de la potència que tenim contractada, l'ICP "salta" haurem de desendollar algun equip i rearmar-lo. En cas de comptador digital hauràs d'esperar uns minuts

1- LA FACTURA ELÈCTRICA DE CASA NOSTRA

1.2-Què ens diu la factura elèctrica?

CONCEPTES: POTÈNCIA I ENERGIA

En aquest apartat podem veure si ens estant realitzant **lectures reals o lectures estimades**.

Si tenim el comptador a dins de casa nostra, som nosaltres els responsables d'anotar la lectura del comptador quan ho sol·liciti la companyia a través d'un paper que pengen a l'ascensor.(també podem trucar o introduir al web la nostra lectura).

Si tenim el comptador en zona comunitària serà la companyia responsable de realitzar les lectures reals.

A la factura us indicarà si el vostre comptador està connectat al sistema de tel·legestió, si ho està la companyia us farà les lectures reals a distància.



ACTUEM: Tenim la potència contractada ajustada a les nostres necessitats?

- Us proposem de fer una suma amb l'ajuda dels i les petites de casa. Buscarem les etiquetes de de tots els electrodomèstics de major potència que utilitzeu alhora i **sumareu les seves potències** (rentaplats, rentadora...). A aquest **resultat li sumareu 1kw per il·luminació i altres aparells de menor consum** (TV, PC...). Així obtindreu el resultat final, ara **cal buscar la potència normalitzada que quedi per sobre de la xifra que hem obtingut** (2.3,3.45,4.6,5.75 kW...)
- Com fem el tràmit de la baixada de potència? Truca a la teva comercialitzadora i indica'ls la potència que vols. Sàpigues que aquest tràmit **te un cost de 10€ i es pot fer un cop l'any**. Si la instal·lació té és de 20 anys et podran demanar el Butlletí d'instal·lació elèctrica que te un cost addicional.

1- LA FACTURA ELÈCTRICA DE CASA NOSTRA

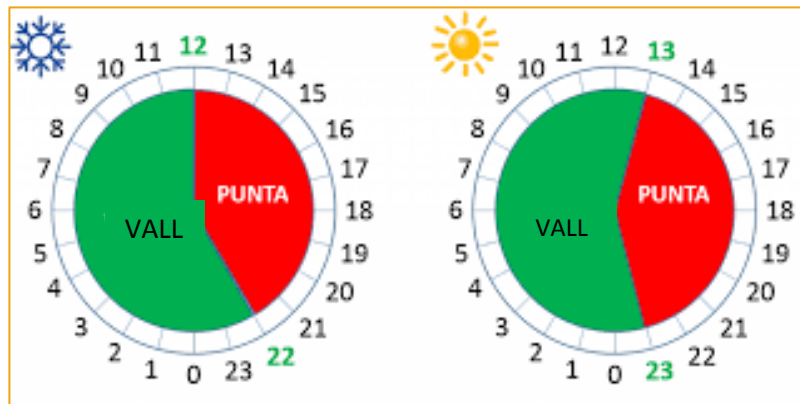
1.2-Què ens diu la factura elèctrica?

CONCEPTES: TARIFA



Hi ha moltes tarifes diferents en el mercat lliure. Però la que més ens pot interessar és la Tarifa amb Discriminació Horària, aquesta tarifa es pot aplicar tant en mercat lliure com en mercat regulat.

Tarifa amb discriminació horària: Inclou dos preus diferenciats en funció de l'hora del dia.



Entre les 22h i les 12h a l'hivern (horari d'hivern) l'energia costa més barata.

Entre les 23h i les 13h a l'estiu (horari d'estiu), l'energia costa més barata.

En cas de PVPC (mercat regulat) : hores vall el kWh és un 56% més barat, mentre que a les hores punta el kWh és un 21% més car.

Les empreses de mercat lliure ofereixen tarifes similars però poden variar unes i altres.

1- LA FACTURA ELÈCTRICA DE CASA NOSTRA

1.2-Què ens diu la factura elèctrica?

CONCEPTES: TARIFA

Per tal de que ens surti a compte caldrà canviar els nostres hàbits (concentrar el major consum en les hores vall). La contractació d'aquesta tarifa té un cost d'uns 10€



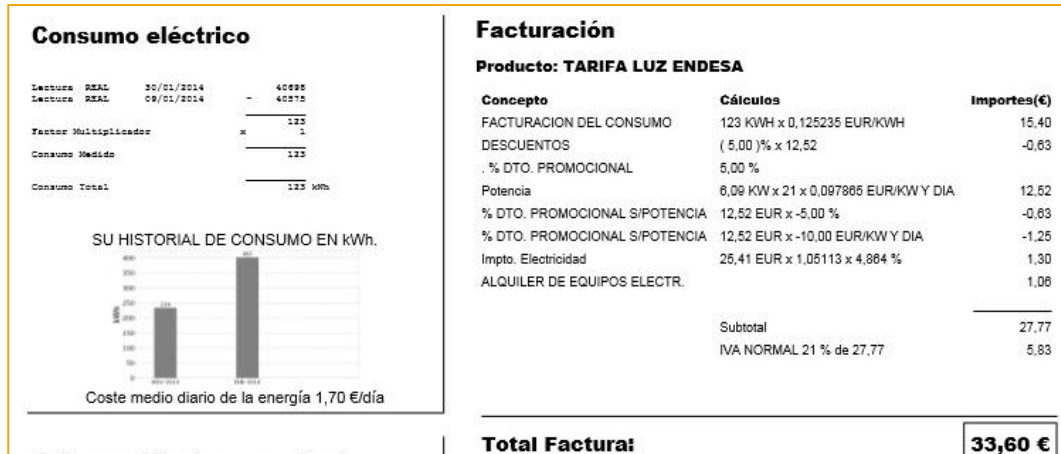
ACTUEM: Com contractem la Tarifa de Discriminació Horària?

- Cal tenir present que estem parlant de Tarifa de Discriminació Horària i no de la Tarificació horària !! (aquesta última és el nou sistema que fa servir l'Estat per determinar el preu de l'electricitat.
- Trucarem a la nostra comercialitzadora i sol·licitarem el canvi de Tarifa .
- Si no tenim la tel·legestió activa, hauran de venir a programar el comptador.
- Assegureu-vos de saber a partir de quin dia és hàbil la tarifa DH. Cal començar a modificar els nostres hàbits! Si no ens pot sortir més car!!

1- LA FACTURA ELÈCTRICA DE CASA NOSTRA

1.2-Què ens diu la factura elèctrica?

CONCEPTES: BO SOCIAL



El **Bo Social** és un descompte del 25% en terme de potència i de consum.

A data 06/10/2017 es renova el Bo Social.

- Els habitatges amb **una potència contractada igual o inferior a 3kW**, obtindran el descompte directament.

El **nou bo social es base** en criteris de renda perquè puguin accedir els i les consumidors que més ho necessiten. El descompte en la factura elèctrica serà del **25% per als consumidors vulnerables, del 40% per als vulnerables severos i del 50% si a més estan sent atesos pels serveis socials.**

- Es regula un mecanisme per evitar els talls de subministrament en el cas dels consumidors/es vulnerables en risc d'exclusió social.
- Els qui ja disposen del bo social ho podran mantenir durant els propers sis mesos sense necessitat de renovar-ho.

1- LA FACTURA ELÈCTRICA DE CASA NOSTRA

1.2-Què ens diu la factura elèctrica?

CONCEPTES: BO SOCIAL



ACTUEM: Què cal tenir en compte abans de demanar-lo?

- La persona sol·licitant ha de ser la titular del contracte
- Cal ser clients d'una companyia de referència del mercat regulat. Si no sou de cap d'aquestes companyies, cal que abans us canvieu.
- S'ha de tenir contractada la tarifa PVPC, Si no és la vostra tarifa cal que la contracteu abans.
- La llar per la qual es sol·licita el descompte cal que sigui la residència habitual.
- A la web de la vostra comercialitzadora de mercat regulat us podeu descarregar els papers per sol·licitar el Bo Social, o bé anar a les oficines d'atenció al client. També podeu demanar ajuda a Serveis Socials.
- Si la vostra situació canvia cal que ho notifiqueu a l'empresa comercialitzadora, ja que si no ho feu us poden penalitzar.

1- LA FACTURA ELÈCTRICA DE CASA NOSTRA

1.2-Què ens diu la factura elèctrica?

CONCEPTES: DADES DE CONTRACTE

DATOS DEL CONTRATO 7	
Titular del contrato: XXXXXXXXXXXXXXXX	Nº Contador: XXXXXXXXXXXX
NIF: XXXXXXXXXXX	Referencia del contrato: XXXXXXXXXXX
Dirección de suministro: XXXXXXXXXXXXXXXXXXXX	Su comercializadora: Endesa Energía
Producto contratado: XXXXXXXXXXXXX	Su distribuidora: XXXXXXXXXXXXXXXXXXXX
Potencia contratada: X,XX kW	Referencia del contrato de acceso: XXXXXXXXXXX
CUPS: XXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXX	Peaje de acceso: X.XX
	Fecha fin del contrato de suministro: XX/XX/XXXX (renovación anual automática)

En el dors de la factura hi trobarem les dades del contracte. I serà molt important identificar el número CUPS. El **número CUPS** podríem dir que és com el DNI de la nostra instal·lació. Ens el demanaran per cada un dels tràmits que gestionem amb la companyia.

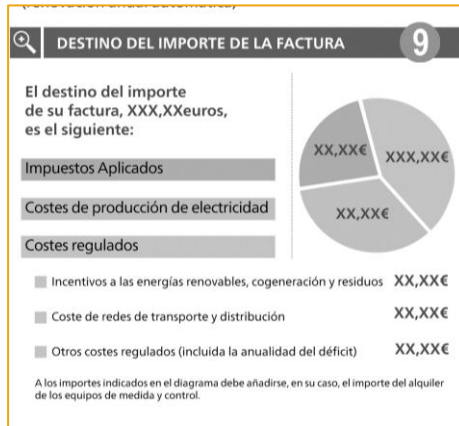
Què és el peatge d'accés? És la tarifa que paga la companyia comercialitzadora a la companyia distribuïdora per l'ús de la xarxa de distribució. Aquesta tarifa la fixa el Govern i nosaltres no la podem modificar.

També és important identificar **quan finalitza el nostre contracte** de subministrament ja que si hem de fer alguna modificació cal saber si tenim permanència o no. Recordar que els contractes es renovaran automàticament si no diem el contrari.

1- LA FACTURA ELÈCTRICA DE CASA NOSTRA

1.2-Què ens diu la factura elèctrica?

CONCEPTES: DESTÍ DE L'IMPORT DE LA FACTURA



En el dors de la factura, es mostra un gràfic on es visualitza el destí de l'importa total de la teva factura.

- **Cost de producció de l'electricitat:** és la suma dels costos per produir l'electricitat que arriba fins a les llars.
- **Costos regulats:**
 - Incentiu a les energies renovables, cogeneració i residus: és l'import destinat a les instal·lacions que desenvolupen l'activitat de producció d'energia elèctrica a partir de fonts d'energia renovables.
 - Cost de xarxes de transport i distribució: és el cost derivat de les instal·lacions que transporten i distribueixen l'electricitat.
 - Altres costos regulats: És l'import destinat a altres costos com per exemple, el dèficit de tarifa.
 - Impostos aplicats: Són els tributs que es paguen al Govern per l'IVA i l'Impost d'electricitat

2- BONES PRÀCTIQUES PER UNA GESTIÓ EFICIENT

2.1- Consums fantasma

Què és el consum fantasma?

És el consum d'electricitat dels aparells elèctrics connectats permanentment a la xarxa, "stand by" els quals consumeixen encara que no s'estiguin utilitzant.



S'estima que el consum fantasma suposa entre un 7-11% del consum elèctric d'una llar mitja.

Es produeix per aparells que disposen d'un transformador (bobines), o pilot de llum o rellotge



ACTUEM: Com podem evitar el consum fantasma?

Mirem les característiques quan comprem un aparell, normalment Tv per exemple ens indica el consum en repòs-

- Instal·lem regletes per apagar del tot l'aparell
- Instal·lem temporitzadors, per l'escalfador elèctric

AL MENJADOR

	Estimat (W)	Medició propia (W)	Despesa anual estimada (€)	Despesa propia estimada (€)
Televisió	2	0,7	2,98	1,04
Videoconsola	4	1,1 (Xbox), 2,3 (Wii)	5,96	5,07
TDT	5	-	7,45	-
Telèfon inalàmbric	4	1,2 (Philips)	5,96	1,79
DVD	4	-	5,96	-
Minicadena	6	4,5 (LG)	8,94	6,07

AL DESPATX

	Estimat (W)	Medició (W)	Despesa anual estimada (€)	Despesa anual estimada (€)
Ordinador	5	2 (iMac)	7,45	2,98
Portàtil	4	1 (Macbook)	5,96	1,49
Monitor LCD	1	-	1,49	-
Router	8	7 (Vodafone)	11,91	10,43
Impressora	8	6 (HP)	11,91	8,94

A LA CUINA

	Estimat (W)	Medició propia (W)	Despesa anual estimada (€)	Despesa propia estimada (€)
Micoones	4	2,1	5,96	3,13
Màquina de café	5	1,7	7,45	2,53
TOTALS	60	29,6	89,40	44,10

Font: <http://www.xataka.com/energia/consumo-fantasma-mitos-verdades-y-soluciones>

2- BONES PRÀCTIQUES PER UNA GESTIÓ EFICIENT

2.2- Refrigeració

Mesures passives

Com podem minimitzar la demanda energètica de casa nostra? Cal protegir la nostra llar de la radiació solar:

- Protegir totes les finestres amb persianes, mallorquines o tendals. Les cortines no són efectives per aquesta acció ja que intercepten la radiació un cop ha entrat a la llar.
- Els colors clars a la façana (blanc per exemple) ajuden a reflectir la radiació solar. Evitarem colors foscos per pintar les nostres façanes i cobertes.
- Millorar l'aïllament tèrmic de les façanes i coberta és una acció bàsica per la reducció de la demanda energètica.

Ús i gestió



Com podem fer un bon ús del sistema de refrigeració?

- Si augmentem la humitat en els ambients secs i provoquem una ventilació natural o forçada, podem reduir la temperatura amb el sistema "refredament evaporatiu".
- Procurarem tenir ventilació creuada obrint finestres en els extrems de la llar.
- L'ús d'un ventilador de peu o penjat al sostre, es pot reduir la sensació tèrmica entre 3 i 5°C. Obrirem les finestres quan l'aire exterior sigui més fresc que el de l'interior. No obrirem les finestres quan la temperatura exterior sigui superior a 30°C
- Amb una temperatura de 26°C és suficient per trobar-nos en situació de confort dins la nostra llar. La diferència de temperatura amb l'exterior superior a 12°C no és saludable.
- Instal·larem els equips exteriors dels equips de refrigeració evitant que no els hi toqui la radiació solar directament, ja que si no empitjorarem el seu rendiment energètic.

2- BONES PRÀCTIQUES PER UNA GESTIÓ EFICIENT

2.3- Calefacció

Mesures passives

Com podem minimitzar la demanda energètica de casa nostra?

- Millorant les finestres, tant la part opaca com la part vidriada: Ruptura de pont tèrmic, doble vidre mínim, aïllar les caixes de persiana.
- Pots aplicar mesures "low cost" : virets, film aïllant per finestres o sota portes (material que podreu trobar a les ferreteries)
- Millorar l'aïllament tèrmic de les façanes i coberta és una acció bàsica per la reducció de la demanda energètica.
- Tanca els porticons, abaixa les persianes quan hagi marxat el Sol.
- Les cortines gruixudes ajuden a mantenir l'escalfor a casa.

Ús i gestió



Com podem fer un bon ús del sistema de calefacció?

- Amb una temperatura entre 19-21°C és suficient per trobar-nos en situació de confort dins la nostra llar .
- Recordar que a l'hivern cal que anem abrigats tant a l'exterior com a l'interior de les llars.
- La ventilació de la llar és necessària per salubritat, però recordem que amb uns 10min ja n'hi ha prou.
- És recomanable instal·lar un termòstat programable, ja que evitarem possibles costos innecessaris.
- És recomanable apagar la calefacció quan anem a dormir
- L'emissor de calor sempre ha d'estar col·locat a la paret freda de l'estança.
- Mai taparem l'element emissor (prestatge per la part superior etc)
- Si tenim butà ventilarem cada 2-3h l'estança durant 5min, per fer baixar la humitat generada.
- Intentarem evitar aparells on veiem barres incandescentes ja que són molt ineficients energèticament.

2- BONES PRÀCTIQUES PER UNA GESTIÓ EFICIENT

2.4- Aigua i aigua calenta sanitària (ACS)

Escollir



Com escollir un sistema de generació d'ACS?

- Dependrà de les característiques de cada llar, consulta a un tècnic que et pugui assessorar.
- Valora amb la comunitat de veïns i veïnes realitzar la instal·lació de panells solars a la coberta, tenen un elevat rendiment .no t'oblidis de mirar si existeixen ajudes econòmiques per la realitzar la instal·lació.

Ús i gestió



Com podem consumir menys aigua ?

- Si ens dutxem en comptes d'omplir la banyera reduïm de l'ordre de 4 cops el nostre consum d'aigua i l'ús d'energia per escalfar l'aigua.
- Podem omplir un cubell d'aigua mentre esperem que surti l'aigua calenta.
- Tancarem l'aixeta quan no necessitem l'aigua.
- Amb una temperatura de l'aigua de 30-35°C en tenim suficient per dutxar-nos.
- Col·locar un rellotge de sorra o similar a la dutxa ens ajudarà a prendre consciència de quanta estona hi destinem.
- Si tenim aixetes monocomandaments deixarem el mànec de l'aixeta sempre en el cantó de l'aigua freda.
- És molt important assegurar-nos que els tubs que condueixen aigua calenta estiguin correctament aïllats.
- Cal controlar que no existeixi cap fuga en la instal·lació o degoteig en cap aixeta, pots suposar una pèrdua de 100L al mes.
- Instal·la airejadors a totes les aixetes.
- Instal·leu inodor amb cisterna de doble descarrega. O podeu instal·lar un ampolla d'aigua a dins la cisterna de l'inodor.

2- BONES PRÀCTIQUES PER UNA GESTIÓ EFICIENT

2.5- Il·luminació

Sabies que...

Agafant com a exemple un supòsit d'un habitatge amb 15 bombetes, que estaran enceses 5 d'elles 10h i la resta 5h (un total de 2700 h/mes) amb una intensitat lumínica de 600 lúmens. Segons la tipologia de bombetes que utilitzem tindriem els següents costos.



	BOMBETA INCANDESCENT	BOMBETA BAIX CONSUM	BOMBETA LED
Potència	60 W	11 W	7 W
Hores encesa al mes	2.700 h	2.700 h	2.700 h
Consum mes	162.000 Wh	29.700 Wh	18.900 Wh
Cost mensual aprox.	27,54 €	5,05 €	3,21 €
Cost anual consum	330,48 €	60,59 €	38,56 €

Ús i gestió



Com puc fer un bon ús de la il·luminació de casa meva?

- Es recomana està la major part del dia en estances amb llum natural, aquesta acció ens farà estalviar i també ens afectarà positivament al nostre estat d'ànim i salut.
- Intentarem pintar els tancaments interiors de la nostra llar amb colors clars.
- Sempre que marxem d'una estança apaguem la llum.
- Netejarem les bombetes i les pantalles de les làmpades amb certa periodicitat.
- Cal anar canviant totes les bombetes de casa nostra per bombetes LEDS són més cares però duren 50 vegades més i estalvien fins a un 80%.
- Les bombetes que compreu assegureu-vos que tenen marcatge CE.
- Les bombetes també tenen etiqueta energètica, analitzarem les seves prestacions i escollirem la més eficient segons l'ús que li vulguem donar.

2- BONES PRÀCTIQUES PER UNA GESTIÓ EFICIENT

2.6- Electrodomèstics

Escollir



Què haig de tenir en compte quan compro un electrodomèstic?

- Recomanem assegurar-nos que no funciona i que no te solució aquell electrodomèstic que volem substituir.
- Si finalment decidim canviar-nos l'electrodomèstic cal assegurar-nos que serà tractat a través d'un gestor autoritzat (RAEE).
- És important estudiar l'etiqueta energètica i poder preveure el seu consum . Escollirem la màxima qualificació energètica segons les nostres prestacions econòmiques. (qualificació mínima recomanable A)
- Cal que escollim un electrodomèstic de potència i capacitat adequats a les nostres necessitats.
- Els electrodomèstic que consumeixen més de la llar és la nevera/congelador.

Ús i gestió



Nevera / Congelador

- Col·locarem la nevera en un espai lluny de possibles fons de calor, com el forn per exemple.
- Deixarem un espai de 2-3 dits entre la part posterior de la nevera i la paret.
- Es recomana netejar la part posterior de la nevera un cop l'any.
- Cal descongelar el congelador abans que hi hagi una capa de gel de 3mm (et pots arribar a estalviar fins a un 30%)
- Anirem verificant que les gomes de la nevera i del congelador es trobin en bon estat i assegurin el correcte tancament de les portes.
- No col·locarem, aliments calents a la nevera.
- Quan vulguem descongelar algun aliment, el podem posar a dins la nevera, en comptes de deixar-lo fora, així tindrem guanys de fred gratis!
- Es recomana mantenir la nevera a una temperatura de 5°C i el congelador a un -18°C
- Evitarem obrir la porta quan no sigui necessari.

2- BONES PRÀCTIQUES PER UNA GESTIÓ EFICIENT

2.6- Electrodomèstics



Ús i gestió

Rentadora

- Aprofitarem el màxim la capacitat de la rentadora, evitant fer rentats a si no omplim la rentadora al complet.
- Rentarem sempre en fred.
- Aprofitarem l'escalfor del sol per assecar la roba, evitant així l'ús de la assecadora.
- Utilitzarem descalcificant i netejarem regularment el filtre de la rentadora d'impureses i calç.
- Si teniu contractada la tarifa de Discriminació Horària recomanem posar les rentadores a la franja vall.
- Mai estendrem la roba a l'interior de l'habitatge ja que aquesta acció fa augmentar la humitat de l'estança. Cal mantenir una humitat entre 40 i 70% per tal de viure en ambient saludable, si passem de 70% tindrem risc de patir malalties respiratòries, artrosi, de circulació etc.

Rentaplats

- Encendrem el rentaplats només quan estigui totalment ple.
- Passarem una aigua freda als plats abans de posar-lo al rentaplats, així ens assegurarem que no sortiran bruts ni obturarem el filtre del rentaplats amb restes d'aliments.
- Utilitzarem els programes econòmics o de baixa temperatura.
- Serem responsables d'un bon manteniment del nostre rentaplats: netejarem el filtre i revisarem els nivells d'abrillantador i de sal.
- Si teniu contractada la tarifa de Discriminació Horària recomanem posar les rentadores a la franja vall.

2- BONES PRÀCTIQUES PER UNA GESTIÓ EFICIENT



2.6- Electrodomèstics

Ús i gestió

Assecadora

- Intentarem evitar utilitzar aquest electrodomèstic ja que te un elevat despesa energètica i econòmica, i sovint tenim l'energia del sol disponible i gratuïta.
- Aprofitarem la màxima capacitat de la assecadora, carrega completa.
- Abans d'utilitzar l'assecadora haurem fet un bon centrifugat de la roba a la rentadora.
- Amb una assecadora tipus bomba de calor o a gas us estalviareu energia i diners respecte a altres tipus.
- Si teniu programa "punt de planxat" feu-ne ús ja que no arriba a assecar la roba completament i així estalviem energia.

Forn

- No obrirem innecessàriament el forn. Cada cop que obrim el forn perdem un 20% de l'energia acumulada en el seu interior.
- Intentarem aprofitar el màxim la capacitat del forn. Podem cuinar varis àpats alhora!
- Generalment no és necessari pre-escalfar el forn per coccions superiors a 1hora.
- Recomanem apagar el forn abans de finalitzar la cocció, ja que així aprofitarem la calor residual que ens ajudarà a finalitzar la cocció sense cost.

Cuina

- Es recomana l'ús de l'olla a pressió per la seva eficiència, però cal anar molt en compte ja que és un element que si no es tanca correctament o te algun desperfecte pot ser perillós.
- Les plaques d'inducció consumeixen un 20% menys d'electricitat que les vitroceràmiques convencionals.
- Sempre taparem les olles amb les que cuinem, ens ajudarà a estalviar fins a un 25% d'energia.
- En les cuines de vitroceràmiques apaguem abans que finalitzi la cocció, aprofitant d'aquesta manera la calor residual

2- BONES PRÀCTIQUES PER UNA GESTIÓ EFICIENT

2.6- Electrodomèstics



Ús i gestió

Equips ofimàtics (ordinadors, impressora...)

- Amb equips d'ofimàtica (ordinadors, impressores etc) hem de procurar escollir els que tinguin modes d'estalvi d'energia o l'etiqueta Energy Star.
- Apagarem els aparells quan preveiem una absència superior a 30min.
- Comprarem impressores que permetin imprimir a doble cara.
- Si deixem d'utilitzar l'ordinador durant un període curt, apagarem la pantalla o ho posarem en repòs.
- Quan l'ordinador estigui en mode repòs la pantalla s'apagarà o es posarà de color negra, evitant "salvapantalles" de pase de fotos o colors.
- Les pantalles LCD estalvien un 37% de l'energia en funcionament i un 40% en mode repòs.
- Una bona idea és connectar aparells que tinguin "stand by" (pilot encès quan no està en funcionament) a una regleta amb interruptor i quan no l'utilitzeu apagueu directament la regleta. Et pots arribar a estalviar 40€ / anys.

Televisor i equip audiovisual

- Ens assegurarem que la TV estigui totalment apagada quan no la utilitzem. No podem veure cap piuet encès!
- Una bona idea és connectar aparells que tinguin "stand by" (pilot encès quan no està en funcionament) a una regleta amb interruptor i quan no l'utilitzeu apagueu directament la regleta. Et pots arribar a estalviar 40€ / anys.

3- PINTEM AL CARRER

3.1- Primera pintada

Punt de partida de l'estudi energètic

Ara pintarem al carrer els nostres consums i el que paguem a la factura, d'aquesta manera a partir d'aquest gràfic inicial podrem anar fent un seguiment del nostre estalvi tant econòmic com en emissions.

1. Agafeu la vostra factura i anoteu en un paper:
 - Cost total en €
 - Consum total en kWh
2. Calculeu quant Co2 heu generat amb el vostre consum:

El mix de la xarxa elèctrica peninsular de 2016 s'estima en 308 g CO₂/kWh
(Font: http://canviclimatic.gencat.cat/es/reduix_emissions/factors_demissio_associats_a_lenergia/)

Baixem al carrer i pintem el següent gràfic segons les vostres dades:

