

IL PROGETTO “NATALE SOSTENIBILE 2011” E’ STATO IDEATO E REALIZZATO DALL’ASSOCIAZIONE AMBIENTE E/E’ VITA ONLUS NELL’AMBITO DELLE ATTIVITA’ DI GESTIONE DELLA RISERVA DEL MONTE SALVIANO CON L’OBIETTIVO DI ACCRESCERE LA COSCIENZA AMBIENTALE.

L’ASSOCIAZIONE INTENDE RINGRAZIARE IL COMUNE DI AVEZZANO E LE AZIENDE CHE HANNO SOSTENUTO L’INIZIATIVA:



Riserva Regionale del Monte Salviano,  
p.za della Repubblica n.9 67051 Avezzano (AQ)  
e-mail: riservasalviano@comuneavezzano.it  
tel.0863/501249 fax 0863/501250  
www.riservasalviano.it



L’ASSOCIAZIONE “AMBIENTE E/E’ VITA” ENTE GESTORE DELLA RISERVA REGIONALE DEL MONTE SALVIANO  
presenta

**NATALE  
SOSTENIBILE  
2011**

Suggerimenti per un Natale  
ecosostenibile



L'Assemblea Generale delle Nazioni Unite, riconoscendo l'importanza dell'energia per lo sviluppo sostenibile, ha designato il 2012 come "Anno Internazionale dell'energia sostenibile per tutti".



2012 INTERNATIONAL YEAR OF  
SUSTAINABLE ENERGY  
FOR ALL



Si considera energia sostenibile quella modalità di produzione ed uso dell'energia che permette uno sviluppo sostenibile. Tale concetto ha due componenti chiave, uno dal punto di vista della produzione (energia sostenibile) ed un altro legato al suo utilizzo, e quindi all'efficienza e risparmio energetico.

Sul fronte energia sostenibile, il riferimento principale sono le energie rinnovabili, cioè quelle fonti che per loro natura non sono "esauribili", come ad esempio: energia idroelettrica, energia solare, energia eolica, energia geotermica ed altre.

Per risparmio energetico si intende il minor utilizzo dell'energia a nostra disposizione nelle azioni di tutti i giorni mantenendo gli stessi comfort e servizi, spesso con risparmio anche economico... **Come?**



Viste le conseguenze ormai "globali" che ogni nostra piccola azione o comportamento può recare all'ambiente, se raffrontate con una visione generale più ampia, ci rendiamo conto di quanto ognuno di noi può e deve concretamente fare per poter invertire la tendenza, ormai generalizzata, di un continuo e progressivo aumento della richiesta energetica soprattutto da parte dei paesi industrializzati del mondo



## •LUMINARIE A BASSO CONSUMO

Illuminare case e strade 24 ore al giorno comporta un inutile aumento dei consumi elettrici e delle emissioni. Meglio utilizzare lampadine a basso consumo o a led, che consumano fino a 1/10 delle normali lampadine, e accenderle solo in momenti particolari. Si risparmia anche in bolletta!

In Italia, tra il mese di novembre e quello di gennaio, l'atmosfera di festa luminosa richiede alla nostra rete elettrica nazionale di avere una disponibilità d'energia pari a 2 miliardi e 565 Milioni di watt, senza contare gli alberi natalizi e gli addobbi luminosi che vengono accesi lungo le vie, nei negozi e nelle principali piazze di ogni comune.

### 1. Il riscaldamento

Per quanto possibile mantenere la temperatura all'interno della casa tra i 18 ed i 19°. Non coprire mai termosifoni. Controllare annualmente la caldaia.

### 2. Gas in cucina.

Collocare sempre i tegami nella piastra dalle giuste dimensioni. Utilizzare i coperchi, spegnere il gas un' po' prima della fine della cottura. Si consiglia di utilizzare pentole a pressione.

### 3. Occhio all'acqua calda

La doccia consente di risparmiare rispetto alla vasca da bagno. Lo scaldabagno o il boiler andrebbero accesi solo poco prima di usare acqua, mantenendo così una temperatura intorno i 60°

### 4. Illuminazione.

Spegnere sempre la luce quando non necessario. Inserire lampadine e lampade a basso consumo energetico.

### 5. Frigorifero

Mantenere il frigorifero ad una temperatura mai inferiore ai 3 gradi. evitare di riempirlo eccessivamente e di inserire cibi ancora caldi.

## 6. Lavatrice.

Utilizzarla solo a pieno carico. Non effettuare lavaggi a temperature maggiori ai 60°. Pulire il filtro.

## 7. Lavastoviglie.

Riempire sempre completamente la lavastoviglie prima di attivarla. Spegnerla prima dell'asciugatura. Lavare a basse temperature e pulire frequentemente il filtro.

## 8. Forno.

Utilizzare temperature adeguate, evitare la funzione grill, spegnerlo prima della fine della cottura.

## 9. Microonde.

Il forno a microonde consuma più o meno la metà di un forno tradizionale si riscalda prima e non necessita di manutenzione.

## 10. Stand-by.

Le luci di stand-by di tutti gli elettrodomestici, consumano notevolmente. Considerando il numero elevato di apparecchiature che ne fanno uso in una qualsiasi abitazione, spegnerle, consente un risparmio energetico e di costi davvero rilevante.

## ALCUNI CONSIGLI PRATICI PER RIDURRE L'IMPRONTA ECOLOGICA DEL PROPRIO NATALE

### ADDOBBI

- Albero "locale" o artificiale 'di riciclo'

Per avere un albero sostenibile (e anche "originale"), la cosa migliore è rinunciare all'acquisto del classico abete coltivato apposta per la festività, e addobbare i nostri alberi tipici, anche gli stessi che abbiamo in terrazzo o in giardino. In questo modo si risolve anche il problema di cosa farne finite le feste. Se proprio vogliamo avere un abete tradizionale, è importante controllare che sia certificato ovvero prodotto in vivai specializzati per i periodi natalizi, e tenerlo rigorosamente lontano da fonti di calore, meglio se in balcone o in giardino

