

**SCHEDA INFORMATIVA – WWF “ORA POLARE”**

**VADEMECUM WWF “SALVA-CLIMA”**

**In casa**

● Spegni la luce quando non serve!

● Spegni tutti gli apparecchi elettrici e gli stand by e non lasciare mai gli alimentatori attaccati alla rete, consumano lo stesso.

● Fai lavatrici e lavastoviglie a pieno carico ed imposta i lavaggi a basse temperature : 10 gradi in meno equivalgono ad un risparmio energetico del 10%. Inoltre sia i piatti sia i panni si asciugano benissimo all’aria con un forte risparmio di energia!

● Ripara e ricicla gli oggetti, non ricomprarli. La produzione *ex novo* richiede grandi quantità di materie prime ed energia.

● Non eccedere con il riscaldamento invernale. Regolare la temperatura interna dell’abitazioni sui 20°C (con 2 di tolleranza: è il limite massimo di temperatura stabilito dalla normativa nazionale - DPR 412/1993 modificato dal DPR 551/99- per abitazioni, uffici, scuole e negozi.), che già consentono un clima confortevole: un solo grado in più farebbe salire i consumi di circa il 6-7% l’anno. Non utilizzare il riscaldamento nelle ore notturne o eventualmente, negli ambienti più freddi, cerca di mantenere la temperatura intorno ai 16°C

● Scegli sempre elettrodomestici di classe A o superiore. Stesso criterio va applicato nella scelta delle lampadine e dei faretti.

**Cambia alimentazione**

● Mangia meno carne e di qualità, proveniente da allevamenti estensivi. Agli allevamenti, soprattutto bovini, sono connesse gravi problematiche ambientali (cambiamenti climatici, scarsità idrica, deforestazione, inquinamento, erosione del suolo).

● Acquista prodotti locali e di stagione, sosterrai l’economia locale ed eviterai l’emissione di CO2 per il trasporto e la coltivazione in serra dei prodotti.

* Anche in cucina, evita gli sprechi: il cibo che viene gettato è dannoso anche per l’ambiente.
* Bevi acqua del rubinetto

**Cucina a basso impatto**

* Metti il coperchio sulla pentola quando cucini, si può risparmiare fino a un quarto dell'energia necessaria per la cottura. La pentola a pressione poi per le cotture lunghe è la soluzione da prediligere perché dimezza i tempi di cottura e quindi gli sprechi di energia.
* Anche il microonde può essere la soluzione giusta in molti casi: tra i forni elettrici è quello che consuma meno e fa risparmiare molto tempo.
* Il forno è meglio a gas che elettrico perché utilizza una fonte di energia più economica ed ecologica. Se preferisci comunque quello elettrico, scegli un modello ventilato che dà migliori risultati con minori consumi. Durante la cottura, apri il meno possibile il forno per non disperdere il calore: puoi arrivare a risparmiare fino al 30% di energia.
* Ogni pentola ha il fornello giusto: è importante scegliere pentole e fornelli proporzionati tra di loro… Infatti la fonte di calore deve rimanere ben sotto la pentola e non disperdersi inutilmente intorno.

**Cambia modo di spostarti**

● Riduci i tuoi viaggi in automobile, usando almeno quanto più possibile i mezzi pubblici, o condividi l’auto. Ma soprattutto per i piccoli spostamenti: cammina o pedala!

● Non seguire le mode, non cambiare auto se non è davvero necessario.

● Guida in modo efficiente ed effettua una corretta manutenzione dell’auto: puoi ridurre consumi ed emissioni fino al 15%.

* Per gli spostamenti di lavoro in Europa, usa il treno.

**Cambia le tue abitudini**

● Usa meno carta a casa, in ufficio, a scuola... e quando l’acquisti sceglila certificata FSC

● Fai la raccolta differenziata dei rifiuti: dividi i rifiuti in base alla tipologia di smaltimento previsto dalla tua normativa regionale. In cucina, non possono mancare i raccoglitori per la raccolta di carta, plastica e metallo, e umido. Se hai un orto o un giardino potrai anche usare la frazione organica per produrre compost per uso domestico…ma soprattutto cerca di ridurne la quantità, per esempio prediligendo prodotti ad imballaggio ridotto o meglio ancora, sfusi e evitando l’usa e getta.

● Fai riparare gli apparecchi elettronici invece di comprarne di nuovi.

● Indossa vestiti di fibre naturali: sono salutari, biodegradabili, riciclabili ed ecosostenibili. Acquista solo quello che ti serve veramente.

**RISPARMIO DI CO2 PER OGNI SETTORE**

**CIBO**

La produzione in serra di 1 kg di pomodori rilascia 3,5 kg di CO2eq, rispetto a meno di 0,05 kg della stessa quantità di pomodori prodotto in un campo, una differenza di ben 70 volte.

Il trasporto aereo di prodotti alimentari (fragole, mele, pomodori, asparagi, zucchine ecc.) da un capo all’altro del pianeta può generare circa 1.700 volte più emissioni di CO2 che un trasporto in camion per 50 km. Fino ad alcuni decenni fa, gli alimenti percorrevano brevi tragitti per andare dal produttore al consumatore; oggi, invece, attraversano oceani e continenti. Le stime attuali mostrano come il 98% della produzione agricola fresca italiana sia trasportata a distanza superiore a 50 km dal luogo di produzione

L’aumentata mobilità delle merci ha determinato un drastico incremento delle emissioni di CO2 oltre che di altri inquinanti. 1 kg di kiwi che arriva dalla Nuova Zelanda percorre circa 18.000 km ed emette circa 25 kg di CO2, 1 kg di pesche dall’Argentina percorre oltre 12.000 km ed emette circa 16 kg di CO2. Finalmente sta cominciando a diffondersi il concetto di “cibo a chilometro zero” per sottolineare quanto sia prioritario consumare prodotti di zona e di stagione.

È importante prediligere prodotti ad imballaggio ridotto. Un’altra voce elevata dal punto di vista dell’impatto ambientale è il proprio il packaging degli alimenti (in alluminio, carta, legno, plastica, vetro, ecc.) stimato essere equivalente a 225 kg CO2 pro capite l’anno, soprattutto per alcuni prodotti e per le bevande alcoliche o analcoliche imbottigliate.

Certamente qualsiasi alimento consumiamo, comprese frutta e verdura, implica dei costi ambientali, ma questi costi per la produzione di vegetali sono molto inferiori a quelli della produzione di carne e altri alimenti animali. Si può fare la differenza scegliendo di mangiare meno proteine animali, in particolare meno carne bovina: a una bistecca di circa 250 g è associata l’emissione di quasi 3,4 kg di CO2, l’equivalente di un’automobile di cilindrata medio-grande che percorre quasi 16 km! La produzione dello stesso quantitativo di patate provoca l’emissione di circa 0,06 kg di CO2, ben 57 volte inferiore a quelle della bistecca.

Sostituire anche un solo pasto a settimana a base di carne don un piatto tipico della dieta mediterranea può farti risparmiare oltre 180 kg di CO2 l’anno; infatti un pasto a base di pasta (circa 100 g) condita con olio di oliva (2 cucchiai, 20 g), pomodoro fresco (50 g) e parmigiano (20 g) provoca l’emissione di 0,45 kg di CO2, mentre un pasto a base di bistecca di manzo (250 g) e contorno di verdura fuori stagione (150 g), conditi con 2 cucchiai di olio di oliva provoca l’emissione di 4 kg di CO2.

**ENERGIA IN CASA**

Solo gli stand-by (la lucina accesa degli apparecchi elettronici) nel settore residenziale rappresentano tra il 9 e l’11% dei consumi elettrici di una casa, circa 250-300 kWh l’anno per abitazione. In Europa si stima che gli stand-by degli elettrodomestici siano responsabili delle emissioni annue di oltre 20 milioni di tonnellate di CO2. Se guardato globalmente, gli standby causano l’1% delle emissioni complessive di CO2. Secondo l’International Energy Agency, entro il 2030 il 15% dei consumi elettrici in Europa sarà dovuto alle funzionalità di standby degli apparecchi.

L’Europa ha stabilito che i nuovi apparecchi in commercio non debbano superare, da fermi, il limite di 1 watt di potenza assorbita. La maggior parte degli elettrodomestici usati nelle case dei cittadini europei è però ancora troppo energivoro e assorbe il triplo del valore soglia, richiedendo in stand-by oltre 3 watt. La lista degli elettrodomestici più energivori vede in testa le console dei videogiochi, le stampanti laser e le fotocopiatrici. Seguono i decoder, le macchinette del caffè, i router, i forni elettrici, gli impianti stereo e i caricabatterie. Si tratta di apparecchi che ormai si trovano in ogni casa e che vengono utilizzati anche più volte durante il giorno.

Il risparmio annuo, optando per elettrodomestici di classe A o superiore, confrontati con apparecchi appartenenti alla classe energetica più bassa della categoria, F o G a seconda della tipologia di prodotto, possono superare anche l’80%. Nel dettaglio, vediamo come ad esempio un televisore di classe A+++ e uno di classe C sono praticamente non rapportabili come consumi. Un 70 pollici della prima classe, consuma meno di un 32 della seconda, nonostante uno schermo molto maggiore.

Eliminate della vostra vita gli elettrodomestici “non imprescindibili”, ad esempio i bollitori elettrici, che consumano circa 1500 kWh/anno.

I telefoni cordless hanno un’alimentazione constante e quindi consumano! Se volgiamo tagliare i consumi e le emissioni meglio quelli classici

Preferite le sveglie e orologi tradizionali rispetto a quelli digitali che consumano energia.

**ORA LEGALE: IL RISPARMIO DI ENERGIA**

L’ora legale fu proposta di Benjamin Franklin nel 1784 su *The Journal of Paris* con l’obiettivo di risparmiare energiA attraverso un minore uso dell’illuminazione elettrica. Fu introdotta in Italia per la prima volta durante la Prima guerra mondiale ma abolita già nel 1920. Da allora l’ora legale è stata più volte introdotta e abolita fino al 1966 quando, in un periodo di crisi energetica, occorreva sfruttare di più la luce solare. Tra il 1966 e il 1980 l’ora legale era in vigore da maggio a settembre (4 mesi), mentre dal 1981 è entrata in vigore dall’ultima domenica di marzo. Dal 1996 è utilizzata con uguali tempi (fusi orari a parte) e modalità in tutta l’Unione Europea.

Il risparmio è dovuto all’effetto “ritardo” nell’accensione della luce elettrica. I mesi in cui il risparmio è maggiore sono aprile ed ottobre (in virtù del fatto che, rispetto ai 7 mesi totali, sono quelli con le giornate più corte). Nei mesi estivi, proprio per le giornate sono già lunghe, il risparmio è meno evidente.

Secondo gli ultimi dati disponibili (Terna, 2014), nei 7 mesi di ora legale si risparmiano 550 milioni di kilowattora (pari al consumo medio annuo di elettricità di circa 205 mila famiglie) per un valore di 91 milioni di Euro (1 kilowattora costa a noi cittadini, nel periodo in esame, in media circa 16 centesimi di euro, al netto delle imposte).

Dal 2004 al 2014 il risparmio complessivo del Paese è stato di circa 6 miliardi e 720 milioni di kilowattora, pari ad un valore di circa 990 milioni di euro.

E come ormai tutti sanno minori consumi si traduce in minori emissioni di CO2 nell’atmosfera, in questo caso nell’ultimo anno abbiamo risparmiato circa 220 mila tonnellate di CO2.

La quantità totale di CO2 atmosferica emessa in un anno in seguito alla produzione di energia elettrica è circa di 115 Mt, il 30% delle emissioni nazionali di anidride carbonica (ISPRA, 2014)

La concentrazione atmosferica dei gas ad effetto serra (GHG) rappresenta il principale fattore determinante del riscaldamento globale. Tra i principali gas serra, l’anidride carbonica (CO2) copre un ruolo prevalente in termini emissivi e in termini di forzante radiativo, il parametro che esprime la variazione dei flussi di energia della Terra dovuta ai gas serra.