



**IL KIT ECOLOGICO  
CHE TI ABBIAMO CONSEGNATO  
COMPRENDE:**

**1 SET DI SACCHETTI  
IN MATERIALE  
BIODEGRADABILE  
PER L'UMIDO**

**2 LAMPADINE A RISPARMIO  
ENERGETICO**

**1 KIT COMPLETO DI RIDUTTORI  
DI FLUSSO**

**2 SHOPPING BAG ECOLOGICHE**



WWW.SPIEME.IT

**PROTOCOLLO D'INTESA**

tra

Ministero dell'Ambiente  
Regione Autonoma della Sardegna  
Consorzio del Parco Geominerario  
Provincia di Carbonia - Iglesias  
Comune di Carloforte

per la realizzazione di un progetto pilota denominato  
**SAN PIETRO ISOLA ECOLOGICA DEL MEDITERRANEO**

**Azioni del Protocollo Tecnico:**

- Riattivazione e potenziamento della centrale mista eolico-fotovoltaica di Nasca
- Realizzazione di impianti di generazione elettrica da fonti rinnovabili convenzionali e innovativi: fotovoltaico, eolico e minieolico, solare termodinamico di piccole dimensioni ed eventualmente altri interventi tecnologici
- Identificazione di possibili interventi di risparmio energetico presso le utenze dell'isola e della rete di distribuzione
- Identificazione dei possibili interventi di ulteriore ottimizzazione del ciclo dei rifiuti
- Identificazione di possibili interventi di riduzione dei consumi di acqua e miglioramento del circuito di approvvigionamento dell'acqua sull'isola
- Identificazione di possibilità di interventi di mobilità sostenibile isolana: riorganizzazione della rete di trasporti locali prevedendo anche l'utilizzo di veicoli elettrici, bi-fuel e alimentati da biocarburanti
- Definizione, progettazione e realizzazione di interventi finalizzati al recupero e alla valorizzazione delle risorse ambientali (sistema umido delle saline, Monumento Naturale delle Colonne, Centro di osservazione del Falco della Regina ecc.) e del patrimonio storico culturale (archeologia classica e industriale, mestieri, arti e tradizioni locali ecc.).



**RISPETTA  
LA TUA  
ISOLA**

qualche consiglio pratico  
per aiutarci  
ed aiutarti  
a salvaguardare l'ambiente

CAMPAGNA DI SENSIBILIZZAZIONE

SUL RISPARMIO ENERGETICO E L'EDUCAZIONE CIVICA

# RISPETTA LA TUA ISOLA

Ti proponiamo un semplice "Vademecum" che ti aiuterà ad utilizzare l'energia in modo più responsabile, a gestire in maniera consapevole la produzione ed il riciclaggio dei rifiuti, a ridurre gli sprechi d'acqua e l'inquinamento, a rendere più bella e pulita Carloforte e la tua meravigliosa Isola! Basterà seguire questi semplici consigli che contribuiranno a rendere più leggera le tue bollette e la tua coscienza!

## 1 ADDIO VECCHIA LAMPADINA!

Sapevi che una lampadina a risparmio energetico consuma fino all'80% in meno rispetto a una normale lampadina a incandescenza e che una lampadina a LED ha un consumo pari a 1/15 (6%) della tradizionale lampadina? Inoltre le lampadine a risparmio energetico hanno una vita media di 10.000 ore, contro le 1.000 ore della lampadina tradizionale e, a parità di consumo, illuminano fino a 5 volte tanto! In pratica una lampadina a risparmio energetico da 20W illumina quanto una lampadina tradizionale da 100W! Inizia con il sostituire le lampadine negli ambienti in cui la luce rimane accesa più a lungo, come in cucina ed in soggiorno.

## 2 QUANTO COSTA LO STAND-BY?

I moderni elettrodomestici, come tv, computer, forni a microonde, possono essere lasciati in stand-by: in questa modalità il consumo di energia elettrica non si interrompe come quando si spegne un interruttore, ma continua in maniera ridotta (di solito è segnalato da una spia). Lasciare gli apparecchi in stand-by ti costa in media 50 € l'anno! Questa cifra corrisponde all'8% circa del tuo consumo di energia elettrica. Collega gli elettrodomestici a una presa multipla dotata di interruttore (ciabatta): spegnila quando non utilizzi le apparecchiature.

## 3 SEI UN TIPO DI CLASSE?

Gli elettrodomestici di ultima generazione possiedono degli standards che consentono una maggiore efficienza ed un conseguente minor consumo. Ovviamente non sei obbligato a buttare via la vecchia lavatrice o la lavastoviglie, basta sfruttarle come si deve: effettua lavaggi solo a pieno carico, scegliendo sempre la minor temperatura possibile. Puoi risparmiare fino a 20 € all'anno per ogni elettrodomestico, se segui questo consiglio! Pensa che con un lavaggio a 90° consumi il doppio dell'energia rispetto ad un lavaggio a 60°!!

## 4 RINFRESCHIAMOCI LE IDEE

Per fare un bagno consumi dai 90 ai 150 litri d'acqua, mentre facendo la doccia consumi circa 30-90 litri con un risparmio del 50%. Installando nei rubinetti dei lavandini e della doccia dei riduttori di flusso dell'acqua, ridurrai di circa il 30-50% il consumo di acqua e dell'energia per riscaldarla. Non è una magia: l'efficacia e il comfort del getto rimarranno inalterati poiché un riduttore consente di miscelare aria e acqua (aumentando il volume in uscita) ed imprimere maggiore velocità al flusso pur diminuendone la portata. Basta svitare il filtro del rubinetto ed avvitare il riduttore. Facile... come bere un bicchier d'acqua!

## 5 PICCOLI GESTI QUOTIDIANI

Spegni la luce quando non serve, chiudi il rubinetto per non sprecare acqua, sbrina frequentemente il tuo frigo, tieni la serpentina pulita e distanziata dal muro, metti il coperchio sulle pentole quando fai bollire l'acqua ed evita che la fiamma sia più ampia del fondo. Fatto? Pensa che in un anno hai risparmiato 150 €...

## 6 USA MEZZI ECOLOGICI

Cerca di usare l'auto o lo scooter il meno possibile, magari sostituendoli con la bicicletta. Se non puoi farne a meno cerca di condividere il tuo mezzo con chi fa lo stesso tragitto, esegui una regolare manutenzione, controlla spesso la pressione e l'usura degli pneumatici. Cerca di organizzare dei turni con i colleghi per andare al lavoro o con gli altri genitori per portare a scuola i figli. Mantieni un'andatura moderata fuori dal centro abitato e regolare in città, usa dove puoi le marce alte ed evita di riscaldare il motore a veicolo fermo. Ricorda, inoltre, che puoi utilizzare i trasporti collettivi. Che ne dici di una bella passeggiata?

## 7 RIFIUTI DI COLLABORARE?

Non gettare l'umido nei sacchetti di plastica, ma solo negli appositi sacchetti in materiale biodegradabile: questo fatto è molto importante perché la frazione umida non può essere smaltita diversamente! Se hai un orto o un giardino ti consigliamo di acquistare una compostiera, con la quale potrai trasformare l'umido in ottimo fertilizzante. Quando getti i contenitori di plastica cerca di ridurre il volume il più possibile (ad esempio accartocciando le bottiglie) e lo stesso fai con gli imballaggi in cartone. Cerca di riutilizzare tutto il materiale possibile (carta, bottiglie, scatole), compra prodotti fabbricati con materiale riciclato (carta, plastica, vetro, alluminio...) e riponi la spesa in borse in tela o nylon riutilizzabili.

SEI ARRIVATO ALL'ULTIMO CONSIGLIO, IL PIU' IMPORTANTE DI TUTTI...

**8 ..... USA IL BUON SENSO!**