

Activitat 4. Repàs dels hàbits energètics.

Aquesta taula ens permetrà conèixer els nostres hàbits energètics, i ens pot servir de guia per l'elaboració del pla d'acció personalitzat. **Ompliu-la amb la informació corresponent al gruix de persones que conviuu.**

	Mai	A vegades	Sovint	Sempre
APARELLS				
1. Apaguem els aparell per l'interruptor o els agrupem amb "regletes" d'endolls per evitar el consum d'stanby.				
2. Desconnectem els carregadors de mòbils quan no els fem servir.				
3. La temperatura de la nevera es troba entre 3-5°C i la del congelador per sobre els -18°C.				
4. No fem servir habitualment (o no tenim) assecadora.				
5. Centrifuguem bé la roba abans de posar-la a l'assecadora.				
6. Mantenim neta la part de darrera de la nevera.				
IL·UMINACIÓ				
1. Aprofitem la llum natural al màxim.				
2. Apaguem els llums d'estances sense ocupació.				
3. Conservem netes les pantalles i bombetes.				
4. Substituïm les bombetes incandescentes per bombetes de baix consum.				
CLIMATITZACIÓ				
1. A l'hivern, mantenim el termòstat a un màxim de 21°C i inferior a la nit.				
2. A l'estiu, mantenim el termòstat a un mínim de 25°C.				
3. Programem la temperatura en funció de l'horari i de si estem a casa o no.				
4. Baixem persianes a la nit a l'hivern i durant el dia a l'estiu.				
5. A l'hivern ventilem en hores de més calor i només 5-10 minuts com a màxim.				
6. A l'estiu, aprofitem la ventilació natural per refrescar l'habitatge.				
7. Revisem l'aïllament de portes i finestres exteriors.				