

Per tagliare i costi di luce e gas bisogna metter mano ai consumi. Ecco come risparmiare

Caro bollette, è lotta agli sprechi

Attesi rincari di 350 euro. Penalizzate le tariffe indicizzate

Il rincaro più pesante sarà sulla bolletta del gas: per una famiglia tipo la spesa annuale subirà un aumento di 251 euro. Per quanto riguarda l'energia elettrica, invece, l'incremento sarà di 99 euro

Pagina a cura

DI IRENE GREGUOLI VENINI

Nel 2025 le famiglie italiane dovranno fare i conti con un rincaro delle bollette di luce e gas, un trend che sembra non arrestarsi e che continua a pesare sul bilancio domestico. L'aumento del costo delle materie prime e le dinamiche del mercato energetico stanno facendo aumentare le tariffe, con un impatto significativo soprattutto per chi ha un contratto a prezzo variabile. In attesa del provvedimento annunciato dal ministro dell'economia Giancarlo Giorgetti, diventa ancora più importante adottare strategie per ridurre i consumi e limitare gli sprechi, come per esempio regolare meglio il riscaldamento e fare un uso più efficiente degli elettrodomestici.

L'aumento delle bollette. Secondo l'analisi del comparatore online **Facile.it**, 350 euro in più peseranno sulle bollette di energia elettrica e gas, con contratto di fornitura a prezzo indicizzato nel mercato libero nel 2025. La stima, basata sulle previsioni relative all'andamento del prezzo delle materie prime, evidenzia che la bolletta potrebbe arrivare a superare i 2.930 euro, vale a dire quasi il 14% in più rispetto a quella del 2024 (2.583 euro).

La ricerca è stata realizzata prendendo in considerazione l'andamento degli indici PSV e PUN da gennaio a dicembre 2024 e le previsioni elaborate dall'European Energy Exchange (EEX) da gennaio a dicembre 2025, a

parità di consumi e altre condizioni economiche che gravano in bolletta. Nello specifico, il PUN, l'indicatore del prezzo all'ingrosso dell'energia elettrica, secondo le previsioni aumenterà del 30% passando da un valore medio di 0,11 euro per kilowattora del 2024 a 0,14 euro per kilowattora del 2025, mentre il PSV, il punto di riferimento per determinare il prezzo del gas naturale all'ingrosso in Italia, salirà del 37%, da una media di 0,39 euro per standard metro cubo del 2024 a 0,53 del 2025.

Sulla base di questi dati, Facile.it ha calcolato che il rincaro più importante si manifesterà sulla bolletta del gas: per una famiglia tipo la spesa annuale passerà da 1.793 del 2024 a 2.044 euro del 2025, con un aumento di 251 euro; per quanto riguarda l'energia elettrica, invece, l'incremento sarà di 99 euro, con una spesa annuale che passerà da 790 euro a 889 euro.

L'aumento del costo delle materie prime avrà un impatto soprattutto sulle famiglie che hanno una tariffa a prezzo indicizzato, soprattutto perché le previsioni evidenziano che per i prossimi 12 mesi il prezzo delle materie prime rimarrà su livelli nettamente più alti rispetto al 2024.

C'è da osservare, peraltro, che **Arera** ha annunciato, a inizio febbraio, un aumento dell'1,1% del costo del gas rispetto al mese precedente. L'aumento colpirà i clienti vulnerabili che sono nel servizio di maggior tutela ma bisogna tenere presente che le condizioni economiche applicate ai clienti vulnerabili riflettono l'andamento dei mercati all'ingrosso.

Ridurre i consumi per risparmiare. Oltre a verificare attentamente le condizioni della propria offerta e valutare se sul mercato libero esistano prodotti più convenienti, focalizzandosi sulle proposte a prezzo bloccato, ci sono una serie di accorgimenti e comportamenti per

ridurre i consumi e limitare gli sprechi energetici.

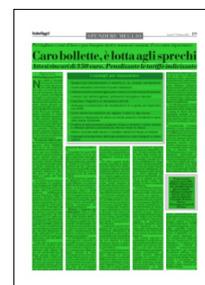
Il riscaldamento, soprattutto quando è autonomo, è una delle voci più onerose in bolletta. Un primo passo efficace è abbassare leggermente la temperatura degli ambienti: secondo le stime dell'organizzazione di consumatori Altroconsumo ridurre di un solo grado la temperatura interna può portare a un risparmio annuo di circa 117 euro, che corrisponde all'8% dei consumi complessivi. Non è necessario quindi mantenere la casa eccessivamente calda, ma piuttosto regolare il termostato in modo intelligente, evitando sprechi.

Un altro aspetto fondamentale riguarda la dispersione del calore. Per ridurla, si possono adottare soluzioni semplici ma efficaci, come l'uso di tende pesanti che aiutano a isolare meglio gli ambienti e limitare la fuoriuscita del calore attraverso le finestre. Anche chiudere le porte delle stanze meno utilizzate consente di concentrare il riscaldamento solo negli spazi effettivamente vissuti.

Un'ulteriore strategia per ottimizzare i consumi consiste nel differenziare la temperatura tra la zona giorno e la zona notte. Durante il giorno, è consigliabile mantenere una temperatura intorno ai 20 gradi nelle stanze più frequentate, come il soggiorno e la cucina, mentre nelle camere da letto la temperatura ideale è compresa tra i 16 e i 18 gradi.

Combinando questi accorgimenti con una buona manutenzione dell'impianto di riscaldamento, come la pulizia periodica dei termosifoni e l'uso di valvole termostatiche per regolare il calore stanza per stanza, si possono ottenere ulteriori riduzioni sulla bolletta.

Ci sono anche alcuni accorgimenti che riguardano la cucina: utilizzare la cottura passiva può fare una grande differenza. Dopo aver portato l'acqua a ebollizione, è possibile spegnere il fuoco e la-



sciare che il calore residuo continui a cuocere gli alimenti, mantenendo il coperchio chiuso per non disperdere calore. Un altro metodo utile è la scelta della pentola giusta: la pentola a pressione, per esempio, consente di ridurre sensibilmente i tempi di cottura, dimezzando di fatto il consumo di gas rispetto alla cottura tradizionale. Anche il diametro delle pentole deve essere adeguato alla grandezza del fornello, perché se si utilizza un fuoco troppo grande rispetto alla pentola, il calore si disperde inutilmente.

Un altro fattore importante nel consumo di gas è l'uso dell'acqua calda, soprattutto in inverno: per esempio ridurre la durata della doccia di qualche minuto può portare a un risparmio significativo. Inoltre, l'installazione di riduttori di flusso ai rubinetti permette di diminuire la quantità d'acqua utilizzata senza compromettere la pressione. Inoltre, per chi utilizza una caldaia, è importante regolare la temperatura dell'acqua sanitaria: spesso viene impostata su valori troppo alti, costringendo poi a mescolare con acqua fredda per trovare la giusta temperatura.

Per quanto riguarda lo scaldabagno, la scelta del modello giusto può influire notevolmente sul consumo energetico e sui costi associati. Gli scaldabagni a gas rappresentano un'alternativa ai modelli elettrici, offrendo vantaggi sia economici che ecologici. In particolare, i modelli ad accensione istantanea sono molto diffusi: il loro funzionamento si basa sull'attivazione automatica della fiamma pilota ogni volta che si apre il rubinetto dell'acqua calda, consentendo di consumare solo la quantità di gas necessaria in relazione all'acqua utilizzata. Questo sistema permette un risparmio energetico significativo, poiché evita il mantenimento continuo dell'acqua in temperatura, come accade nel caso degli scaldabagni elettrici tradizionali.

Un ulteriore passo avanti in termini di efficienza è rappresentato dagli scaldacqua a pompa di calore. Questa tecnologia consente un risparmio fino al 75% sui consumi elettrici rispetto ai tradizionali scaldacqua elettrici.

Considerando l'energia elettrica, ci sono altrettanti accorgimenti che possono fare la differenza, per esempio

scollegare gli elettrodomestici che non vengono utilizzati, dal momento che televisori, computer, console e cariche batterie continuano a consumare energia anche quando sono in stand-by. Anche sull'illuminazione si può risparmiare, sostituendo le vecchie lampadine a incandescenza con lampadine Led.

Un altro aspetto da considerare riguarda l'uso degli elettrodomestici. La lavatrice e la lavastoviglie andrebbero utilizzate solo a pieno carico, preferibilmente con programmi a basse temperature, che consumano meno energia rispetto ai lavaggi ad alte temperature. Anche l'uso dell'asciugatrice, se possibile, andrebbe limitato, preferendo l'asciugatura naturale. Il frigorifero, invece, deve essere impostato su una temperatura adeguata (tra i 4 e i 6 gradi per il vano frigorifero e -18 gradi per il congelatore), evitando di riempirlo eccessivamente per garantire una corretta circolazione dell'aria. Inoltre, mettere cibi caldi direttamente in frigo obbliga l'apparecchio a consumare più energia per raffreddarli, quindi è meglio lasciarli raffreddare prima.

— © Riproduzione riservata — ■

I consigli per risparmiare

- Spegnere gli elettrodomestici in stand-by (tv, pc, console, caricabatterie)
- Usare lampadine Led invece di quelle tradizionali
- Utilizzare lavatrice e lavastoviglie a pieno carico e con cicli a basse temperature
- Limitare l'uso dell'asciugatrice, preferendo l'asciugatura naturale
- Impostare il frigorifero su temperature ottimali
- Abbassare la temperatura del riscaldamento di un grado per risparmiare fino all'8%
- Usare valvole termostatiche per regolare il calore in ogni stanza
- Limitare la dispersione di calore con tende pesanti e chiudendo le porte delle stanze inutilizzate
- Preferire la cottura passiva (spegnere il fuoco e sfruttare il calore residuo) e utilizzare pentole a pressione per ridurre i tempi di cottura
- Ridurre la durata della doccia e installare riduttori di flusso ai rubinetti
- Impostare la temperatura dell'acqua sanitaria su valori adeguati a evitare sprechi