

 L'obligació de romandre a casa ha generat una major utilització d'electrodomèstics i aparells electrònics, i també unes necessitats de climatització continuades durant el dia.

L'**Institut Català d'Energia (ICAEN)** ha dissenyat una campanya orientada a oferir solucions i consells pràctics per a fer un consum energètic eficient i responsable, per reduir la despesa i la factura energètica, tot mantenint el confort.

## QUE M'OFEREIX L'ICAEN?

Informació ordenada i sistematitzada per tenir en compte en la contractació d'energia elèctrica, en l'ús dels electrodomèstics, en la climatització i en la il·luminació

- novetats legals.
- diferents consells.
- recomanacions i bones pràctiques.

## PERQUÈ DE LES MESURES?

- continuar difonent bones pràctiques en el consum d'energia.
- contribuir a fer que el confinament no suposi un increment de la factura energètica per a les famílies.
- millorar els hàbits de les persones a l'hora d'utilitzar l'energia.
- resolució de dubtes i consultes en directe sessions Youtube #ICAENrespon

## CAMPANYA VULL ESTALVIAR ENERGIA A CASA

Estalvia energia  
a la llar durant  
el confinament



Aprofita el confinament per fer tasques de manteniment



Garantia de subministraments bàsics a la llar  
(llum, aigua i gas)



Estalvia en climatització: durant el dia 19°C a 21°C,  
durant la nit 15°C o apagada



Optimitza l'ús dels electrodomèstics i estalvia



Rentavaixelles: evita rentar a mà, omple el rentaplats,  
programa ECO



Nevera i congelador: mantén temperatura recomanable,  
evita tancar i obrir sovint



Forn: no obris innecessàriament en funcionament,  
cuina més d'un plat alhora, aprofita l'escalfor residual



Cuina: utilitza olles i paelles de dimensió adient per al fogó,  
tapa-les durant la cocció i utilitza preferentment olles a pressió



Rentadora: renta en fred i utilitza el màxim  
de la seva capacitat



Botó standby: no el deixis encès. Apaga els aparells i, si no  
estàs recarregant els equips, desconnecta els transformadors



Estalvia en la factura elèctrica: revisa i redueix, si s'escau,  
la potència contractada



Valora quina modalitat de contractació elèctrica  
et convé més



Contracta energia elèctrica d'origen renovable



Valora escollir una tarifa elèctrica amb discriminació horària:  
probablement estalviaràs en la teva factura elèctrica



ESPAI WEB: [http://icaen.gencat.cat/ca/energia/usos\\_energia/llar/](http://icaen.gencat.cat/ca/energia/usos_energia/llar/)



CANAL YOUTUBE: @ENERGIACAT <https://www.youtube.com/user/energiacat>



XARXES SOCIALS: <https://twitter.com/energiacat>

## MÉS INFORMACIÓ

**Nota de premsa:** <https://govern.cat/gov/notes-premsa/384964/l-icaen-promou-l-estalvi-i-l-eficiencia-energetica-durant-el-confinament>

i també a: [http://icaen.gencat.cat/ca/energia/usos\\_energia/llar](http://icaen.gencat.cat/ca/energia/usos_energia/llar)