Passa a l’acció: comença a estalviar energia

Actualitat Girona | 20/06/2025 | 10:09



La Setmana Europea de l’Energia Sostenible convida la ciutadania a apostar per la climatització eficient amb bomba de calor a la llar, la mobilitat elèctrica i les comunitats energètiques

Aïllar la façana i instal·lar una bomba de calor per escalfar i refrescar la casa de forma eficient, ajustar la potència contractada, instal·lar plaques solars o canviar el cotxe de combustió per un d’elèctric. Aquests són només alguns dels gestos que les persones podem fer per reduir el consum energètic, pagar menys a final de mes i contribuir a la lluita contra el canvi climàtic. Per ajudar a fer aquest camí, la Generalitat de Catalunya, a través l’Institut Català d’Energia (ICAEN), convida tothom a contribuir a la transformació del model energètic, com un resultat de la Setmana Europea de l’Energia Sostenible, que s’ha celebrat durant els dies 10, 11 i 12 de juny.

Sota el lema “Passa a l’acció, canviem l’energia”, la campanya vol apoderar la població a través de jornades de portes obertes, tallers, exposicions, accions informatives arreu del territori i un ampli ventall de recursos. Enguany, el programa de la Setmana Europea de l’Energia Sostenible s’ha centrat en tres àmbits d’actuació: l’ús energètic a la llar, la mobilitat sostenible i la promoció de les energies renovables.

A la llar

En l’àmbit domèstic, es fa èmfasi en la necessitat de reduir el consum energètic i millorar-ne l’eficiència. En aquest sentit, s’aconsellen mesures com l’aïllament de la façana per evitar pèrdues d’energia i la instal·lació d’una bomba de calor -aerotèrmia-, tant per escalfar i refrigerar l’habitatge com per generar aigua calenta sanitària. Aquesta tecnologia, cada cop més accessible, és molt més eficient que les alternatives convencionals.

També es posa a disposició de la ciutadania recursos pràctics per optimitzar el consum i la contractació d’energia, amb eines com calculadores de potència o simuladors de mesures de rehabilitació energètica per la llar.

Set accions per estalviar energia a casa

(Font: ICAEN)

ACCIÓ	ESTALVI	CONSELL RÀPID
Bombetes LED	Fins a 80%	Substitueix totes les incandescents
Abaixar la calefacció 1°C	~8% per grau	Mantenir 20°C de dia / 17°C de nit
Aïllar finestres i portes	Fins a 40%	Usa burletes o canvia tancaments
Apagar standby	6–10% del consum	Endolls amb interruptor

Rentadora a 30?°C	Fins a 80% d’energia	Programa curt i amb aigua freda

Cuinar amb microones

Fins a 60–70%

Més eficient que el forn

Electrodomèstics eficients

Fins a 50%

Tria etiqueta energètica A o superior

Cotxe elèctric / Unsplash

Cotxe elèctric

Pel que fa a la mobilitat, la campanya convida a repensar la manera com ens desplacem i aposta pel vehicle elèctric com a alternativa més neta i eficient al vehicle de combustió. Els avantatges són molts, com es demostra en el Pla d'Impuls al Vehicle Elèctric 2025-2030. Amb un punt de recàrrega al nostre aparcament i si recarreguem a la nit s'aprofita l'energia quan és més barata.

A més, les despeses de manteniment són molt més baixes i si es té en compte tot, l'estalvi de la despesa energètica pot estar al voltant del 80% respecte al que es gastava en combustible. L'ICAEN posa a l'abast de tothom una calculadora en línia que permet comparar les emissions de CO2 i els costos de diverses opcions de vehicles. També s'ofereix informació sobre punts de recàrrega, avantatges fiscals i opcions de mobilitat compartida.

Comunitat energètica

Finalment, en matèria de renovables, un dels eixos centrals és la difusió i promoció de les comunitats energètiques. Es tracta d'una fórmula col·lectiva per produir, compartir i consumir energia d'origen renovable. Una manera de fer-ho és, per exemple, crear una comunitat energètica on veïns i veïnes comparteixen l'energia produïda per unes plaques solars fotovoltaiques, que pot haver instal·lat l'Ajuntament en un equipament públic. Les llars que viuen

a prop poden sumar-se a aquesta comunitat i rebre part de l'energia generada, reduint la factura i participant d'un nou model energètic més sostenible.

A través del portal comunitatenergetica.cat es poden conèixer iniciatives actives i que busquen socis, recursos legals i tècnics, i passos per posar en marxa una comunitat local.

Portes obertes a la transició

Un dels plats forts d'aquesta edició de la Setmana Europea de l'Energia Sostenible és la iniciativa 'Portes obertes a la transició energètica', que ofereix visites guiades a instal·lacions de producció d'energia renovable o d'eficiència energètica situades en edificis públics. Equipaments emblemàtics com el Gran Teatre del Liceu, la Ciutat de la Justícia, l'Institut de Seguretat Pública de Catalunya o la seu de la Generalitat de Catalunya a Girona obren les portes perquè la ciutadania conegui de primera mà com s'està avançant cap a un model més sostenible. Aquestes visites van acompanyades d'explicacions tècniques i divulgatives pel públic general.

Durant els mesos de juny i juliol, en el marc de la campanya, es poden fer diverses activitats a diferents municipis de Catalunya. A més, s'inclouen tallers i cursos presencials i en línia sobre temes tan diversos com l'autoconsum amb plaques solars, la rehabilitació energètica d'edificis, la certificació energètica, o la infraestructura de recàrrega per a vehicles elèctrics i, també, activitats lúdiques per a infants i per tota la família, que es poden consultar al mapa d'activitats.

A Catalunya, la Setmana Europea de l'Energia Sostenible està coordinada per l'Institut Català d'Energia, amb la col·laboració de la Diputació de Barcelona, la Diputació de Girona, la Diputació de Tarragona, la Diputació de Lleida, la Xarxa de Ciutats i Pobles cap a la Sostenibilitat, l'Àrea Metropolitana de Barcelona i el Consell d'Iniciatives Locals per al Medi Ambient (CILMA). També hi participen les Oficines Comarcals de Transició Energètica, que hi col·laboren organitzant accions locals i donant suport als municipis dels seus territoris.

Més informació al web icaen.gencat.cat

Autor: Redacció