

## Què és la Marató d'Estalvi Energètic?

És una campanya de sensibilització i de bones pràctiques en l'ús i el consum d'energia que té la voluntat afegida de destinar l'estalvi econòmic aconseguit a la lluita contra la pobresa energètica.

### Per què fem la Marató?

En primer lloc, perquè pensem que és molt important que totes les persones que treballem o fem ús dels edificis i equipaments municipals siguem conscients de l'energia, aigua o calefacció que consumim.

Parant atenció a com consumim l'energia, veurem que amb petites accions quotidianes podem reduir molt el consum. Per exemple, utilitzant només mig dipòsit de la cadena del vàter, pujant les escales a peu en comptes d'agafar l'ascensor, o assegurant-nos que tenim una temperatura eficient en la climatització.

També fem aquesta acció perquè volem solidaritzar-nos amb les persones que pateixen pobresa energètica i destinar els diners que estalviem a finançar projectes que assegurin que cap ciutadà ni ciutadana pateix fred, manca d'aigua ni talls de llum.

L'aigua i l'energia són recursos finits i fer-ne un ús abusiu té conseqüències per al conjunt del planeta. Reduir el consum d'energia ajuda a combatre els efectes del canvi climàtic.

### Com funciona la Marató?

Durant tot el mes de febrer, un total de 62 edificis i equipaments municipals de tots els districtes participaran en la Marató. Això vol dir que durant aquest mes, les persones que hi treballin o facin ús de l'equipament s'hauran de fixar molt bé en com consumeixen energia.

Setmanalment farem un control dels consums d'aigua, electricitat i gas, i mirarem si hem aconseguit reduir-ho respecte als consums dels anys anteriors. Ho anirem anotant i al final del mes sabrem quant hem aconseguit estalviar.

Aquest estalvi es traduirà en una quantitat de diners que es destinarà al projecte **E3, una iniciativa educativa de lluita contra la pobresa energètica.**

#MaratóEnergiaBCN

## Quins edificis i equipaments municipals hi participen?

Seu del Districte de Ciutat Vella  
Casa de la Misericòrdia  
CEM Can Ricart  
CEM Colom  
CEM Marítim  
CNAB-CEM Sant Sebastià  
Escola Parc de la Ciutadella

Seu del Districte de l'Eixample  
CEM Estació del Nord  
CEM Joan Miró  
CEM Sagrada Família  
CEM Sardenya  
Col·legi Sant Miquel  
Escola Mallorca

Seu del Districte de Sants-Montjuïc  
CEM Espanya Industrial  
CEM La Bordeta  
CEM Piscines Bernat Picornell

CEM Les Corts  
Col·legi Paideia  
Col·legi Sant Ramon Nonat

Seu del Districte de Sarrià - Sant Gervasi  
Oficines del carrer d'Anglí, 31  
CEM Can Caralleu  
Escola Els Xiprers

Seu del Districte de Gràcia  
Oficines de Fco. Giner, 46  
Oficines de Fco. Giner, 51  
CEM Can Toda  
CEM Perill  
CEM Sardenya-Claror  
Espai Jove La Fontana

Seu del Districte d'Horta - Guinardó  
SSTT/Serveis Generals/OAC/Anxiu, Lepant 387  
CEM Guinardó  
Escola Heura

Seu del Districte de Nou Barris  
CEM Cotxeres Borbó  
Centre Cívic Can Verdaguer  
Escola Ferrer i Guàrdia

Oficines municipals Josep Pallach  
CEM Sant Andreu - La Sagrera  
CEM Trinitat Vella  
Espai Jove Garcilaso  
Escola Pompeu Fabra

Seu del Districte de Sant Martí  
Oficines del carrer d'Andrade, 9  
CEM Bac de Roda  
CEM Can Felipa  
CEM Júpiter  
CEM La Mar Bella  
CEM La Verneda  
CEM Maresme  
CEM Vintró  
Centre Municipal de Vela  
Escola Dovella  
Escola Miralletes

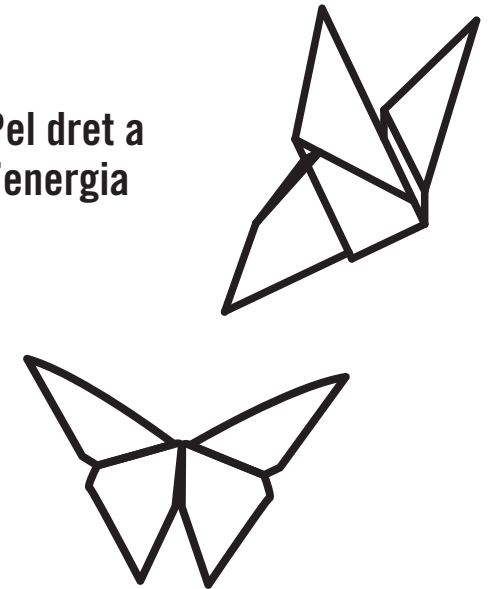
Gerència d'Ecologia Urbana  
Oficines d'avinguda Diagonal, 240  
Oficines de Torrent de l'Olla, 218  
La Fàbrica del Sol

Gerència de Recursos  
Oficines del carrer d'Avinyó 15  
Oficines del carrer del Paradís 14

# MARATÓ D'ESTALVI ENERGÈTIC

L'estalvi aconseguit es destinarà al projecte **E3, una iniciativa educativa de lluita contra la pobresa energètica**

Pel dret a  
l'energia



**BARCELONA**  
**AJUNTAMENT+SOSTENIBLE**

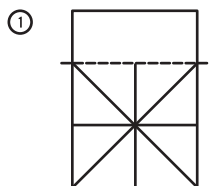
Ajuntament de  
Barcelona



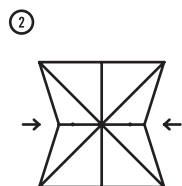
## Instruccions per convertir aquest fullet en una papallona d'origami

Les papallones són molt sensibles al canvi climàtic. Estalviant energia contribuïm a tenir-ne cura perquè ajudem a combatre els efectes del canvi climàtic.

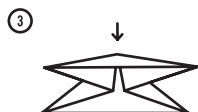
**T'anيمem a convertir aquest fullet en una papallona d'origami i portar-la a algun dels edificis que participa en la Marató per mostrar el teu compromís amb l'estalvi energètic!**



1 TALLA EL FULL PER LA LÍNIA. PLEGA'L PER LES MEITATS I LES DIAGONALS.



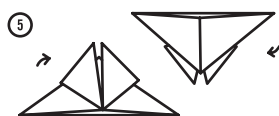
2 AJUNTA ELS DOS PUNTS AL CENTRE.



3 LA PART DE DALT ES DOBLEGA CAP A BAIX I QUEDA UN TRIANGLE.



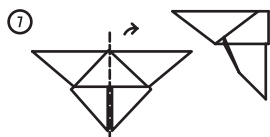
4 DOBLEGA LES DUES PUNTES INFERIORS DEL TRIANGLE CAP A LA PUNTA DE DALT.



5 GIRA EL TRIANGLE DEL REVÉS.



6 DOBLEGA LA PUNTA DEL TRIANGLE CAP AMUNT.



7 PLEGA'L PER LA MEITAT.



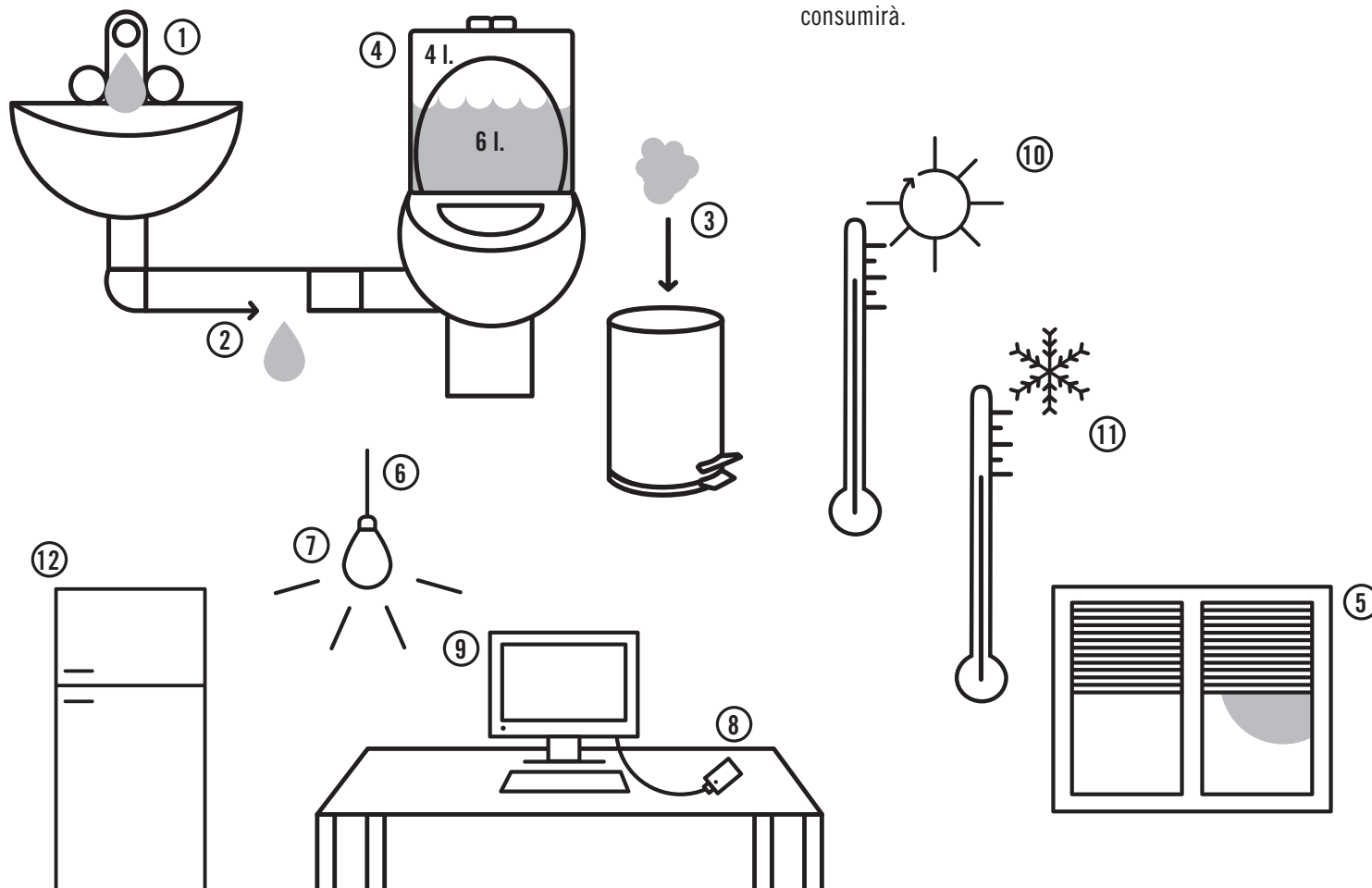
8 DOBLEGA LES ALES DE LA PAPALLONA.

## I tu, com hi pots contribuir?

Doncs és molt fàcil!

Simplement cal que et fixis en certs hàbits:

1. Recorda't sempre de tancar l'aixeta! El consum d'una aixeta oberta pot suposar fins a uns 18 litres per minut.
2. Atenció! Si detectes fuites als lavabos o les aixetes de l'edifici avisa ràpidament el personal de manteniment. Ni una gota perduda!
3. Els vàters no són papereres! A més de malbaratar un recurs valuós fem més difícil la depuració de les aigües residuals.
4. Utilitza la mitja descàrrega al vàter! Recorda que cada descàrrega al vàters suposa entre 6 i 10 litres d'aigua.



5. Obre cortines i persianes per aprofitar la llum natural.
6. Encén només els llums que siguin necessaris.
7. Recorda, apaga els llums quan marxis!
8. Desendolla el mòbil quan estigui carregat.
9. Apaga l'ordinador quan pleguis, no el deixis en mode d'espera (*stand-by*). El consum en estat d'espera dels aparells elèctrics és el 15% del seu consum total.
10. A l'estiu, la temperatura òptima és de 26 °C. Cada grau menys suposa un increment del 10% en el consum d'energia.
11. A l'hivern, la temperatura de confort és de 21 °C. Cada grau més suposa un increment del 8% en el consum d'energia.
12. Recorda de tancar la nevera ben ràpid. Com més estona estigui oberta més feina haurà de fer el motor i més energia consumirà.