

UN POSTO AL CALDO

Care padovane e cari padovani,

l'anno che stiamo attraversando **non è dei più semplici**. Dopo aver affrontato gli effetti della pandemia, dobbiamo ora affrontare la **crisi energetica**.

Durante la pandemia Padova si è scoperta più solidale, meritando pienamente il titolo di **Capitale Europea del Volontariato**. Anche in questi mesi invernali, insieme a tante e tanti volontari, e grazie alla collaborazione con il Centro Servizio Volontariato, vogliamo proporvi **due iniziative per affrontare il freddo**.

La prima: **in tutti i quartieri sono aperte sale calde** con attività rivolte al pubblico anziano. Sappiamo che per molte nostre persone anziane il vero problema dell'inverno e del buio sta nella solitudine. Per questo vi invitiamo a prendere contatto con le nostre associazioni e passare qualche ora al caldo ma **soprattutto in compagnia**.

La seconda: questo periodo può diventare un'opportunità per **apprendere qualche trucco per il risparmio energetico**. Per questo abbiamo chiesto ad HERA di consigliare **10 regole per risparmiare sulla bolletta**. Inoltre vi invitiamo a prendere contatto con i nostri servizi sulla lettura delle bollette che troverete nel retro di questo volantino.

Padova è sempre stata una comunità solidale. Una volta in più possiamo dimostrarlo. **Cerchiamo un "posto al caldo" per superare questo inverno, insieme**.



Margherita Colonnello,
Assessora al Sociale



Francesca Benciolini,
Assessora al Decentramento



Centro Servizio Volontariato
di Padova e Rovigo



PRISMA
Padova accende comunità



Comune di Padova



Dove si trovano le sale calde?

Per informazioni sui contatti telefonici delle attività indicate e per approfondire le attività ricreative e motorie organizzate dall'**Ufficio attività creative terza età** è possibile contattare l'ufficio al n. **049/8205088** nei seguenti orari: **lunedì, mercoledì e venerdì dalle 9:00 alle 12:00, martedì dalle 15:00 alle 16:30** o inviare una e-mail a:

segreteriaeterzaeta@comune.padova.it. Ulteriori sale e attività verranno inserite e pubblicizzate su Padovanet. Oltre a queste sale calde si ricorda che sono disponibili anche le Biblioteche Civiche nei diversi quartieri, trovate l'elenco completo su **www.bibliotechecivichepadova.it**

	Sala	Indirizzo	Contatto	Tipo di attività
Consulta 1 Centro	ASDPS Plhomo *	Via dietro duomo 14/1	info@plhomo.com	Attività motorie
	Centro Diurno Anziani FAI **	Piazza del Castello, 15	centrodiurno@coopfaipadova.it	Attività ricreative
	Comunità di Sant'Egidio Veneto ODV	Via Marzolo 13	vivaglianziani.padova@gmail.com	Attività di socializzazione
	Auser Blow Up - Portello *	Via Ferdinando Coletti 2	3312404954 portello@auser.padova.it	Attività culturali
	Anziani a casa propria, dall'utopia alla realtà	via Monte di Pietà, 3	anzianiacasapropria@libero.it +393299886459	Segretariato sociale

Sala	Indirizzo	Contatto	Tipo di attività	
ANTEAS Grande Arcella *	Biblioteca San Lorenzo da Brindisi	galdinobissacco@gmail.com	Attività culturali	Consulta 2 Nord Arcella, San Bellino, San Carlo, Pontevigodarzere
Fondazione progetto senes impresa sociale **	Via Pontevigodarzere, 14	educatrice@progettosenes.com	centro diurno	
Coordinamento Anteas ODV APS *	Biblioteca Parrocchia S. Lorenzo da Brindisi	3398657777 mlcorte.anteaspd@libero.it	Attività culturali / ricreative	
Parrocchia San Carlo Borromeo	Centro parrocchiale San Carlo	antonio.benetollo@gmail.com	Formazione cristiana	
Centro di Ascolto Padova Nord	Via Brunelleschi 2	bejorgab51@gmail.com	Attività culturali	
Centro socio culturale Età d'Oro *	Via Jacopo Da Ponte 7	i.sandini@libero.it	Attività ricreative	
Casa del Sole cooperativa sociale *	Via Carlo Bettella, 3	casadelsolepadova@gmail.com 333 8658291	Attività ricreative	

	Sala	Indirizzo	Contatto	Tipo di attività
Consulta 3A Stanga, San Ippolito, Mortise, Torre, Ponte di Brenta	Centro socio culturale Mortise sezione Torre *	Torre - Via Madonna del Rosario, 148	lucia.barbato@tiscali.it	Attività ricreative
	Condominio Due Torri	via Baruzzi, 3	lorenzo.marchi@fastwebnet.it	Attività motoria

Sala	Indirizzo	Contatto	Tipo di attività	Consulta 4A Città Giardino, S. Osvaldo, S. Rita, Madonna Pellegrina, Santa Croce, San Paolo
L'Albero della Vita asd e aps *	via Guasti 12 c	infolalberodellavita@libero.it	Attività motoria	
Banca del Tempo di Padova	Portierato di Quartiere - Via Marghera 14	diamocitempo@gmail.com	Assistenza informatica	

Sala	Indirizzo	Contatto	Tipo di attività	Consulta 4B Voltabarozzo, Crocifisso, Salboro, Guizza
A.M.A.P. - Associazione Malattia di Alzheimer Padova - ODV	Sala "Itaca" via S. Maria Assunta 35/A	italo.baldussi@libero.it	Attività di socializzazione	
Associazione Svolta *	via Piovese 64	volontari@associazionesvolta.org	Attività ricreative	
Sala Pinelli	Via Pinelli	ermete.danieli@gmail.com	Assistenza informatica	
Parrocchia	Via P. Bembo 61/A	parrocchia@crocifissonet.it	Attività ricreative	

Sala	Indirizzo	Contatto	Tipo di attività	Consulta 5A Mandria, Armistizio, Voltabrusegana
CSC Armistizio *	via Chioggia 2/10	cscarmistizio@virgilio.it 049715566	Attività ricreative	
Auser basso Isonzo	Piazza napoli Padova ex scuderie	padova.bassoisonzo@auser.pd.it 0498072433	Attività culturali	

Sala	Indirizzo	Contatto	Tipo di attività	Consulta 5B Sacra Famiglia, Palestro, Porta Trento
ASD Quadrato Meticcio	Piazza Caduti della Resistenza 3	asdquadratometriccio@gmail.com 3891316489	Attività di socializzazione	
AUSER Savonarola Gruppo Palestro ODV	Via Varese 4 - Piazza Caduti della Resistenza	padova.savonarola@auser.pd.it	attività ricreative	

Sala	Indirizzo	Contatto	Tipo di attività	Consulta 6B Sant'ignazio, Montà, Sacro Cuore, Altichiero, Ponterotto
Associazione Auser Valsugana *	via Astichello 18	luigiberto.01@libero.it	attività motoria	
ACLI Padova APS	Parrocchia Sacro Cuore. Via Sacro Cuore 18	padova@acli.it	assistenza digitale	
Parrocchia San Bartolomeo apostolo in Montà	Centro Parrocchiale san Bartolomeo apostolo, Via Montà, 208	albertopastorello@live.com	attività ricreative	
L'INCONTRO Centro Socio Culturale *	P.zza Mons.P.Rosso 3/c	049 8654384	attività culturali	

* le attività condotte dai centri socioculturali richiedono una tessera di iscrizione

** attività rivolte a persone anziane fragili, per l'accesso contattare il CST del proprio quartiere

10 buone pratiche per risparmiare

a cura di ASE-AcegasApsAmga Servizi Energetici



Usa il più possibile la luce del sole e sostituisci le lampadine di casa con quelle a led



Spegni le luci e gli apparecchi elettrici quando non vengono utilizzati e non lasciarli in stand-by



Chiudi le persiane delle finestre durante la notte per evitare la dispersione del calore che si è accumulato ed elimina gli spifferi



Usa lavatrice e lavastoviglie a pieno carico con i programmi eco la sera dopo le 19



Installa riduttori di flusso sui rubinetti per limitare sprechi di acqua calda



Fai la doccia e non il bagno, riduci la durata e la temperatura



Controlla la temperatura degli ambienti, bastano 19 gradi per garantire il comfort necessario in casa.



Metti i coperchi sulle pentole quando cucini in modo da ridurre i tempi di cottura ed evita che la fiamma sia più ampia del fondo della pentola.



Passa ad elettrodomestici di classe A+, A++, A+++ , provvisti di "etichetta energetica" a basso consumo



Posiziona il frigorifero in una posizione distante dalle fonti di calore e limita il numero di volte in cui lo apri



Visita il sito ASE-AcegasApsAmga Servizi Energetici per ulteriori dettagli aseservizienergetici.it

Sportelli per la tutela dei consumatori

Nel territorio del Comune di Padova sono presenti alcuni sportelli che offrono consulenza e assistenza per la "tutela dei consumatori". Le prime consulenze sono offerte gratuitamente, grazie ad un progetto finanziato dalla Camera di Commercio.

**Adiconsum
Padova-Rovigo**
passeggiata del
Carmine, 3

Tel: 049652046

Lun - Ven: 9:00 - 13:00
14:00 - 18:00

padovarovigo@adiconsum.it

Adoc Padova
via Bramante, 26

Tel: 049 7356155
334 6007885

Lun e Gio: 9:00 - 12:30
15:00 - 18:30

Mar: 15:30 - 18:30

adocpadova@gmail.com

**Federconsumatori
Padova**

via Longhin, 117 - c/o Cgil

Tel: 049 8944271

solo su appuntamento

lun: 9:30 - 12:30;

mar: 15:30 - 18:30;

mer: 14:00 - 18:00;

gio: 9:00 - 18:00

padova@federconsveneto.it