



**SAVE  
@WORK**



## Consigli per risparmiare energia



### CONSIGLIO DELLA SETTIMANA Consumi elettrici

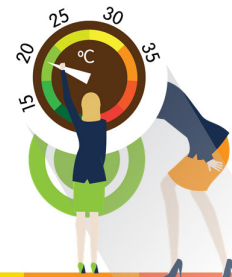
## Lineeguida e principi generali

- **Misura regolarmente e controlla** i tuoi consumi elettrici attraverso un contatore.
- **Prendi in esame tutte le fonti di consumo elettrico** e cerca di individuare possibili perdite e opportunità di risparmio.
- Chiedi all'ultima persona che esce dall'ufficio tutti i giorni di **spegnere le luci** o, in alternativa, valutate di installare un sensore di movimento.
- Utilizza **lampadine a risparmio energetico**, come lampade a LED o fluorescenti.
- **Spegni l'aria condizionata durante la notte/i fine settimana.**
- **Configura computer, stampanti e altre apparecchiature nella modalità standby/sleep/sospensione** durante l'orario di ufficio. Ma assicurati che tutte le macchine siano spente (scollegate dalla rete) a fine giornata piuttosto che lasciarle in standby.
- Riduci il consumo degli stand-by utilizzando una **ciabatta multi prese con interruttore**, spegnendo contemporaneamente tutti i dispositivi collegati con un unico pulsante.
- Configura il tuo **PC e monitor secondo le opzioni di risparmio energetico.**

#### Quanta energia consumano mediamente le seguenti apparecchiature?

Apparecchiatura	Se accese (watt)	Standby (watt)
TV	100	10
Registatore DVD	12	7
Decoder	6	5
Computer + periferiche	130	15
Monitor Computer	70	11
Computer portatile	29	2
Modem banda larga	14	14
Segreteria Telefonica	3	3
Caricatore di batteria	14	1
Caricature di telefono cellulare	5	2
<b>Totale</b>	<b>418</b>	<b>83</b>

Fonte: <http://www.sustainable-girton.org.uk/articles/standby.html>





**SAVE  
@WORK**



## Consigli per risparmiare energia



Nella nostra vita moderna, abbiamo bisogno di energia elettrica per quasi tutte le aree di lavoro dell'ufficio. Scrivere, stampare, fotocopiare, illustrare, organizzare incontri, anche pulire sono tutte attività che richiedono energia elettrica. Di conseguenza i consumi elettrici dell'ufficio e le relative emissioni di anidride carbonica sono notevoli. Se desideri ridurre i tuoi consumi, devi concentrarti sulle seguenti aree:

- **Misura regolarmente e controlla** i tuoi consumi elettrici attraverso un contatore.
- **Prendi in esame tutte le fonti di consumo elettrico (raffrescamento, illuminazione, apparecchiature da ufficio, ecc)** e cerca di individuare possibili perdite e opportunità di risparmio.
- **Illuminazione** - Chiedi all'ultima persona che esce dall'ufficio tutti i giorni di **spegnere le luci** o, in alternativa, valutate di installare un sensore di movimento.
- Utilizza il più possibile **luce naturale**.
- **Macchine/apparecchiature** - Acquista macchine ad alta efficienza energetica (Stampante, fotocopiatrice, computer, monitor, fax ecc.) - Utilizza dispositivi con certificazione energetica riconosciuta o prodotti con marchio Energy Star.
- **Configura computer, stampanti e altre apparecchiature nella modalità standby/sleep/sospensione** durante l'orario di ufficio. Ma assicurati che tutte le macchine siano spente (scollegate dalla rete) a fine giornata piuttosto che lasciarle in standby.
- **Aria condizionata** - Spegni l'aria condizionata durante la notte/i fine settimana.
- **Manutenzione** - Programma regolari controlli all'impianto di raffrescamento e configuralo in modo tale che esso sia acceso quando le persone sono in ufficio.
- **Installa/utilizza tende o serrande esistenti** sulle finestre in modo da limitare la radiazione solare diretta e da ridurre il fabbisogno di raffrescamento in estate.



### Consigli top per campioni

- Configura il tuo **PC e monitor secondo le opzioni di risparmio energetico**.

### Puoi anche...

- Riduci il consumo degli stand-by utilizzando una **ciabatta multi prese con interruttore**, spegnendo contemporaneamente tutti i dispositivi collegati con un unico pulsante. Puoi anche valutare l'utilizzo di uno **stand by-off**, che consente di spegnere con un unico comando tutti i dispositivi ad esso collegati.

### Lo sapevi che...?

Le apparecchiature lasciate in stand-by nei Paesi dell'Unione Europea consumano tanto quanto l'energia prodotta da 8 centrali nucleari?!

### Letture e idee per approfondire:

[Edifici ad uso ufficio energeticamente efficienti – Linee Guida](#)

Ulteriori informazioni sui consumi elettrici sono fornite da Green Clicks.

**Fonti:** Antal, O., Vadovics E. (2005) Zöld iroda kézikönyv. [Green Office Handbook]. KÖVET-INEM Hungária, HU

