



**SAVE  
@WORK**



## Consigli per risparmiare energia

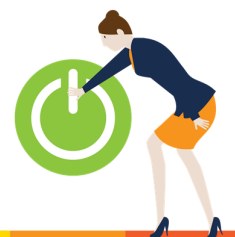


### CONSIGLIO DELLA SETTIMANA

RAFFRESCAMENTO

## RAFFRESCAMENTO E ARIA CONDIZIONATA

- Non trascurare **semplici misure di isolamento** come tende, para spifferi e tappezzeria isolante.
- **Tieni le porte d'ingresso chiuse** e assicurati che la porta si chiuda per bene dopo che qualcuno è uscito/entrato.
- **Libera tutte le prese d'aria** dalle apparecchiature d'ufficio.
- **Attieniti a temperature ideali nell'ufficio:** 19-21°C in inverno e 23-26°C in estate.
- In estate **apri le finestre appena arrivi al mattino**, quando la temperatura dell'aria esterna è più bassa.
- **Evita eccessi di riscaldamento o raffrescamento** servendoti di un termostato o di un sistema intelligente di gestione dell'edificio.
- **Utilizza persiane o imposte delle finestre per fermare la radiazione diretta del sole** e ridurre la necessità di aria condizionata d'estate.
- **Le piante in ufficio riducono la temperatura dell'ambiente tramite evaporazione**, "puliscono" l'aria e ti fanno sentire più a tuo agio sul posto di lavoro.





**SAVE  
@WORK**



## Consigli per risparmiare energia



### Raffrescamento e aria condizionata

- 1. Semplici misure di isolamento** come tende, para spifferi e tappezzeria isolante possono aumentare l'efficienza del sistema di isolamento nel suo insieme.
- Puoi inoltre evitare dispersioni in ufficio, **tenendo le porte di ingresso chiuse** e assicurandoti che la porta si chiuda per bene dopo che qualcuno è passato.
- 3. Assicurati che tutte le prese d'aria siano libere** dalle apparecchiature da ufficio (l'aria possa passare liberamente). Eventuali prese d'aria ostruite fanno sì che il tuo impianto di aria condizionata debba lavorare maggiormente ed utilizzi più energia per fare circolare aria calda o fredda.
- 4. Attieniti a temperature ideali in ufficio:** 19-21°C in inverno e 23-26°C in estate. Di notte puoi impostare la temperatura a 15°C di inverno e spegnere del tutto l'impianto di aria condizionata in estate (nota bene: temperature ideali dipendono anche dal clima in cui vivi). E' un'ottima misura di risparmio energetico d'estate quella di settare la temperatura un po' più alta, utilizzare maggiormente i ventilatori e chiedere ai colleghi di vestirsi in modo appropriato. Mantenere la temperatura più bassa di 1 grado d'inverno e più alta di 1 grado in estate può generare risparmi dell'ordine del 10%.
- In estate **apri le finestre appena arrivi al mattino**, quando la temperatura dell'aria esterna è più bassa. Arieggia l'ufficio con le finestre completamente aperte e lasciale aperte per 5-15 minuti.
- Un termostato o un sistema di gestione dell'edificio intelligente/domotico può aiutare ad evitare situazioni di **eccessivo riscaldamento e raffrescamento**. Diversi di questi strumenti sono programmabili e consentono di accendere gli impianti di riscaldamento e raffrescamento nei weekend e durante la notte solo se davvero necessario.
- 7. Utilizza persiane o imposte delle finestre** per fermare la radiazione diretta del sole e ridurre la necessità di aria condizionata d'estate e consentire invece alla luce di entrare in inverno.
- 8. Rendi il tuo ufficio "verde" anche al suo interno:** le piante in ufficio riducono la temperatura dell'ambiente tramite evaporazione, "puliscono" l'aria e generano maggiore comfort sul posto di lavoro.





**SAVE  
@WORK**



## Consigli per risparmiare energia



### Consigli top per campioni

**Fai in modo che la manutenzione sia periodica** (sia a livello di pulizia che di riparazioni) per l'impianto di riscaldamento, raffrescamento e ventilazione del tuo ufficio. Un impianto pulito e funzionante vi aiuterà a ridurre le bollette energetiche. Fai in modo che questi impianti siano dotati di timer, così da entrare in funzione solo esattamente quando serve (cioè quando le persone sono in ufficio).

**Utilizza le configurazioni di risparmio energetico:** Informa i colleghi circa le impostazioni di risparmio energetico dei condizionatori e fai in modo che le utilizzino, anche per ridurre i costi di energia.

**Utilizza guarnizioni sulle porte e sulle finestre.** Questo eviterà che esca aria dal tuo ufficio quando l'impianto di riscaldamento o raffrescamento è in funzione.

### Puoi anche...

**Piantare alberi: l'ombra è importantissima** – può proteggere l'edificio da radiazioni intense durante l'estate (meno necessità di raffrescamento) e da venti freddi in inverno.

### Lo sapevi che?

- ♦ Raffrescare un ufficio per **1 ora in più al giorno** utilizza tanta energia quanta ne serve per fare funzionare una TV per 1 anno.
- ♦ Spegnerne il riscaldamento/raffrescamento dell'ufficio nel fine settimana può consentire un risparmio del 30% sul totale dei consumi dell'ufficio.
- ♦ I tetti "verdi" (tetti ricoperti da vegetazione) sono sempre più comuni in nuovi edifici da ufficio – possono ridurre il calore del tetto, aumentare l'evaporazione e raffrescare l'edificio dall'alto.



### Ulteriori approfondimenti ed idee:

Maggiori informazioni su raffrescamento e aria condizionata su Green Clicks.

**Fonte(i):** [European Green Office Handbook, http://www.wikihow.com/Save-Energy-in-the-Office](http://www.wikihow.com/Save-Energy-in-the-Office)

