



**SAVE
@WORK**



Consigli per risparmiare energia



CONSIGLIO DELLA SETTIMANA

AMBIENTE UFFICIO

L'AMBIENTE UFFICIO

- **Mantieni fresco il tuo ambiente interno attraverso l'uso di piante per ombreggiare e umidificare.**
- **Non trascurare l'ambiente attorno all'edificio** – Un ambiente ben progettato e curato può aiutare anche a risparmiare energia riducendo i **costi di riscaldamento e raffrescamento**.
- **Pianta più alberi per avere più ombra e frangivento.**
- **Prendi in considerazione l'installazione di sistemi di ventilazione naturale interni e pareti verdi esterne.**
- **Suggerisci che siano previsti punti di raccolta dell'acqua piovana per innaffiare le piante.**
- **Proponi che gli spazi esterni inutilizzati** (cortili vuoti, aree asfaltate, ecc) **siano trasformati in parchi o in giardini di comunità.**





**SAVE
@WORK**



Consigli per risparmiare energia



Ambiente ufficio – tutto intorno verde

Le piante dentro e fuori l'edificio a uso ufficio hanno molti effetti positivi, non solo sulla qualità dell'aria e sul tuo umore, ma anche sulla tua salute, sul tuo livello di stress e di produttività – senza parlare della bolletta energetica! Tieni in considerazione i suggerimenti di seguito per rendere più verde il tuo ufficio.

- 1. Inizia dalla tua scrivania** – metti delle piante sopra la tua scrivania o vicino ad essa e convinci i tuoi colleghi a fare lo stesso. Leggi qualche approfondimento su [come scegliere una buona pianta da ufficio](#). Cerca inoltre di **rendere più verdi altre aree interne**, come atri, corridoi, ecc. La ricerca conferma che le piante verdi, i giardini, i fiori o una vista di alberi all'esterno producono benefici a livello mentale, riducono i livelli di stress e aumentano le nostre capacità di concentrazione.
- 2. Raffresca gli ambienti interni con ombreggiamento e traspirazione** – La radiazione solare assorbita tramite le finestre e i tetti può far lievitare i costi di raffrescamento. Produrre ombreggiamento tramite elementi naturali del paesaggio può aiutare a ridurre questi apporti solari.



Non necessariamente così verde, ma più piante ci sono fuori e dentro l'edificio, maggiori saranno i benefici di cui si potrà godere.

Laddove possibile, l'utilizzo di piante al posto di tapparelle/persiane od altri schermi artificiali rende più naturali gli ambienti ufficio. Che tu abbia alberi o semplicemente piccole piante vicino a una finestra, entrambi producono un importante ombreggiamento durante la giornata, così che si può ridurre la necessità di misure alternative per l'ombreggiamento.

Le piante inoltre raffrescano gli ambienti interni attraverso un processo noto come traspirazione, che può favorire una [riduzione della temperatura negli uffici fino a un massimo di 5°C](#). La traspirazione in un ambiente ufficio può creare un livello di umidità prossimo a quello raccomandato per il comfort umano, dell'ordine del 40-60%.

- 3. Non trascurare l'ambiente attorno all'edificio** – Un ambiente ben progettato e curato non è solo più bello ma può anche aiutarti a risparmiare energia riducendo i [costi di riscaldamento e raffrescamento](#) (a seconda delle dimensioni dell'edificio, ovviamente). La ricerca dimostra che le temperature estive sono 1.5-3°C in meno in aree ombreggiate da alberi, rispetto a zone prive di alberi.
- 4. Pianta più alberi** – **Come già ribadito, l'ombreggiamento è importante:** può proteggere l'edificio dall'intensa radiazione solare estiva (così che è richiesto meno raffrescamento) e da venti freddi durante l'inverno.



**SAVE
@WORK**



Consigli per risparmiare energia



- 5. Prendi in considerazione l'idea di fare o creare pareti verdi** – sia all'interno che all'esterno, pareti verdi o giardini verticali, irrigati tramite un sistema verticale idroponico, raffrescano naturalmente l'aria nei caldi mesi estivi grazie ad un processo noto come "evapotraspirazione". Le pareti verdi esterne riducono inoltre la temperatura superficiale delle pareti, cosa che si traduce in significativi risparmi di energia e di costi per il raffrescamento. In inverno, esse si comportano come isolanti, riducendo così i costi legati al riscaldamento.
- 6. Suggestisci che siano predisposti punti di raccolta dell'acqua piovana** così da risparmiare sulla bolletta dell'acqua. Utilizzate serbatoi d'acqua per innaffiare le piante da ufficio e il giardino attorno all'edificio. Innaffiate le piante con la giusta quantità di acqua da loro richiesta e adattatela a seconda della stagione.
- 7. Proponi che gli spazi esterni inutilizzati** (cortili vuoti, aree asfaltate, ecc) **siano trasformati in parchi o in giardini di comunità.**

Consigli top per campioni

I tetti verdi (ovvero ricoperti da piante viventi) possono migliorare l'isolamento, accelerano l'evaporazione e raffrescano l'edificio dalla sua parte superiore, riducendo così le emissioni di CO₂ e i costi energetici.

Puoi anche

...prendi in considerazione l'idea di creare un orto in uno spazio attorno all'edificio o sul tuo tetto!

Lo sapevi che?

„Un cortile ombreggiato da alberi può essere fino a 3°C più fresco di un cortile assolato. Similmente, un prato ombreggiato può risultare fino a 14°C più fresco di un marciapiedi assolato”.

Gli alberi sono condizionatori naturali. L'evaporazione di un singolo albero può produrre un effetto rinfrescante pari a quello di condizionatori funzionanti 20 ore al giorno per 10 stanze, secondo quanto rilevato da uno studio della NC State University.

Secondo la letteratura dell'Ordine dei Paesaggisti d'America, un'accurata e appropriata selezione e piantumazione di alberi o piante può ridurre i costi di riscaldamento e raffrescamento fino ad un massimo del 20%.

Ulteriori approfondimenti e idee:

<http://energy.gov/articles/energy-saver-101-infographic-landscaping>

Fonte(i): <http://greenplantsforgreenbuildings.org/resources/benefits-of-green-plants/>

<http://www.plantcultureinc.com/whygreen.html>

<http://energy.gov/energysaver/landscaping-shade>

<http://www.theguardian.com/sustainable-business/offices-roofs-edible-garden-sustainable-cities>



Parcheggio di un edificio pubblico a uso uffici trasformato in giardino a Belfast

