

ONDATE DI FREDDO COME AFFRONTARLE

**effetto
terra**



SE SEI A CASA

- Controlla la temperatura in casa. Da normativa non deve superare i 22°C. In genere 19°C sono sufficienti a garantire il comfort necessario consentendo, inoltre, un minor spreco di energia.
- Riduci la dispersione di calore chiudendo le porte delle stanze meno vissute e ricorda che per rinnovare l'aria degli ambienti basta tenere le finestre aperte pochi minuti durante le ore più calde.
- Durante la giornata tieni le persiane alzate e lascia entrare luce e calore dall'esterno. Al tramonto, abbassale per mantenere il calore.
- Controlla gli infissi e, se necessario, sostituisci le guarnizioni dei serramenti per migliorarne la capacità di isolamento.
- Utilizza nel modo corretto i termosifoni: collocare tende o mobili davanti al calorifero o usarlo come stendibiancheria ostacola la diffusione del calore. Inserire un pannello riflettente tra parete e termosifone, invece, contribuisce a ridurre le dispersioni verso l'esterno.
- Mantieni la temperatura dell'acqua calda tra i 45°C e i 55°C per avere il giusto comfort termico e ridurre gli sprechi di energia.



SE SEI IN UFFICIO

- Imposta la temperatura intorno ai 18°C e spegni il riscaldamento un'ora prima. La temperatura sale di 1-2°C dopo che una persona permane 30 minuti nella stanza. Questo consente di ridurre i consumi di oltre il 12%.
- Tieni porte e finestre chiuse quando l'impianto è acceso. Climatizza solo l'ambiente dove lavori ed evita di occupare sale riunioni e uffici inutilizzati.
- Cambiare l'aria delle stanze è fondamentale per mantenere un ambiente salubre. In inverno sono sufficienti appena 10 minuti con le finestre aperte. L'importante è non effettuare questo intervento quando i termosifoni sono in funzione per evitare sprechi di calore.



SE HAI BISOGNO DI AIUTO O DI INFORMAZIONI
CHIAMA IL NUMERO CRI DI PUBBLICA UTILITÀ



Croce Rossa Italiana



LEGAMBIENTE