



ONDATE DI FREDDO

**COME AFFRONTARLE
SE SEI A CASA**



Croce Rossa Italiana



LEGAMBIENTE



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.



A CASA

Durante la giornata tieni le **persiane alzate** e lascia entrare luce e calore dall'esterno.

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.



**PROTEGGITI DAI RISCHI DELLE ONDATE DI
FREDDO IN MODO CONSAPEVOLE.
FAI BENE A TE E AL PIANETA.**

**effetto
+terra**

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

