

ENEA consiglia:



PREDILIGI LE SCALE AL POSTO DELL'ASCENSORE

Ogni volta che non usiamo l'ascensore risparmiamo circa 0,05 kWh e contribuiamo a migliorare la nostra salute.



SPEGNI SEMPRE LE LUCI A FINE GIORNATA

Circa il 30% del consumo energetico è legato all'uso di luce artificiale. Scegli la regola della luce giusta dove serve e ricordati sempre di spegnere le luci quando esci dal locale.



UTILIZZA SISTEMI DI CONTROLLO INTELLIGENTI

Se nella struttura sono installati sistemi di controllo intelligenti, non intervenire manualmente. Questi sistemi di controllo infatti sono ottimizzati per una corretta distribuzione dell'energia e possono portare ad un risparmio per riscaldamento **tra il 7% e il 20%** e per raffrescamento **tra il 2% e il 4%**.



IN INVERNO MODERA LA TEMPERATURA

In inverno regola la temperatura degli uffici e degli spazi comuni intorno ai 18°C e non riscaldare le stanze che rimangono vuote. Utilizza sistemi di monitoraggio dei consumi e differenzia i settori degenza dalle aree speciali o dagli uffici della struttura. Questa misura consente di ridurre i consumi di oltre il 12%.



IN ESTATE ALZA LA TEMPERATURA

Imposta la temperatura intorno ai 28°C, spegni i condizionatori almeno un'ora prima negli uffici o negli ambulatori e raffresca solamente le stanze occupate. Con queste misure potrai risparmiare in media il 22% dell'energia richiesta per il raffrescamento.



SPRECA MENO ACQUA POSSIBILE

Chiudi i rubinetti e utilizza preferibilmente acqua fredda per lavarti le mani nei bagni di servizio. Se consideriamo che il consumo specifico di energia in ospedale è superiore di circa tre volte quello per uso abitativo, ogni piccola azione contribuisce alla riduzione dei consumi.



CHIUDI PORTE E FINESTRE

Tieni porte e finestre chiuse quando gli impianti sono accesi. Se in estate in ambienti climatizzati fa troppo freddo non aprire le finestre: chiedi di alzare la temperatura impostata. E ricorda che per cambiare l'aria nell'ufficio bastano pochi minuti distribuiti durante la giornata.



NON COPRIRE EMETTITORI CON OGGETTI

Non coprire mai termosifoni o ventilconvettori con oggetti. Gli elementi interposti tra l'emettitore e l'ambiente riducono la resa e costringono ad aumentare la potenza di emissione, con un inutile dispendio di energia.



ATTIVA FUNZIONI DI RISPARMIO ENERGETICO

Installa le funzioni per il risparmio energetico sul PC, spegni i dispositivi wi-fi non necessari e stacca dalla presa elettrica gli apparecchi che non sono usati frequentemente. Utilizza una presa multipla per raggruppare computer e periferiche. Così quando esci dall'ufficio e nei weekend puoi spegnere tutto.



STAMPA SOLO QUELLO CHE SERVE

Stampa solo ciò che serve veramente e spegni fotocopiatrici e stampanti alla fine dell'orario di lavoro e nel weekend. Mail, documenti e articoli possono essere letti agevolmente sui dispositivi elettronici. Stacca l'alimentazione della stampante quando non serve. In questo modo riduci il suo consumo energetico di circa il 24%.



OSPEDALI

Autori: N. Calabrese per ENEA, A. Boriani per ISNOVA e A. Castagna per Logical Soft, opinion leader della campagna ItalianinclassA