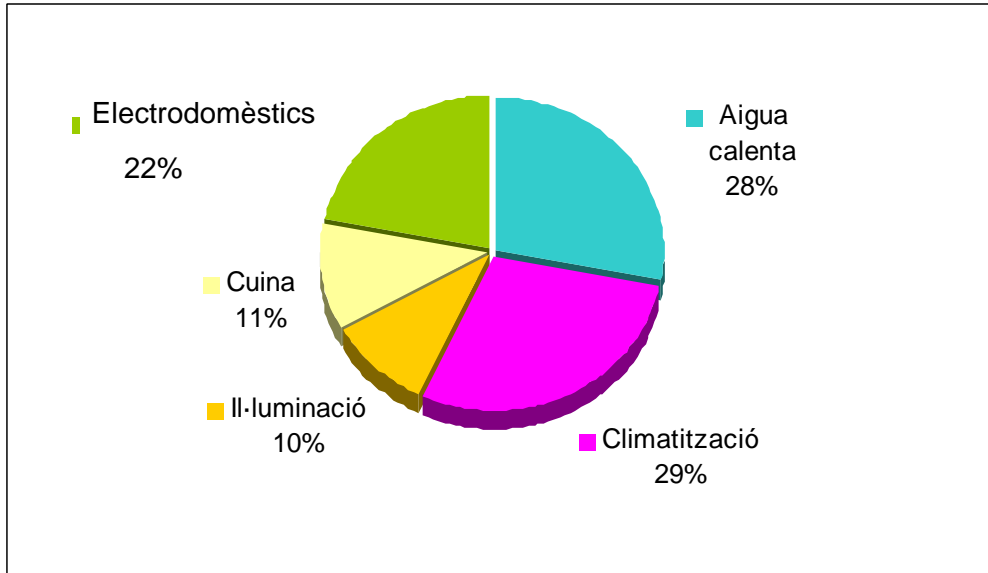


Consells per estalviar energia a casa

Com i en què es consumeix energia a casa?



Font. Guia per a l'estalvi energètic. Ajuntament de Barcelona

Il·luminació

- Utilitzeu sempre que sigui possible la llum natural.
- Pinteu de colors clars els sostres i les parets per aprofitar al màxim la llum natural i reduir així el consum de llum artificial.
- Apagueu els llums cada cop que sortiu d'una habitació i eviteu tenir els llums encesos inútilment.
- Instal·leu bombetes i làmpades de baix consum, el preu de compra és una mica més elevat que les d'incandescència, però gasten 5 vegades menys i duren 10 vegades més.
- Mantingueu les bombetes i les pantalles netes per aprofitar millor la llum que aporten.

Climatització

Tenint em compte els consells següents es pot optimitzar el consum energètic destinat a la climatització de la llar, tant a l'estiu com a l'hivern.

- Un aïllament tèrmic adequat de l'habitatge permet reduir les fugites de calor a l'hivern i la demanda de refrigeració a l'estiu i pot reduir els costos de climatització fins a un 50 %.
- Una orientació òptima de l'edifici, respectant l'orientació sud per a la façana principal i evitant els finestrals i les parets mitjanceres mal aïllades cap a l'oest, contribueix a reduir les despeses energètiques.
- Deixar entrar la màxima radiació solar a l'hivern permet estalviar calefacció; en canvi, a l'estiu si s'impedeix el pas del sol es podrà estalviar molta refrigeració.
- Les persianes i cortines permeten conservar la calor durant les nits d'hivern i eviten l'entrada de calor a l'estiu.

- Per ventilar les habitacions és suficient amb obrir una finestra durant 10 minuts. Quan ho feu tanqueu la calefacció o l'aire condicionat.
- Es recomanable instal·lar termòstats o rellotges programables per poder regular la temperatura de les diferents estances de la llar.
- Dugueu a terme un manteniment i revisió adequats dels equips de climatització.

Calefacció

- A l'hivern una temperatura de 20-21 °C és suficient per gaudir d'un confort adient i, alhora, permet fer un ús racional d'energia. Augmentar la temperatura un grau suposarà un augment del consum d'energia del 8 %.
- Si heu de sortir només unes hores de la llar, és convenient regular el termòstat de la calefacció a 15 °C. Si sou fora moltes hores és convenient apagar totalment la calefacció.
- L'aire, a l'interior dels radiadors, dificulta la transmissió de calor. Per això és convenient purgar els radiadors una vegada l'any.
- La ubicació òptima dels radiadors és sota les finestres per afavorir la correcta difusió de l'aire calent per l'habitació.
- Es convenient no tapar ni obstruir els radiadors amb mobles per aprofitar al màxim la calor.
- Si teniu habitacions buides a la llar o que gairebé no s'utilitzen és convenient baixar-ne la temperatura o tancar la vàlvula dels radiadors.
- Si teniu un sistema de calefacció elèctric convé emprar sistemes per acumulació amb tarifa nocturna.

Aire condicionat

- A l'estiu una temperatura que estigui entre 24 °C i 26 °C és suficient per tenir un bon grau de confort alhora que permet fer un ús racional d'energia.
- Els aparells de refrigeració s'han d'instal·lar en llocs on els toqui poc el sol i on tinguin una bona circulació d'aire.
- Quan sortiu de casa, és convenient apagar els aparells d'aire condicionat.

Electrodomèstics i aparells elèctrics

- Tots els electrodomèstics de la línia blanca s'identifiquen amb una etiqueta energètica que informa del consum d'energia de l'aparell. La classificació va de la lletra A, la més eficient, a la G, la menys eficient.
Podeu consultar més informació sobre l'etiquetatge energètic d'electrodomèstics en el següent enllaç:
<http://www.icaen.net/aplicacions/tiquet/catala/home.html>
- Apagueu sempre els aparells amb l'interruptor (no els deixeu en mode en espera).

El frigorífic: És un dels electrodomèstics que més consumeix a la llar, tot i que no tingui una gran potència, ja que funciona ininterrompudament les 24 hores del dia.

- A l'hora de comprar un frigorífic tingueu en compte l'etiqueta energètica, que el volum sigui el correcte per a les vostres necessitats, que no porti CFC (tecnologia Greenfreeze) i que es descongeli automàticament.
- Les prestacions del frigorífic depenen del lloc on s'ubiqui. S'ha d'afavorir la circulació d'aire per la part posterior de l'equip i allunyar-lo dels focus de calor.
- Els aliments s'han de deixar refredar a temperatura ambient abans de posar-los a la nevera.
- La temperatura de la nevera s'ha de mantenir entre els 3 i 5 °C, en el cas del congelador no convé reduir la temperatura per sota dels -18 °C.

La rentadora: Després del frigorífic i el televisor, és l'electrodomèstic que més energia consumeix a la llar.

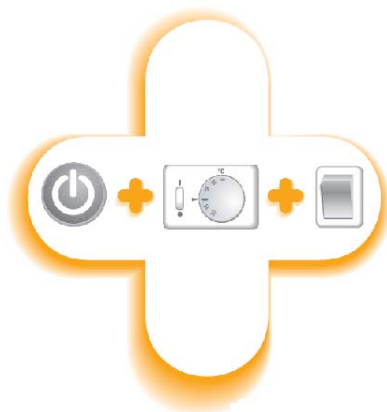
- Quan adquireixi una rentadora nova, tingueu en compte l'etiqueta energètica, la capacitat i la possibilitat d'adquirir un model bitèrmic (entrada d'aigua calenta i freda per separat).
- Quan poseu la rentadora és recomanable carregar el tambor al màxim, seleccionar l'opció de centrifugat i aprofitar les temperatures estivals per eixugar la roba a l'aire lliure.

El rentaplats: És important utilitzar un rentaplats de baix consum i utilitzar-lo només quan estigui ben ple. Si necessiteu utilitzar-lo a mitja càrrega, feu servir programes curts i econòmics.

- Quan adquireixi un rentaplats nou tingueu en compte l'etiqueta energètica, que informa del consum energètic, el consum d'aigua i el nivell de soroll.
- El principal consum dels rentaplats és degut al funcionament de les resistències encarregades d'escalfar l'aigua en els programes de rentat, els quals tenen una potència aproximada de 2.500 W.
- Rentar a mà amb aigua calenta pot resultar fins a un 60 % més car que fer-ho amb el rentaplats.
- Una bona opció és adquirir un equip pretèrmic, és a dir, un equip amb connexió al circuit de l'aigua calenta. Així, les resistències han de treballar menys perquè aprofiten l'aigua calenta sanitària.

Font: Institut Català d'Energia (www.gencat.cat/icaen)

*Gràcies per sumar
energies per l'estalvi*



Elaborat per:

UAB
Universitat Autònoma
de Barcelona

Amb el suport de:

CAIXA CATALUNYA
OBRA SOCIAL