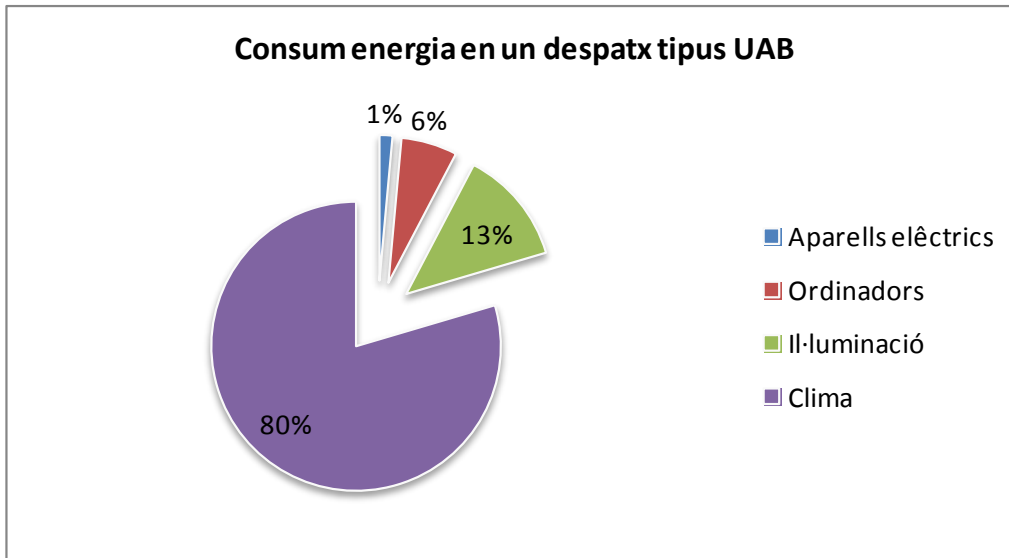


Consells per estalviar energia als despatxos

Com i en què es consumeix l'energia en un despatx tipus?

Per fer els càlculs, s'ha considerat que un despatx tipus té una superfície de 20 m², amb espai de treball per a dues persones. L'espai està climatitzat (disposa de calefacció i aire condicionat) i té una impressora sense connexió a la xarxa.

La climatització dels despatxos és la principal font de consum d'energia, seguida de la il·luminació i el funcionament dels ordinadors i dels aparells elèctrics.



Font: Direcció d'Arquitectura i Logística de la UAB

Climatització

- Feu un ús racional de la climatització, regulant la temperatura de confort seguint aquests paràmetres: 21-23°C a l'hivern i 24-26°C a l'estiu.
- Si voleu instal·lar un sistema de climatització, penseu que els sistemes col·lectius i centralitzats fan un ús més eficient de l'energia que no pas els individuals.
- Si el vostre aparell de climatització no està gestionat centralitzadament, apagueu-lo sempre quan marxeu de l'oficina.
- Si el vostre aparell de climatització està gestionat centralitzadament, quan funcioni la refrigeració, apagueu-lo en marxar de l'oficina.

Il·luminació

- Enceneu els llums només quan no hi hagi prou llum natural a l'espai de treball.
- Apagueu els llums sempre que sortiu per fer una pausa de més de cinc minuts, per dinar o quan plegueu i no quedi ningú més al despatx o a l'oficina.

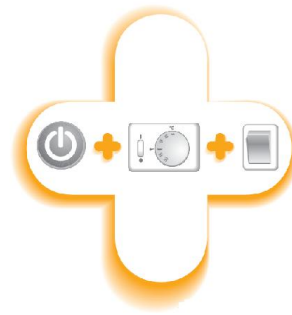
Ordinadors

- Apagueu l'ordinador durant pauses llargues i quan finalitzeu la jornada laboral. El consum d'energia d'un ordinador quan està encès és el mateix tant si s'utilitza com si no (uns 80 Wh).
- Durant les pauses curtes, de menys d'una hora, apagueu el monitor de l'ordinador o poseu-lo en mode en espera. Eviteu activar l'estalvi de pantalla, ja que les pantalles consumeixen un terç de l'energia que gasta l'ordinador (50 W de la pantalla, per 80 W de la CPU). Una bona opció és activar l'opció d'estalvi energètic a l'ordinador. Això farà que, passat un temps sense utilitzar-lo (es recomana entre 5 i 15 minuts), l'equip quedi en espera.
- Compreu ordinadors amb certificació ecològica (etiqueta ecològica de la Unió Europea, Distintiu de Garantia de Qualitat Ambiental de la Generalitat de Catalunya) o d'eficiència energètica (Energy Star). Aquests distintius garanteixen que el funcionament de l'aparell genera un menor impacte ambiental, ja sigui per la utilització de materials menys nocius en la seva fabricació, ja sigui per un menor consum energètic durant el seu ús.
- Si heu de fer una nova adquisició, considereu optar per un ordinador portàtil (consumeix la quarta part d'energia dels ordinadors convencionals).

Altres aparells elèctrics i electrònics

- A l'hora d'adquirir aparells nous, comproveu quin és el consum de l'aparell i escolliu sempre el model que tingui el consum més baix o el que sigui més eficient (busqueu l'etiqueta d'eficiència energètica).
- Eviteu la utilització d'aparells que funcionen amb piles i, si no hi ha cap altra alternativa, utilitzeu piles recarregables. L'energia que es consumeix en la seva producció és 50 vegades major que la que ens proporciona posteriorment i, a més a més, genera un residu perillós.
- Feu un ús responsable dels aparells, utilitzant-los només quan sigui necessari.
- Desconnecteu els aparells quan no els feu servir i eviteu deixar-los engegats en mode en espera. Els aparells que disposin d'una font d'alimentació o adaptador de corrent (carregadors de mòbils, carregadors de piles, etc.) cal desendollar-los de la xarxa elèctrica quan no s'estiguin utilitzant.
- Desendolneu el carregador de mòbil quan no l'utilitzeu.
- Feu un bon manteniment dels aparells, ja que a més de prolongar la seva vida útil es redueix el consum d'energia.
- Considereu la utilització d'equips multifuncionals, com els que integren impressora, escàner i fotocopiadora alhora. Estalvien espai en la vostra àrea de treball, simplifiquen la instal·lació de hardware, software i cablejat, tenen un cost més baix que la suma dels aparells individuals i redueixen el consum d'energia.

*Gràcies per sumar
energies per l'estalvi*



Document elaborat per:

UAB
Universitat Autònoma
de Barcelona

Contacte i suggeriments:

direccio.arquitectura@uab.cat

medi.ambient@uab.cat