

BUONE PRATICHE PER IL RISPARMIO ENERGETICO

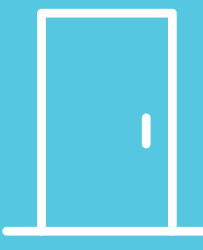
Seguire le indicazioni della Policy energetica Dell'Università di Siena 2022_2023

Per ogni informazione o approfondimento rivolgersi a: Servizio buone pratiche per lo sviluppo sostenibile serviziosostenibilita@unisi.it



SPEGNI LA CLIMATIZZAZIONE

Se l'impianto di climatizzazione sia invernale che estivo permette di essere comandato direttamente (non è centralizzato), ricordiamoci di spegnerlo durante la nostra assenza. Climatizziamo solo l'ambiente di lavoro se possibile.



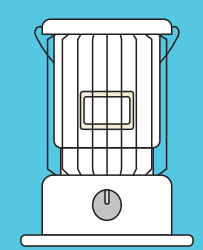
CHIUDI PORTE E FINESTRE

Chiudiamo porte e finestre quando l'impianto è acceso. Climatizziamo solo l'ambiente dove stiamo lavorando. Se in estate negli ambienti climatizzati fa troppo freddo non apriamo le finestre: chiediamo di alzare la temperatura impostata. E ricordiamo che per cambiare l'aria bastano pochi minuti distribuiti durante il giorno.



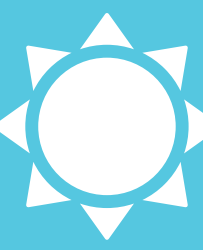
RISPARMIAMO ACQUA CALDA

Utilizziamo soltanto l'acqua fredda, quando possibile (ad esempio per lavarsi le mani). Chiudiamo il rubinetto mentre si insaponano le mani o mentre si lavano i denti (ogni minuto si utilizzano fino a 10 litri di acqua).



NON UTILIZZIAMO STRUMENTI ENERGIVORI

Che non siano attinenti all'attività lavorativa, ad esempio: macchinette del Caffè, frigoriferi, termoconvettori o radiatori elettrici, che non siano correlate alla nostra attività di lavoro.



ILLUMINAZIONE

Per risparmiare energia elettrica bisogna valorizzare il più possibile la luce naturale: è molto importante posizionare bene scrivanie e PC rispetto alle finestre. Non schermiamo le finestre con tendaggi troppo scuri, né troppo chiari. Ricordiamo di spegnere le luci quando usciamo dall'ufficio e dagli ambienti comuni, come bagni, corridoi, scale, sale riunioni, ecc. E' importante calibrare l'illuminazione in base alle reali necessità: spesso è sufficiente utilizzare il 50% delle luci disponibili, specialmente nelle giornate di sole. Preferiamo una lampada da tavolo per l'illuminazione della scrivania.



OTTIMIZZIAMO L'IMPIEGO DELLE STAMPANTI

Stampiamo solo ciò che serve veramente e spegniamo fotocopiatrici e stampanti alla fine dell'orario di lavoro e nel weekend. Non stampiamo mail, documenti e articoli che possono essere letti agevolmente su dispositivi elettronici. Stacciamo l'alimentazione della stampante quando non serve perché continua a consumare energia anche se spenta.



ATTIVIAMO LE FUNZIONI DI RISPARMIO ENERGETICO

Installiamo le funzioni per il risparmio energetico sul PC, spegnere i dispositivi wi-fi non necessari e staccare dalla presa elettrica, sia i caricabatteria che gli apparecchi che non sono usati frequentemente. Queste abitudini permettono di mandare in sospensione il monitor e ibernare il PC quando non lo si usa. Utilizzare una presa multipla per raggruppare computer e periferiche. Così quando usciamo dall'ufficio e nei weekend possiamo spegnere veramente tutto.



PREDILIGI LE SCALE AL POSTO DELL'ASCENSORE

Utilizza prevalentemente le scale e non l'ascensore. Ogni volta che non usiamo l'ascensore risparmiamo circa 0,05 kWh e contribuiamo a migliorare la nostra salute: Migliora il tono muscolare, il sistema cardio circolatorio, le funzioni respiratorie e si bruciano calorie aggiuntive. Se si cammina sotto sforzo, come ad esempio quando saliamo le scale, arriviamo a consumare anche 5 kcal/minuto..



EVITIAMO L'UTILIZZO DEGLI ASCIUGAMANI ELETTRICI

Una sessione di asciugatura (per un apparecchio da 1000 W di potenza che eroga per 10 secondi) consuma circa 2,7 Wh il che vuol dire che 100 asciugature sono 270 Wh e 1000 asciugature sono 2,7 kWh che (dati ISPRA 2019) corrispondono a circa 1,8 kg di CO2 emessi in atmosfera.