

Riscaldare e arieggiare nel modo giusto

Consigli su come arieggiare.

- Arieggiare 2-4 volte al giorno, ogni volta per 5-10 minuti (brevi aerazioni ripetute).
- Aprire al massimo le finestre e creare corrente per favorire un veloce ricambio dell'aria, evitando la dispersione di tutto il calore in pareti e arredamento.
- Assicurare una certa distanza fra parete e mobili per consentire la circolazione dell'aria.
- Far fuoriuscire immediatamente dall'ambiente le grandi quantità di vapore generate, ad es., quando si cucina, ci si fa la doccia o si pulisce l'abitazione.

Consigli su come riscaldare.

- Riscaldare in maniera continua in base alle proprie esigenze.
- Durante l'aerazione mantenere spenti i corpi caloriferi; ciò eviterà la dispersione del calore verso l'esterno.
- Assicurarsi che i corpi caloriferi non siano coperti da tende, mobili o altri complementi d'arredo.
- Non lasciare che gli ambienti si raffreddino completamente; riscaldarli ex novo richiederebbe un grande dispendio energetico.
- Mantenere chiusi gli ambienti con temperature ridotte.
- Non surriscaldare l'abitazione. 19-21 gradi sono considerati ampiamente sufficienti per un clima confortevole negli ambienti domestici.

Sapevate che...

- In generale 1 grado di differenza di temperatura incide per il 6% circa sui costi del riscaldamento.
- Quanto più l'aria è calda, tanta più acqua essa può assorbire. L'umidità si condensa sempre nei punti più freddi dell'abitazione.
- Le finestre costantemente semiaperte provocano un raffreddamento delle pareti circostanti e vi aumentano pertanto il rischio di formazione di muffa.
- Una persona da sola emette durante la notte fino a 1 litro di acqua attraverso la propria pelle e il proprio respiro. In una famiglia composta da quattro persone si generano ogni giorno circa 12 litri di umidità sotto forma di vapore acqueo.