

PROGRAMA D'ESTALVI ENERGÈTIC I POBRESA ENERGÈTICA:

Hàbits a la llar



Hàbits a la llar

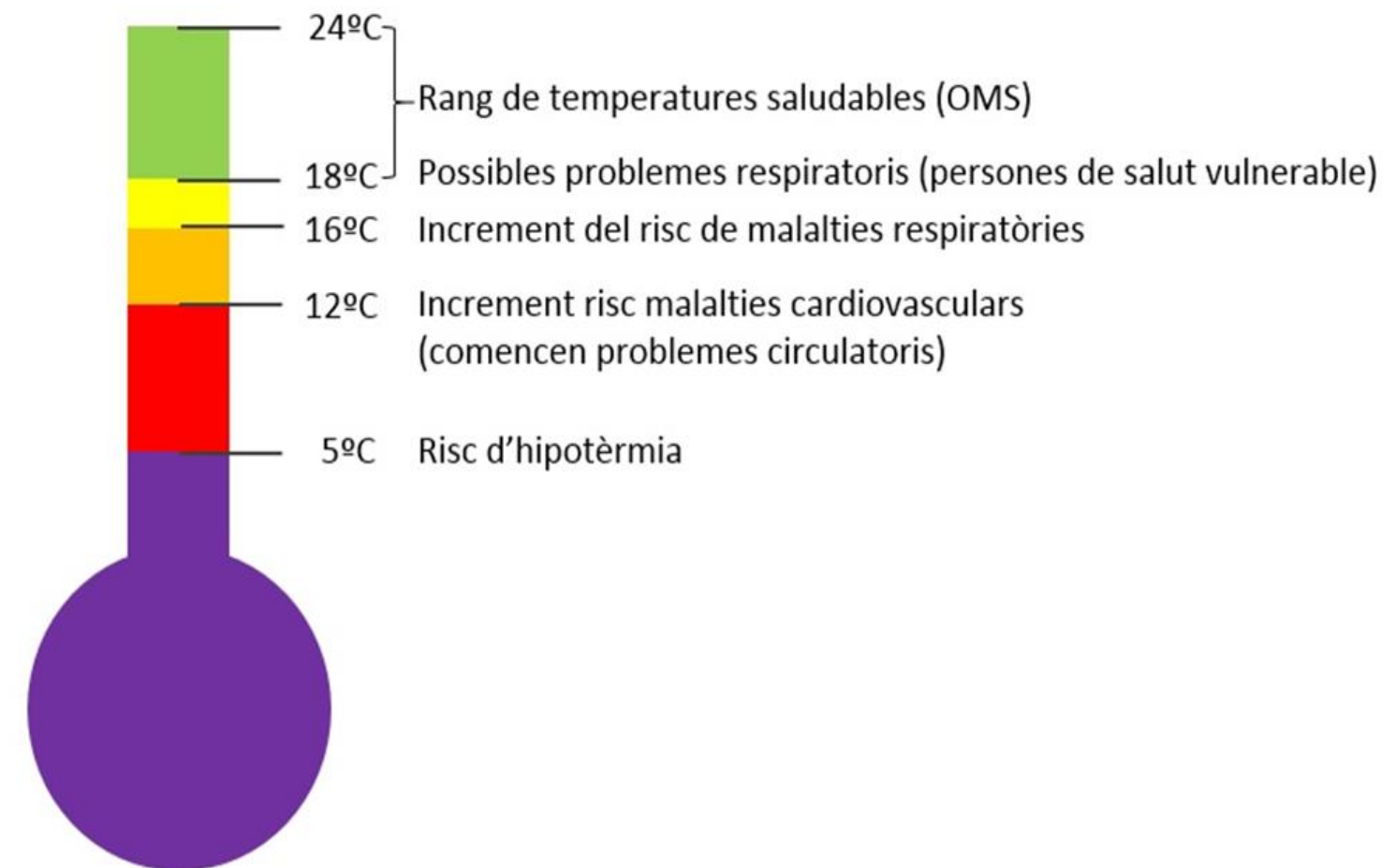
1. Climatització
2. Electrodomèstics
3. Il·luminació
4. Kit Lowcost

1. Climatització

Confort

La sensació de confort a la llar depèn de:

- La temperatura ambient
- La humitat de l'aire
- Els corrents d'aire dins la llar



1. Climatització

Confort

Com millorar el confort?

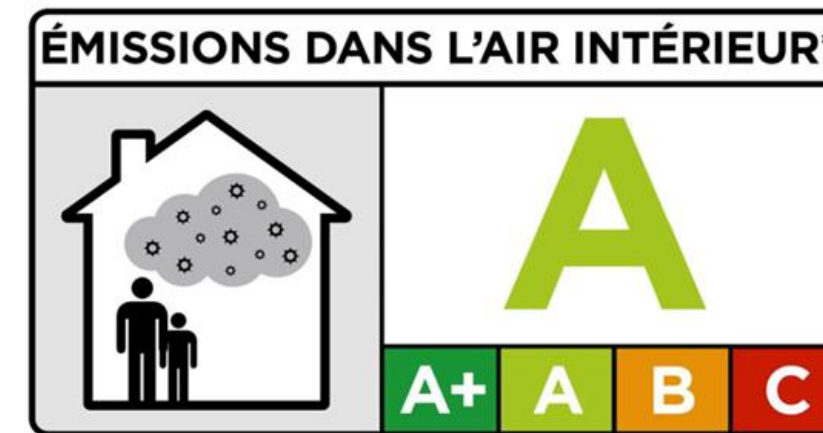
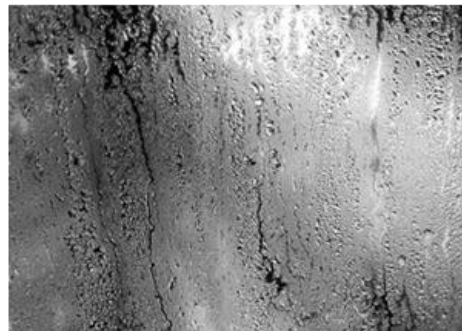
1. Millorar els hàbits a la llar
2. Instal·lacions de petites mesures d'aïllament de baix cost

1. Climatització

Millora de la qualitat de l'aire



Humitat



Monòxid de carboni

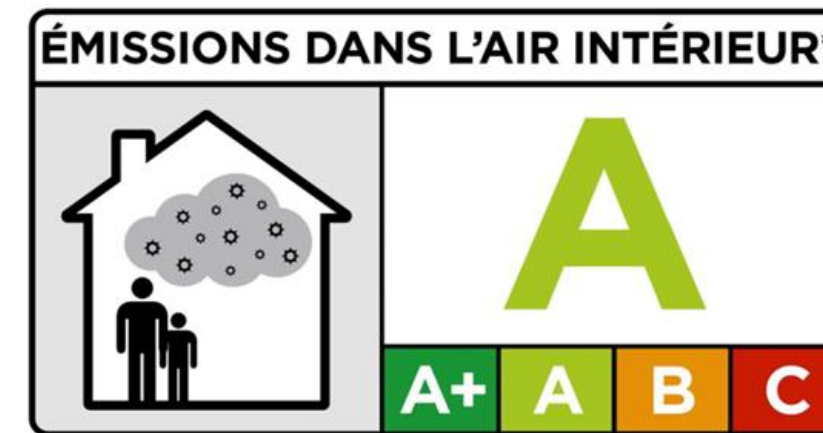
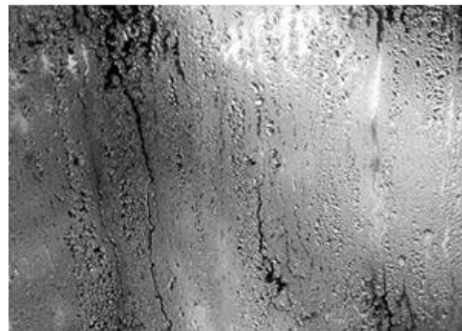
Contaminants, COV

1. Climatització

Millora de la qualitat de l'aire



Humitat



Monòxid de carboni

Contaminants, COV

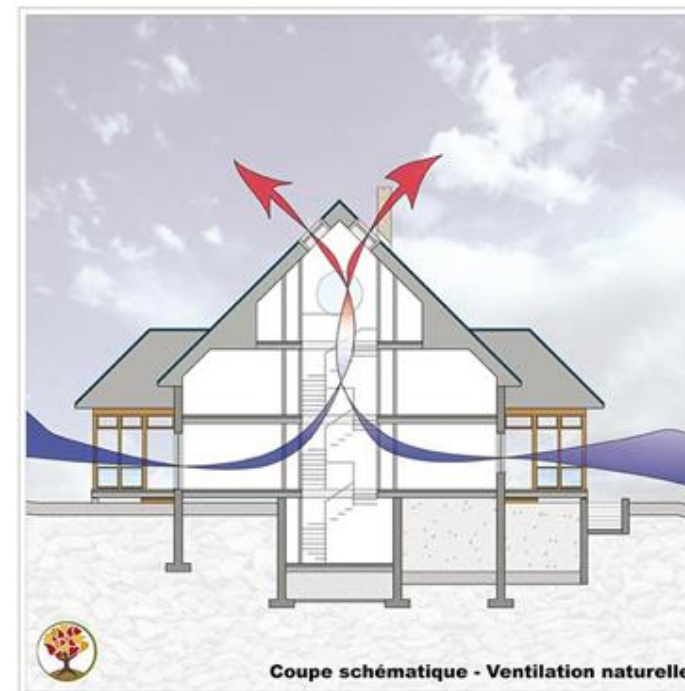
1. Climatització

Ventilació: crear una circulació d'aire

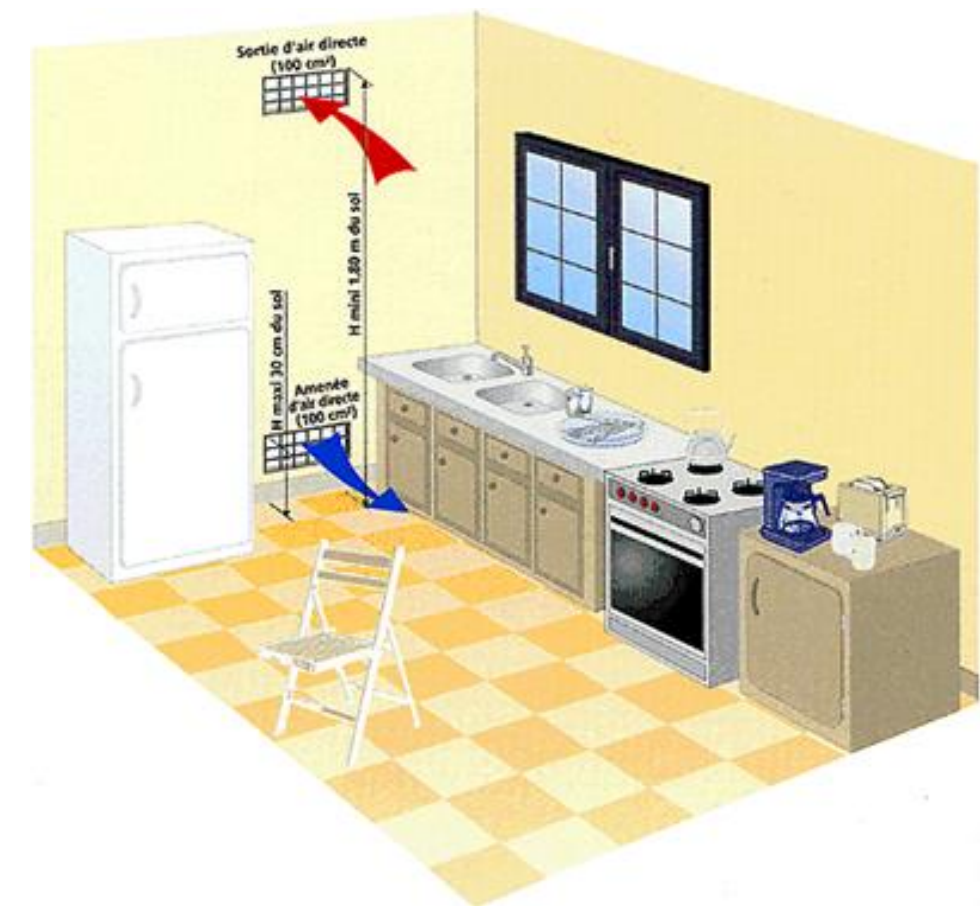
Obrir les finestres

Obertura a dalt i a baix

Ventilació natural controlada



Refredament de
l'habitatge



a) Calefacció

És un dels màxims consumidors d'energia a la llar i pot arribar suposar un 46 % del total de l'energia que utilitzem a casa nostra.

a) Calefacció

Tipologies

Radiadors:



- Ubicació òptima: Sota les finestres. La diferencia de temperatura afavoreix la distribució de la calor
- No tapar ni obstruir
- No posar-li cap pes a sobre

a) Calefacció

Tipologies

Regulació Radiadors:

→ Vàlvules termostàtiques:



→ Termòstat:



a) Calefacció

Tipologies

Estufes de butà:



a) Calefacció

Tipologies

Radiadors i convectors elèctrics:

- Els hem de col·locar a la paret freda de l'estança (sota la finestra).
- Cal evitar aparells amb barres incandescentes, ja que són molt ineficients energèticament.



a) Calefacció

Tipologies

Bomba de calor:



Eficient tant a l'hivern com a l'estiu

a) Calefacció

Recomanacions

1. Una temperatura entre 19 i 21 °C és suficient per trobar-nos en situació de confort dins la nostra llar.



2. Cal recordar que a l'hivern hem d'anar acompanyats tant a l'exterior com a l'interior de les llars. Anar amb màniga curta a dins de casa és un indicador que tenim la temperatura de la calefacció massa alta.



a) Calefacció

Recomanacions

3. La ventilació de la llar és necessària per salubritat, però cal recordar que amb uns deu minuts ja n'hi ha prou. Si podem, hem de ventilar durant les hores centrals del dia, quan la temperatura exterior és més alta.



4. És recomanable instal·lar un termòstat programable, ja que evitarem possibles costos innecessaris.



5. És recomanable apagar la calefacció quan anem a dormir.



b) Refrigeració

La refrigeració pot suposar fins a un 16 % de la despesa energètica de casa nostra.

b) Refrigeració

Com podem minimitzar la demanda energètica de casa nostra? Cal protegir la nostra llar de la radiació solar:

1



2



3



b) Refrigeració

Com podem actuar per millorar la temperatura a la nostra llar?

1. Cal procurar tenir una ventilació creuada obrint les finestres dels extrems de la llar.
2. L'ús d'un ventilador de peu o penjat al sostre pot reduir la sensació tèrmica entre 3 i 5 °C.
3. Hem d'obrir les finestres quan l'aire exterior sigui més fresc que l'interior i hem d'evitar obrir-les quan la temperatura exterior sigui superior a 30 °C.

b) Refrigeració

Què hem de tenir en compte a l'hora d'escollir un equip de refrigeració?

Cal fixar-nos bé en l'etiqueta energètica de cada un dels equips.

Com podem fer un bon ús de la refrigeració?

Una temperatura de 26 °C és suficient per trobar-nos en una situació de confort dins la llar. Una diferència de temperatura amb l'exterior superior a 12 °C no és saludable.

1. Climatització

Altres consells



Comprovar si la caldera de gas/butà està a la temperatura adequada. Posa-hi la mà sobre l'aigua calenta de la dutxa i baixa la flama fins que l'aigua sigui calenta però no cremi.



Situar els radiadors a la paret més freda i sota la finestra, evitaràs que es refredi l'estança.



Evitar les estufes de butà, generen molta humitat a l'estança.



Controlar la temperatura de casa amb un termòmetre. A l'hivern la temperatura de confort se situa entre 19 i 21 °C i a l'estiu entre 24 i 26 °C.



Fer servir temporitzadors pels aparells que utilitzis durant les mateixes hores del dia (termoelectrics, routers o radiadors elèctrics).



Ventilar 10 minuts cada migdia per renovar l'aire i reduir la humitat de casa. No ho facis més per no refredar-la massa.



Tancar les persianes i les cortines i reduir la temperatura de la calefacció a 16 °C o apaga-la durant la nit.



Comprovar que no hi ha corrent d'aire en cap finestra. Encén una espelma i situa-la al costat de la finestra, si la flama es mou és que hi ha corrent d'aire.



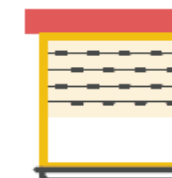
Posar virets a les finestres. En cas de no poder posar-ne a totes, escull la finestra principal de la casa o la que hagi detectat que té pèrdues d'aire.



Posar doble vidre a la finestra. En cas que no en tinguis, utilitza el protector tèrmic de finestres. Escull la finestra principal o la que tingui corrents d'aire.



Evitar que entri aire per sota la porta. Posa-hi un sotaportes.



Aïllar la caixa de les persianes. Baixa la persiana i extreu-ne la caixa. Recobreix la caixa amb material aïllant que trobaràs a qualsevol ferreteria.

2. Electrodomèstics

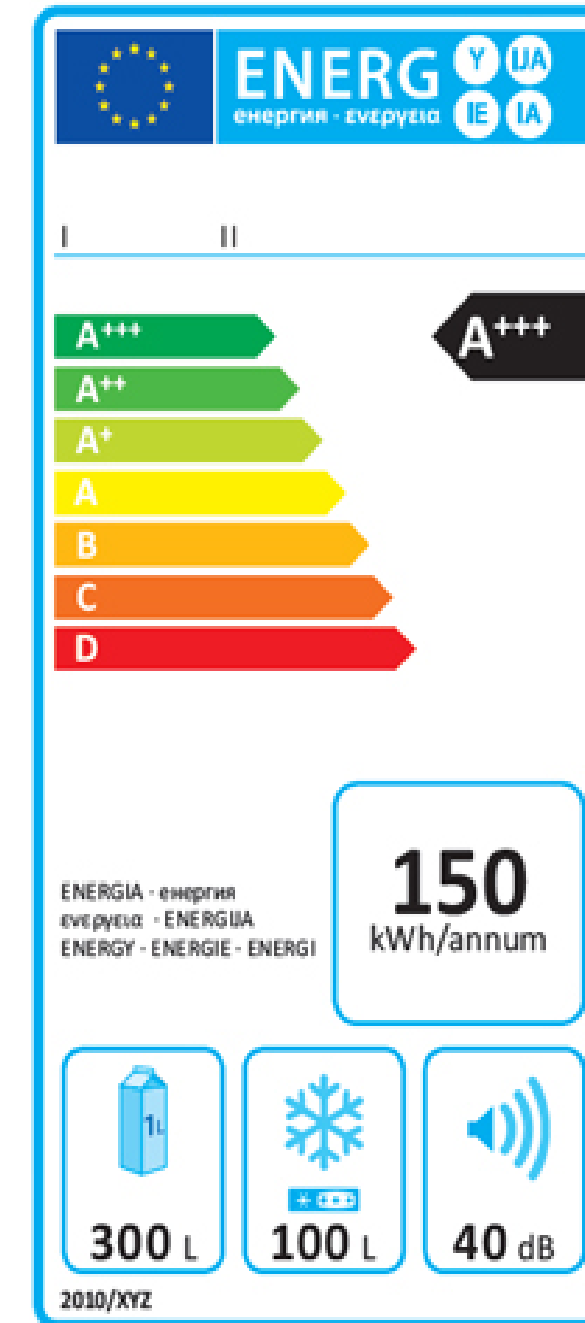
Els electrodomèstics poden suposar fins a un 15 % del consum de l'energia de casa nostra.

2. Electrodomèstics

Què hem de tenir en compte quan comprem un electrodomèstic?



1. Funcionament de l'aparell



2. Etiqueta d'una nevera

2. Electrodomèstics

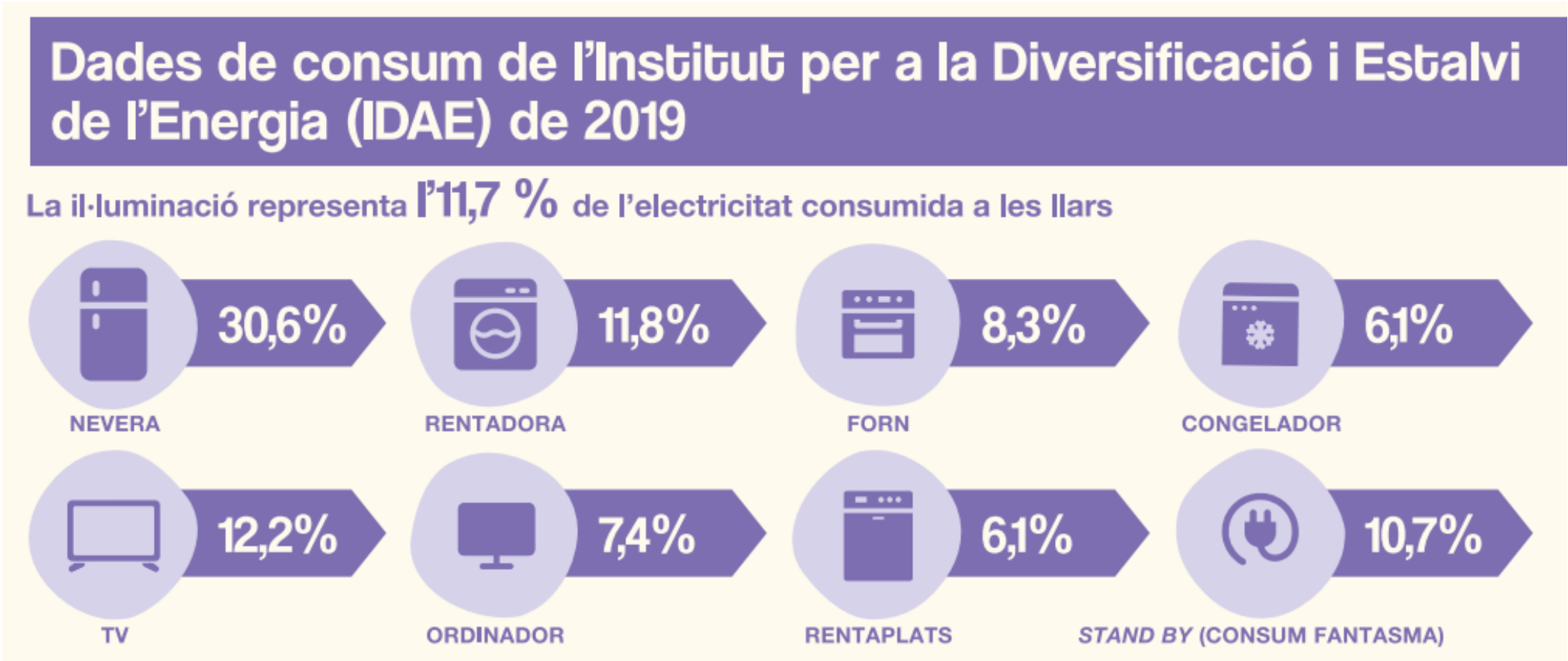
Què hem de tenir en compte quan comprem un electrodomèstic?

4. Cal que escollim un electrodomèstic de potència i capacitat adequades a les nostres necessitats. Per exemple: no cal comprar una nevera gran si només som una persona a casa. Hem de tenir present que els equips més grans tenen més consum associat.

5. Els electrodomèstics que consumeixen més de la llar són la nevera i el congelador, i no per la potència, sinó perquè estan en funcionament cada hora de cada dia de l'any. Per tant, centrarem els esforços a aconseguir la màxima eficiència.

2.Electrodomèstics

Consum

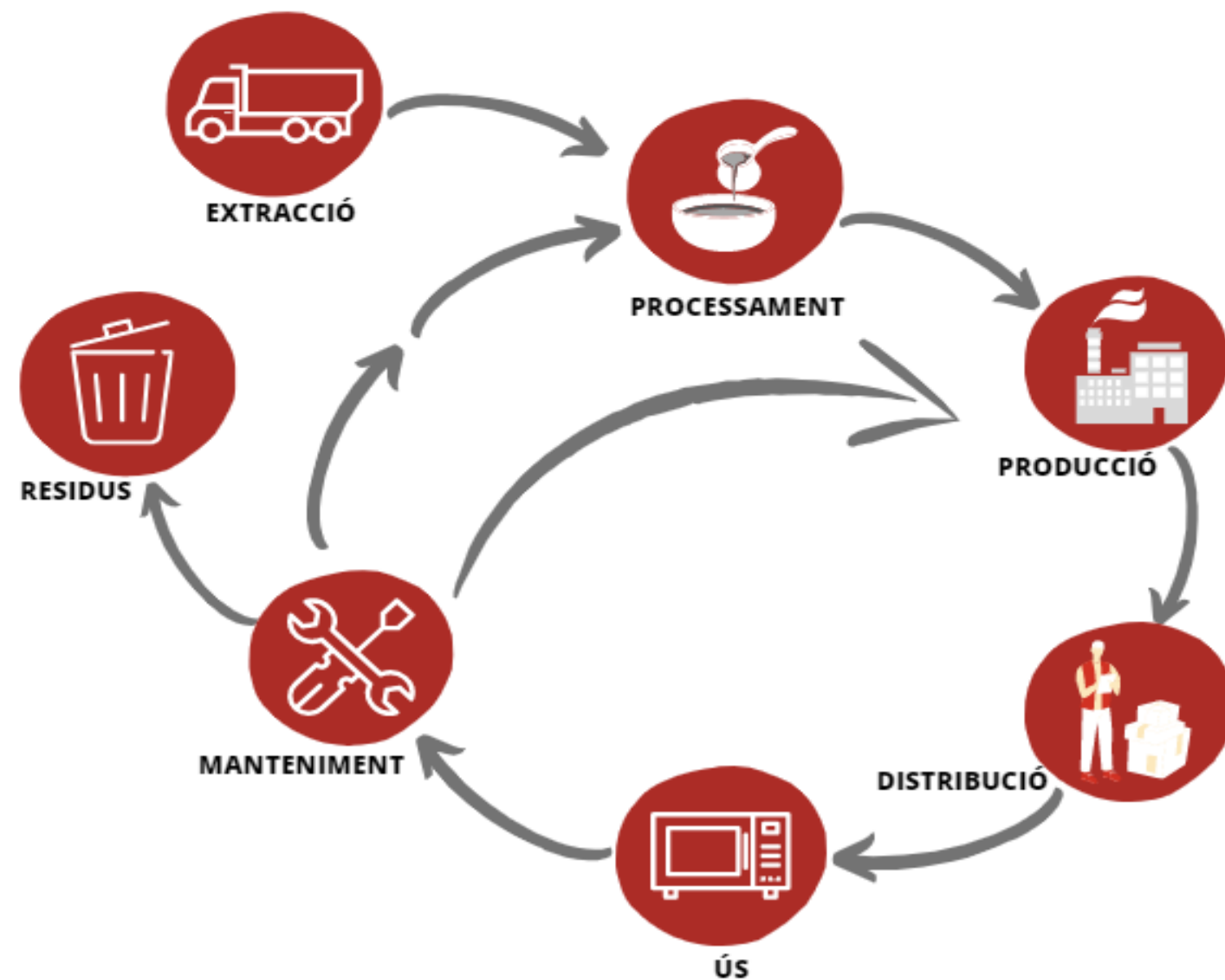


	BOMBETA INCANDESCENT*	BOMBETA DE BAIX CONSUM	LED
POTÈNCIA	60 W	11 W	7 W
HORES D'ENCESA MENSUAL	2700 H		
CONSUM MENSUAL	162 kWh	29,7 kWh	18,9 kWh
COST MENSUAL APROXIMAT	39,20 €	7,18 €	4,57 €
COST ANUAL APROXIMAT	470 €	86,25 €	54,89 €

* A Europa ja no es poden fabricar i només se'n poden vendre els estocs existents.
* Aquests preus, consums i costos energètics són aproximats i s'han calculat sobre la base dels consums i preus mitjans.

2. Electrodomèstics

Importància del cicle de vida dels aparells



IMPORTANT

Amb la compra d'electrodomèstics d'eficiència elevada i amb un ús eficient podem aconseguir estalvis d'un 5 a un 10 % aproximadament.

2. Electrodomèstics

Consells d'estalvi

Rentadora

- ✓ Renta en fred com a norma i utilitza el rentat en calent només quan sigui estrictament necessari
- ✓ Minimitza el número de serveis aprofitant al màxim la capacitat de la rentadora

Rentavaixelles

- ✓ Utilitza el programa eco a 50 °C com a norma general i renta a major temperatura només quan sigui estrictament necessari
- ✓ Minimitza el número de serveis aprofitant al màxim la capacitat del rentavaixelles

2. Electrodomèstics

Consells d'estalvi

Stand-by	✓ Instal·la't un equip mesurador per a detectar consums stand-by ✓ Elimina consums stand-by, sobretot els nocturns i els de quan no som a casa
Cuina	✓ Si vols cuina elèctrica, prioritza sempre la compra de cuines d'inducció per sobre de les vitroceràmiques
Forn	✓ Si t'has de comprar un forn, és important que tingui etiqueta energètica A ✓ Utilitza el forn per cuinar, no per descongelar o escalfar menjar ✓ Aprofita la calor residual acumulada al forn apagant-lo 10 minuts abans d'acabar la cocció

3. Il·luminació

La il·luminació pot suposar fins a un 16 % de la despesa energètica de casa nostra.

3. Il·luminació

Tipus d'il·luminació

Tipus de làmpada	Eficiència (lúmens/W)	Vida útil mitja (hores)
Incandescents	7 – 14 lm/W	1.000 h
Halògens	10 – 21 lm/W	2.000 h
Baix consum (fluorescent compacta)	60 lm/W	8.000 – 15.000 h
Fluorescent	90 lm/W	10.000 – 25.000 h
LED	100 lm/W	25.000 – 50.000 h



Standard Incandescent	Halogen Incandescent	CFL	LED
			
60W 1 Year	43W 1-3 Years	13W 6-10 Years	9W 15-20 Years

Font: <http://www.premiumlight.eu>

Electronics Hub

3. Il·luminació

Supòsit

Un habitatge amb quinze bombetes, cinc de les quals estaran enceses 10 hores i la resta, 5 hores (un total de 2.700 h/mes), amb una intensitat lumínica de 600 lúmens, segons la tipologia de bombetes que utilitzem tindrem els costos següents:

	Bombeta incandescent	Bombeta de baix consum	Bombeta LED
Potència	60 W	11 W	7 W
Hores encesa al mes	2.700 h	2.700 h	2.700 h
Consum mensual	162.000 Wh	29.700 Wh	18.900 Wh
Cost mensual aprox.	27,54 €	5,05 €	3,21 €
Cost anual aprox.	330,48 €	60,59 €	38,56 €

(Font: Generalitat de Catalunya)

3. Il·luminació

Recomanacions

1. Es recomana estar la major part del dia en estances amb llum natural; aquesta acció ens farà estalviar i també ens afectarà positivament l'estat d'ànim i la salut.
2. Hem d'intentar pintar els tancaments interiors de la llar amb colors clars, d'aquesta manera aconseguirem més propagació i aprofitament de la llum.
3. Cal que apaguem el llum sempre que marxem d'una estança.
3. Hem de netejar les bombetes i les pantalles de les làmpades amb certa periodicitat, així aprofitarem la totalitat d'il·luminació de les bombetes.

3. Il·luminació

Recomanacions



4. Kit lowcost per a la millora de l'eficiència



4. Kit lowcost per a la millora de l'eficiència

Aïllament de la llar



4. Kit lowcost per a la millora de l'eficiència

Aïllament de la llar



4. Kit lowcost per a la millora de l'eficiència

<https://www.youtube.com/watch?v=2gWS27c21ps>

