

Consells d'estalvi energètic





- 01 Electricitat
- 02 Aire Condicionat (AC)
- 03 Calefacció
- 04 Aigua Calenta Sanitària (ACS)
- 05 Il·luminació
- 06 Cuina
- 07 Frigorífic
- 08 Rentadora i assecadora
- 09 Rentavaixelles
- 10 Planxa
- 11 Imatge i so
- 12 Aspirador
- 13 Microones i torradora

Electricitat

- # Canvi del tipus de contracte
- # Revisió de la potència contractada
- # Compensació energia reactiva
- # Implantació instal·lació fotovoltaica
- # Instal·lar un sistema de monitorització de consums

“

Davant d'una bombeta convencional de 100 W, una bombeta equivalent de baix consum (20 W), al llarg de la seva vida útil, evita l'emissió a l'atmosfera de gairebé mitja tona de CO₂ i suposa un estalvi d'energia de 640 kWh i de 72 euros en la factura elèctrica.

Aire Condicionat (AC)

02

- # Instal·lant tendals, tancant persianes, evitant entrada d'aire calent a l'interior de la vivenda i aïllant adequadament murs i sostres, s'aconsegueixen estalvis d'energia de fins el 30% a l'AC. També fan aquesta funció els arbres de fulla caduca.
- # Ventil·la casa quan l'aire del carrer és més fresc que el de l'interior (primeres hores del matí i durant la nit), obrint finestres en extrems oposats de la vivenda.
- # Abans de comprar un aparell d'AC, plantege's si realment el necessites. Existeixen possibilitats de refrigeració més barates i ecològiques (tendals, ventiladors,...).
- # Instal·li correctament els aparells de refrigeració. Per a un funcionament òptim, les màquines d'AC han de tenir una bona circulació d'aire i estar protegides del sol. Quan es col·loquen al terrat d'un edifici, és convenient posar-les una cobertura protectora.
- # Instal·li el termòstat del condicionador el més lluny possible de les fonts de calor (el sol, làmpares,...).
- # A l'engegat l'aire, no ajusti el termòstat a una temperatura més baixa del normal, l'AC no funcionarà amb major potència ni refredarà la casa més ràpid.
- # Una temperatura de 26°C és confortable, el nostre cos no necessita una temperatura més baixa per a experimentar una sensació de comoditat. Per cada grau menys de temperatura, el consum d'energia en aire condicionat augmenta entre un 4 i un 6%.
- # Desconnecti l'AC quan no hagi ningú a casa o a l'habitació que estigui refrigerant: pocs minuts són suficients per a obtenir el fred desitjat.
- # Tamqui les finestres i baixi les persianes a les hores de més calor i obri-les quan refresqui.
- # No l'usis amb les finestres obertes.
- # Mantingui nets els filtres. Estalviarà energia i perllongarà la vida útil de l'aparell.

“

Una temperatura de 26°C és confortable, el nostre cos no necessita una temperatura més baixa per a experimentar una sensació de comoditat. Per cada grau menys de temperatura, el consum d'energia en aire condicionat augmenta entre un 4 i un 6%.

”

Calefacció

- # Durant el dia puji les persianes. El sol proporcionarà a la seva llar llum i calor gratis. Al vespre, tanqui les cortines i baixi les persianes. Reduirà la pèrdua de calor.
- # Si canvia les finestres de la seva vivenda, procuri que les noves siguin de doble acristallament o doble finestra, s'aconsegueixen estalvis d'energia del 15% en el consum de calefacció.
- # Instal·lant juntes o rivets en portes i finestres reduirà les fuites de calefacció en un 10%. Recordi que una vivenda ben aïllada pot estalvia fins a un 30% en despeses de calefacció (i fins a un 50% en vivendes unifamiliars).
- # No cobreixi els radiadors ni posi cap objecte al costat perquè es dificulta l'adequada difusió de la calor.
- # Estalvia si purga els radiadors al començar la temporada de la calefacció perquè l'aire al seu interior dificulta la transmissió de la calor.
- # Estalvia si manté la pressió a l'interior del circuit de calefacció dins dels límits definits pel fabricant de la caldera.
- # No obri les finestres amb la calefacció encesa.
- # Per a ventilar la casa són suficients 10 ó 15 minuts.
- # Tanqui els radiadors que no necessiti i apaugui completament la calefacció si la seva casa va a estar desocupada.
- # Si instal·la termòstats i vàlvules termostàtiques als radiadors, regula la temperatura segons les seves necessitats i augmenta l'estalvi.
- # Una temperatura entre 20° i 22° és suficient per a sentir confort. Per cada grau de més, el consum de calefacció augmenta entre un 6 i 8%.
- # Pot estalviar en calefacció si baixa 5° la temperatura del termòstat quan s'absenti hores de la vivenda o si posa el termòstat en la posició "economia".
- # Pot estalviar en calefacció si baixa 3° o 4° la temperatura del termòstat durant la nit.
- # Les calderes de condensació conseqüeixen estalvis de fins a un 35% d'energia respecte de les convencionals, sempre que vinguin acompanyades de la reducció de la temperatura d'impulsió del sistema de calefacció.
- # Mantenir la caldera individual en estat òptim, suposa un estalvi de fins al 22% del consum de gas.

“

Instal·lant juntes o rivets en portes i finestres reduirà les fuites de calefacció en un 10%. Recordi que una vivenda ben aïllada pot estalvia fins a un 30% en despeses de calefacció (i fins a un 50% en vivendes unifamiliars).

Aigua Calenta Sanitària (ACS)

04

- # El termo de l'agua calenta ha d'instal·lar-se dins la vivenda, tan a prop dels punts d'ús com sigui possible (cuina, bany).
- # Si regula el termo per sobre dels 60°C, reduirà la seva durada i malgastarà energia.
- # Una temperatura de l'agua de 40° C és suficient per a dutxar-se. Reguli el calentador a aquesta temperatura per a evitar escalfar l'agua i després refredar-la mesclant-la.
- # Dutxar-se en lloc de banyar-se facilita un estalvi de fins el 75% del consum d'energia i aigua.
- # La utilització de capçals de dutxa de baix consum, aixetes monocomandament i reductors de caudal a les aixetes estalvi fins a un 50% del consum d'energia i aigua.
- # Escollir aixetes reguladors de temperatura amb termòstat a la dutxa suposa un estalvi entre un 4 i un 6%.

“

Si regula el termo per sobre dels 60°C, reduirà la seva durada i malgastarà energia.

”



Il·luminació

- # Aprofiti la il·luminació natural. Utilitzi la llum artificial quan sigui necessari.
- # No deixi llums enceses en habitacions que no estigui utilitzant.
- # Si adapta la il·luminació a les seves necessitats i usa il·luminació localitzada: estalvia i aconsegueix ambients més confortables.
- # Utilitzi llums properes per a treballs com llegir, estudiar... i elimini les llums indirectes que suposin gran consum al tenir que ser de major potència.
- # Utilitzi colors clars en parets i sostres per a aprofitar millor la il·luminació natural i reduir l'artificial.
- # Instal·li interruptors dividits per a encendre solament les llums que siguin necessàries.
- # Estalviï energia amb detectors de presència en garatges i zones comuns per a que les llums funcionin automàticament.
- # Mantingui netes les làmpares, bombetes, tubs fluorescents i reflectors; augmentarà la lluminositat, sense augmentar la potència.
- # Si té il·luminació exterior al seu jardí, controli el seu funcionament mitjançant un programador o interruptor crepuscular.
- # Substitueixi les bombetes "normals" per altres de baix consum. El preu de compra és major però amortitzarà ràpidament la inversió doncs consumeixen un 80% menys i duren 8 vegades més.
- # Si té instal·lats tubs fluorescents, continuï utilitzant-los, consumeixen molt menys que les bombetes tradicionals.
- # La utilització de tubs fluorescents a les estances en les que es necessiti major quantitat de llum durant més temps, permet un estalvi d'energia de fins al 80%, i tenen una durada entre 8 i 10 vegades major que les bombetes incandescentes.
- # Pel seu elevat consum en encendre-las, vigili que no s'estiguin encenent i apagant amb freqüència. Deixi-les enceses si van a estar menys de 20 minuts apagades.
- # Utilitzi balastos electrònics en lloc de magnètics als tubs fluorescents, i no els deixi encesos si no els va a usar. Ja no consumeixen molt en encendre's.

“

Substitueixi les bombetes "normals" per altres de baix consum. El preu de compra és major però amortitzarà ràpidament la inversió doncs consumeixen un 80% menys i duren 8 vegades més.

Cuina

- # Cuinar amb olla a pressió i amb poca aigua suposa un estalvi del 50% d'energia.
- # Tapant les olles, cassoles i paelles conseguirem estalviar un 25% d'energia.
- # Els forns de convecció favoreixen la distribució uniforme de la calor, estalvien temps i gasten menys energia.
- # Estalvia energia si aprofita al màxim la capacitat del forn i cuina el major número d'aliments simultàniament.
- # No és necessari precalentar el forn per a coccions superiors a una hora, així estalviarà energia.
- # Utilitzi el rellotge programador avisador del seu forn. És un mode molt efectiu de controlar el consum d'energia.
- # No obrir el forn innecessàriament per a revisar el menjar. Cada cop que es fa es perd un mínim del 20% de l'energia acumulada.
- # Apagar el forn abans de finalitzar la cocció: la calor residual serà suficient per a acabar el procés.
- # No usar el forn per a cuinar petites quantitats d'aliments, ni per a re-escalfar o descongelar.
- # Mantenir els filtres de la campana en bon estat de neteja fan que aquesta sigui més eficient. És important seleccionar el nivell d'extracció.

“

Cuinar amb olla a pressió i amb poca aigua suposa un estalvi del 50% d'energia.

Frigorífic

- # No compri un equip més gran del que necessiti, i miri sempre l'etiquetatge energètic més eficient.
- # Si va a comprar un frigorífic, triï un model eficient i ecològic de classe A+++ o A++. Permeten estalviar fins a un 70% respecte a la mitja.
- # Substitueixi el seu refrigerador vell (de més de 10 anys) d'alt consum elèctric, per un modern de baix consum (consumeix 1/3 part d'electricitat). La diferència de cost es paga amb l'estalvi d'energia.
- # Instal·li el frigorífic i congelador el més lluny possible dels focus de calor (sol, forn, radiadors,...).
- # Procuri que la paret posterior del frigorífic estigui ben neta i ventilada.
- # Comprovi que la porta segelli perfectament.
- # Netegi, al menys un cop a l'any, la part posterior de l'aparell.
- # Desconnecti el seu frigorífic i netegi-lo amb un pany humit cada 2 mesos.
- # Descongelar-lo regularment: el gel crea un aïllament que pot suposar un 20% extra de consum elèctric.
- # Reguli la temperatura del frigorífic i congelador segons les instruccions del fabricant (per cada grau més de fred, el consum d'energia augmenta un 5%).
- # Eviti mantenir la porta oberta molt de temps: pot estalviar fins a un 5% d'energia.
- # Deixi que els aliments calents es refredin completament abans de col·locar-los a la nevera: estalviarà energia.
- # Descongelant els aliments a l'interior de la nevera aprofitem l'energia que s'ha utilitzat per a congelar-los.

“

Si va a comprar un frigorífic, triï un model eficient i ecològic de classe A+++ o A++. Permeten estalviar fins a un 70% respecte a la mitja.

Rentadora i assecadora

- # Si compra una rentadora nova, eligeixi models eficients i ecològics de classe A, permete estalviar més del 45% respecte dels de classe D.
- # Les rentadores termoeficients redueixen un 25% el temps de rentat i s'estalvia energia.
- # Les rentadores amb programes de mitja càrrega redueixen el consum de forma apreciable.
- # Les rentadores amb sonda d'aigua, que mesuren la brutícia de l'aigua i la canvien, redueixen el consum d'aigua i d'energia.
- # Utilitzi descalcificants i netegi regularment el filtre de la rentadora d'impureses i cal i estalviarà energia.
- # Si té contractada la Tarifa amb Discriminació Horària, posi la rentadora a les hores de descompte.
- # Si utilitza al màxim la capacitat de la seva rentador i secadora, redueix el consum d'energia i allarga la vida de l'electrodomèstic.
- # Disminueixi el número de sessions de rentat setmanal.
- # Limiti l'ús del pre-rentat a les peces molt brutes.
- # Al posar la rentaora, utilitzi programes a temperatura moderada, ja que el 90% de l'energia és per a escalfar l'aigua. Una bugada a 30°C en comptes de 60°C redueix el gast energètic a la meitat.
- # Per a estalviar energia, és recomanable centrifugar la roba abans de fucar-la a la assecadora. Un centrifugat de la rentadora a 1.200 revolucions, en comptes de a 700, redueix el consum de l'assecadora en un 20%.
- # Valori altres models d'assecadores que consumeixin menys: les de tecnologia de bomba de calor, la versió a gas i les que incloguin cicles de refredament progressiu.
- # Aprofiti la calor del sol per a assecar la roba i estalviarà energia.

“

Si compra una rentadora nova, eligeixi models eficients i ecològics de classe A, permete estalviar més del 45% respecte dels de classe D.

Rentavaixelles

- # Si va a comprar un rentavaixelles, triï un model eficient i ecològic classe A+++, permeten estalviar més del 45% respecte dels de classe D.
- # Un bon manteniment millora el rendiment energètic. Netegi el filtre i revisi els nivells d'abrillantador i sal.
- # Rentar els plats amb aigua calenta consumeix un 40% més d'energia que rentar amb rentavaixelles.
- # Tengui compte al col·locar els estris al rentavaixelles ja que l'aigua ha de circular entre ells amb facilitat.
- # Aprofiti al màxim la capacitat del rentavaixelles i seleccioni el programa adequat.
- # Si el rentavaixelles no està ple, pot pre-rentar amb aigua freda ja que facilita el rentat posterior.
- # Triï el programa més econòmic: aquest limita el consum d'aigua i escalfa a una temperatura adequada (50° C).

“

Rentar els plats amb aigua calenta consumeix un 40% més d'energia que rentar amb rentavaixelles.

Planxa

- # Revisi que el cable i la clavilla estiguin en bones condicions.
- # Vagi planxant la roba que requereixi de menys a més calor.
- # Aprofiti l'escalfament de la planxa per a planxar grans quantitats de roba de cop i estalviarà energia.
- # No deixi la planxa connectada innecessàriament.

“

Aprofiti l'escalfament de la planxa per a planxar grans quantitats de roba de cop i estalviarà energia.

Imatge i so

- # Desconnecti tots els aparells elèctrics que no estigui utilitzant, a l'estar connectats consumeixen energia (tot i no estar encesos).
- # Utilitzi "lladres" de connexió múltiple amb interruptor; al desconnectar el lladre estalvia energia.
- # On es vegi la televisió és recomanable tenir baixos nivells d'il·luminació, així evitarà el reflex a la pantalla i estalviarà energia.
- # Compri ordinadors que estiguin dotats de sistemes d'estalvi d'energia (Energy Star, Nutek, TCO...).
- # Els equips ofimàtics en estat mode de baixa energia consumeixen com a màxim un 15% del normal.
- # Estalviï energia apagant la pantalla de l'ordinador quan no vagi a utilitzar-lo durant períodes curts.
- # El monitor és el principal responsable de la despesa elèctrica dels ordinadors i el seu tamany determina el seu consum energètic.
- # Les pantalles LCD estalvien un 37% de l'energia en funcionament, i un 40% en mode d'espera.
- # El salvapantalles que menys energia consumeix és el de color negre.

“

Les pantalles LCD estalvien un 37% de l'energia en funcionament, i un 40% en mode d'espera.

Aspirador

12

- # Els filtres bruts i els dipòsits de pols i brutícia saturats fan que el motor treballi sobre càrregat i redueixi la seva vida útil.
- # Netegi o substitueixi els filtres o dipòsits segons sigui el cas i utilitzi l'accessori adequat per a cada tipus de treball.

“

Els filtres bruts i els dipòsits de pols i brutícia saturats fan que el motor treballi sobre càrregat i redueixi la seva vida útil.



Microones i torradora

- # La utilització del microones suposa un estalvi energètic entre un 60 i un 70% respecte dels forns convencionals.
- # Utilitzi-los d'acord a les especificacions del fabricant.
- # Mantingui'ls sempre nets de residus; així duraran més temps i consumiran menys energia.
- # Optimitzi l'ús dels seus aparells elèctrics. Per exemple, si la seva torradora és de dues ranures posi-la sempre amb dues torrades.

“

La utilització del microones suposa un estalvi energètic entre un 60 i un 70% respecte dels forns convencionals.





Av. El Prat, 17 -Pol. Ind. El Prat
43330 **Riudoms**

Ps. de la Sort 33 Loc.10
43830 **Torredembarra**

Tel | +34 **977 368 034**
info@solcam.es

 
www.solcam.es