

## Manuale d'uso per il corretto utilizzo dell'energia negli ambienti di lavoro

*Se tutti quanti ci comportassimo come un cittadino medio di un Paese ad alto reddito, consumando e sprecando energia e risorse in modo superiore alle reali esigenze, ci vorrebbero altri 2,6 pianeti per soddisfare le necessità dell'umanità. Ciascuno di noi può contribuire al risparmio energetico per conservare un ambiente vivibile alle generazioni future.*

Agorà è una realtà produttiva che ha nella responsabilità sociale di impresa un elemento fondante, che trova evidenza sostanziale e formale nell'adozione del Codice Etico, del Codice di condotta a contrasto del Mobbing, nel Modello Organizzativo di gestione e controllo ai sensi del D.lgs 231/2001 e nella ormai radicata tradizione della rendicontazione sociale annuale attuata attraverso la pubblicazione del Bilancio Sociale. L'essere impresa socialmente responsabile ci impone di assumere comportamenti responsabili in ogni aspetto del nostro agire; il manuale che segue vuole pertanto essere uno strumento operativo e di condotta in grado di stimolare e caratterizzare comportamenti virtuosi in tema ambientali di tutto il nostro personale.

La sempre maggiore attenzione alle tematiche ambientali, che una realtà sociale come la nostra deve avere e la consapevolezza che anche attraverso semplici comportamenti responsabili è possibile ridurre i consumi impongono alla nostra cooperativa l'adozione di linee guida tese a razionalizzare ed ottimizzare i consumi legati alle attività ed ai servizi da noi gestiti, oltre ad utilizzare esclusivamente, in tutte le nostre strutture, energia verde al 100% certificata da Power energia.

Questo manuale vuole pertanto richiamare l'attenzione di tutti i soci lavoratori, dipendenti e volontari di Agorà non solo sulle norme comportamentali di corretto utilizzo delle varie apparecchiature, ma anche su quelle legate al "buon senso", in modo che sia possibile attuare un uso responsabile e consapevole delle risorse energetiche che abbiamo a disposizione.

A titolo esemplificativo basta riflettere sul fatto che una maggior attenzione all'utilizzo delle utenze domestiche e delle apparecchiature d'ufficio possono comportare consistenti risparmi di energia. Basta pensare, a titolo d'esempio, che se in una struttura (ad esempio una Cet, Cea o Cse) vengono lasciati 3 apparecchi in stand by per tutta la giornata per un anno, il consumo corrisponde a circa 120 lavaggi con la lavatrice.

Mettere in atto buone norme che evitano inutili sprechi, consente infatti di ottenere un risultato immediato di risparmio economico anche al di là di investimenti tecnologici, comunque nel limite del possibile auspicati e perseguiti (primo tra tutti l'adozione di apparecchi a basso consumo, ecc.) impegnando fattivamente ciascuno di noi nella tutela e nel rispetto dell'ambiente e nella conservazione delle risorse naturali.

## ILLUMINAZIONE

- ↪ privilegiare l'utilizzo della luce naturale a quella artificiale. Dove possibile, alzare le tapparelle o aprire le persiane nelle ore di esposizione solare e non accendere le luci;
- ↪ non utilizzare tendaggi troppo spessi o di colore scuro al fine di non limitare troppo la diffusione della luce naturale
- ↪ ricorrere alla luce artificiale solo quando necessario ed esclusivamente per fornire la giusta illuminazione ricordandosi di verificare se la propria struttura utilizza supporti a basso consumo (in caso contrario provvedere alla loro sostituzione);

*Spegnere le luci degli ambienti quando non sono utilizzati. Organizzarsi in modo che l'ultimo operatore, ad uscire, si accerti dello spegnimento delle fonti illuminanti.*

## APPARECCHI PER UFFICIO

Tutte le apparecchiature utilizzate negli uffici (computer, fotocopiatrici, stampanti, fax, ecc...) consumano energia (anche quando sono in modalità stand-by).

### COMPUTER

- ↪ Spegnere il PC in caso di inutilizzo maggiore di un'ora. Il computer in stand-by riduce il consumo solo del 2%; spegnere completamente il computer e periferiche dopo l'uso non genera alcun costo, ma solo risparmio.
- ↪ Spegnere il monitor in caso anche di breve inutilizzo del PC, separatamente dall'unità operativa del computer. Questo non genera inconvenienti e consente di limitare considerevolmente i consumi elettrici (il solo schermo acceso comporta circa l'80-85% del consumo complessivo del computer). E' possibile eliminare la funzione "salvaschermo" sostituendola con quella di spegnimento del monitor.

E' buona norma non tenere il PC sotto tensione elettrica in quanto soggetto comunque agli sbalzi di tensione della rete elettrica, evitando inoltre sempre possibili dispersioni.

Le apparecchiature informatiche che rimangono collegate alla rete elettrica continuano inoltre ad assorbire un minimo di corrente.

Si pensi che una postazione lasciata "spenta" da lavoratori convinti di aver annullato il loro consumo, richiede una potenza dell'ordine dei 15 W; solo staccando la spina ogni sera si potrebbero risparmiare circa 15 €/anno.

### STAMPANTI, FAX, FOTOCOPIATRICI

- ↪ Prima di stampare un documento chiedersi se è necessario farlo oppure sia sufficiente la copia informatica;
- ↪ Prima di stampare un documento controllare l'anteprima di stampa onde evitare inutili sprechi di carta e inchiostro dovuti ad errori di impaginazione o altro;
- ↪ Privilegiare l'uso della posta elettronica per mandare messaggi e lettere.
- ↪ Ricordarsi di spegnere la stampante, il fax o la fotocopiatrice a fine giornata o quando è inutilizzata. Questo permette di ridurre il consumo di energia elettrica fino al 10%.

Nel caso in cui le apparecchiature dovessero essere condivise tra più colleghi, organizzarsi in modo che l'ultimo che esce dalla struttura si accerti del loro spegnimento.

### ALTRE APPARECCHIATURE ELETTRONICHE ED ELETTRICHE

- ↪ *Staccare il carica batterie* dalla presa dopo aver ricaricato il telefonino di servizio o altra apparecchiatura a batteria ricaricabile;
- ↪ Tutte le apparecchiature elettriche ed elettroniche presenti nelle strutture e/o uffici devono esse utilizzate secondo le relative istruzioni gestionali, curandone lo spegnimento dopo l'utilizzo.

## RISCALDAMENTO

Tenuto conto che il benessere termico è soggettivo e spesso non corrispondente a quello degli altri che condividono gli stessi spazi, si consiglia di utilizzare **indumenti idonei** al

proprio ambiente di lavoro e alle caratteristiche fisiche personali, nel rispetto delle norme comportamentali.

- ↪ Aprire le finestre, là dove è possibile, limitatamente al solo ricambio dell'aria, per i minuti necessari;
- ↪ In inverno, se la conformazione della struttura lo consente, chiudere le porte dei locali non utilizzati (in cui si sarà preventivamente agito sulla regolazione dei caloriferi) o di ambienti in immediato contatto con l'esterno, per evitare che il calore si propaghi in ambienti che non è necessario riscaldare;
- ↪ Non coprire i caloriferi accesi con oggetti o arredi.
- ↪ Nel caso di presenza di impianti a "pompa di calore" utilizzarli in alternativa all'impianto di caloriferi se la temperatura esterna non è inferiore ai 7° centigradi (al di sotto di questa temperatura la loro efficienza energetica diminuisce sensibilmente)
- ↪ Regolare la temperatura ambiente al massimo su 20°C salvo differenti esigenze specifiche della struttura
- ↪ In inverno, appena fa buio, è buona norma, dove è possibile, abbassare le tapparelle o chiudere le persiane: la dispersione di calore attraverso le finestre (specie se non dotate di vetri termici) si riduce sensibilmente.

*Non utilizzare nelle proprie strutture o uffici sistemi di riscaldamento mobili ad integrazione dell'impianto esistente salvo esigenze motivate ed autorizzate dal Coordinatore e dal responsabile della Sicurezza.*

## CONDIZIONAMENTO ESTIVO

Il condizionamento estivo è dal punto di vista energetico il consumo più importanti per gli edifici adibiti a uffici o a struttura diurna. Questi apparecchi per il loro funzionamento necessitano di grandi quantità di energia elettrica (a titolo esemplificativo si fa presente una stanza di circa 20 metri quadrati necessita di un condizionatore che consuma poco meno di 1 kwh se di nuova generazione in classe A).

- ↪ Regolare i condizionatori ad una temperatura non inferiore a 25°C e fissare una differenza di temperatura tra l'esterno e l'interno di non più di 5° C.
- ↪ Tenere le finestre e le porte chiuse (ove possibile) quando è acceso l'impianto di condizionamento.
- ↪ Non ostruire le prese di aspirazione e i condotti di uscita dell'aria dei condizionatori.
- ↪ Spegnerli i condizionatori all'uscita dal lavoro e impostarli in stand-by in caso di inutilizzo temporaneo dei locali.

Come nel caso del riscaldamento è importante utilizzare indumenti idonei al proprio ambiente di lavoro e alle caratteristiche fisiche personali, nel rispetto delle norme comportamentali.

## ALTRE ATTREZZATURE ELETTRICHE

All'interno delle strutture e degli uffici non devono essere presenti altre attrezzature elettriche oltre agli strumenti necessari per il lavoro o per il benessere degli ospiti delle nostre strutture. Pertanto, è vietato l'uso di stufette, fornelli e quant'altro non previsto per le necessità professionali e non autorizzate dai referenti e/o coordinatori di struttura. Si ricorda, altresì, che in ogni caso tutte le apparecchiature aggiuntive devono essere utilizzate seguendo scrupolosamente le istruzioni d'uso e la dove possibile nelle modalità a risparmio energetico.

## ASCENSORE

Scegliere le scale ogni volta sia possibile, rinunciando ad ascensori e scale mobili, è un modo di fare attività fisica facile, gratuito, alla portata anche dei più sedentari o indaffarati e integrabile senza sacrifici nella routine quotidiana. I benefici sono tantissimi e vanno dalla protezione cardiovascolare all'attivazione del metabolismo, dalla tonificazione muscolare alla riduzione del rischio di osteoporosi, passando per il miglioramento dell'umore e la regolarizzazione del peso. Comportamenti virtuosi in tal senso assumono poi una forte valenza educativa nei confronti dei beneficiari delle nostre attività.

- ↪ Quando stai per partire con l'ascensore e vedi una persona arrivare, non scappare: eviti una corsa in più
- ↪ Ricorda che salvo specifiche problematiche di salute, la dove l'edificio lo consente, fare le scale oltre che un esercizio efficace rappresenta anche un valido esempio di approccio dinamico nei confronti dei giovani beneficiari delle nostre strutture/servizi.

## ACQUA

Da un rubinetto normale fuoriescono circa 10 litri di acqua ogni minuto e da una doccia normale fuoriescono circa 20 litri di acqua ogni minuto. A questo punto diventa intuitivo calcolare quanto si consuma, anzi spesso si spreca, per l'acqua calda e/o fredda nelle nostre strutture e/o uffici. Tralasciando la parte economica, seppur importante, è bene agire per limitare lo spreco vero e proprio dell'oro blu! Cosa fare? Innanzitutto sarebbe molto utile eliminare o ridurre il più possibile gli sprechi di acqua:

- ↪ Usare in modo corretto la cassetta di scarico del bagno qualora sia dotata di doppio dispositivo di scarico;
- ↪ Regolare l'apertura del rubinetto a una giusta portata di utilizzo, evitando di tenerlo aperto inutilmente;
- ↪ Intervenire tempestivamente su eventuali perdite idriche degli apparecchi sanitari;
- ↪ Lavarsi i denti, le mani aprendo il rubinetto solo quando serve.
- ↪ Durante la doccia chiudere l'acqua quando ci si insapona.
- ↪ Usare i riduttori di flusso che permettono di risparmiare fino al 50% di acqua.

## ELETTRODOMESTICI

I consumi degli elettrodomestici rappresentano all'incirca l'80% dell'energia elettrica utilizzata in una abitazione. In linea di massima bisognerebbe provvedere alla sostituzione degli apparecchi che non risultino di classe A+. A titolo esemplificativo evidenziamo alcune tra le principali fonti di spreco facilmente evitabili:

Una televisione media consuma in stand by, cioè quando è spenta, da 1 a 4 watt, a seconda del modello e della dimensione. Una potenza elettrica modesta; il problema è che questi consumi continuano incessantemente per 20-23 ore al giorno e per 365 giorni all'anno. Morale: una televisione «spenta» per 20 ore al giorno, consuma, anzi spreca, la bellezza di circa 22KW/h in anno.

Gestire consapevolmente uno **scaldabagno** significa regolare il termostato a 45 gradi in estate e 60 gradi in inverno. Nel caso di Scaldabagno elettrici significa poi far verificare e pulire periodicamente la serpentina per eliminare i depositi calcarei che riducono la trasmissione di calore e aumentano i consumi. Una gestione legata alle stagioni e ad una normale cura dell'apparecchio determina di media un consumo ridotto del 30% rispetto ad una gestione delle temperature di uscita fissate costantemente sui 70°

Il corretto utilizzo della **Lavatrice** prevede di avviarla possibilmente solo a pieno carico. Separare il bucato in base al tipo di tessuto e di sporco e scegliere correttamente il programma per la biancheria non molto sporca, evitare il prelavaggio. Preferire i programmi di lavaggio a temperature non molto elevate, tenendo presente che i normali detersivi risultano già attivi a 40°

L'uso efficace della lavastoviglie prevede il suo avvio a pieno carico e, quando possibile, per lavaggi "rapidi" a freddo o adottando il programma economico, con ridotte quantità di detersivo, così facendo sarà possibile dimezzare i consumi. Riservare il ciclo intensivo solo a carichi con stoviglie particolarmente sporche; risulta efficace infine escludere dal programma la fase di asciugatura, aprendo lo sportello e lasciando circolare l'aria ottenendo praticamente gli stessi risultati con il 45% di elettricità in meno.

Rispetto al **Frigorifero e Congelatore** è bene attenersi a d alcune regole basilari quali: Collocare il frigorifero lontano da fonti di calore, lasciando uno spazio tra la parete e il retro dell'apparecchio per permettere l'aerazione; Riporre i cibi nel frigo ordinatamente e solo dopo che si siano raffreddati per evitare la formazione di brina sulle pareti; Regolare il termostato su posizioni intermedie; Aprire il minimo indispensabile la porta del frigo e tenerla aperta il meno possibile per evitare la dispersione del freddo; Verificare il buono stato delle guarnizioni della porta; Sbrinare il frigo regolarmente - la brina aumenta i consumi

Rispetto alle cotture con i **Forni domestici** è bene attenersi alle seguenti regole: Durante la cottura aprire lo sportello il meno possibile; spegnere il forno poco prima che la cottura sia completa e sfruttare il calore residuo; Pulire accuratamente il forno ogni volta che viene utilizzato.

Il presente manuale è rivolto a ciascun operatore della cooperativa Agorà che nel far propri i consigli in esso contenuti si dovrà impegnare all'implementazione e diffusione di comportamenti responsabili in tema ambientale anche al fine di provvedere a futuri e costanti aggiornamenti dello stesso