

# Il decalogo del “dipendente a risparmio energetico”

## **Risparmiare energia con il computer**

-Nei lunghi intervalli in cui non lavori al computer attiva la funzione stand-by da tastiera o dalle impostazioni del sistema operativo; ricordati che windows mette a disposizione la funzione “risparmio energia” con cui puoi regolare il tempo di spegnimento del monitor, della disattivazione dei dischi rigidi e della modalità stand-by o sospensione del PC.

-Elimina qualsiasi salvaschermo ( screen saver) in modo tale che disattivando il segnale del monitor puoi consentire un reale risparmio di energia.

-Se non utilizzi il PC per un lungo periodo di tempo ricordati di spegnerlo . Alla fine della giornata di lavoro stacca la spina del computer: il PC è uno di quegli elettrodomestici che assorbe una potenza elettrica anche da spento;

## **Risparmiare energia con la stampante**

-Ricordati di spegnere la stampante dell’ufficio o di rete, alla fine dell’orario di ufficio.

-Ogni volta che è possibile usa la carta riciclata

-Stampa con l’opzione fronte/retro

-Utilizza ogni volta che è possibile la modalità di stampa a bassa risoluzione (“economy” o “draft”)

-Per quanto possibile stampa tutti i documenti in un’unica sessione evitando che la stampante debba ogni volta raggiungere la temperatura adeguata per la stampa.

-Molto spesso capita di stampare un documento condiviso: invece di stamparlo lavoraci in formato elettronico utilizzando la funzione “Commento”

- Prima di stampare un documento accertati che sia veramente utile: un po’ di tempo dedicato ad una lettura veloce “a video” faranno risparmiare in termini di carta ed energia.

## **Risparmiare energia con la fotocopiatrice**

-Se la fotocopiatrice non possiede l’opzione di stand-by automatico ricordati di inserirla sempre dopo l’uso.

-Alla fine dell’orario di ufficio è opportuno spegnere la fotocopiatrice e disconnetterla dalla rete in special modo se resta inutilizzata per lunghi periodi come ad esempio i fine settimana e le festività.

-Quando possibile, fotocopia almeno con modalità fronte/retro e usa la carta riciclata.

### **Risparmiare energia con l'ascensore e l'illuminazione**

- Evita di usare l'ascensore tutte le volte che puoi facendo invece le scale a piedi; oltre a risparmiare energia contribuirai a mantenere integro il tuo stato di salute prevenendo sovrappeso e sedentarietà e di conseguenza l'insorgere di malattie cardiovascolari.
- Calibra l'illuminazione in base alle reali necessità: spesso è sufficiente utilizzare il 50% dei neon disponibili , specialmente nelle giornate di sole.
- Spegni le luci quando esci dall'ufficio e dagli ambienti comuni (bagni, sale riunioni, ecc....)

### **Risparmiare con la climatizzazione**

- In inverno evita di aprire le finestre se fa troppo caldo: se puoi abbassa il riscaldamento.
- In estate tieni le finestre chiuse quando è acceso l'impianto di condizionamento.
- In inverno evita di tenere le porte aperte per evitare che il calore si propaghi in ambienti che non è necessario riscaldare.
- Qualunque sia il tipo di radiatore non ostacolare la circolazione dell'aria , pertanto non coprire o ostruire i radiatori .