

Consells per a **NO** passar **CALOR** a l'**ESTIU** a la **casa**

1. VENTILA

Aprofitar la ventilació natural a les hores més fresques és una forma eficaç d'aconseguir una refrigeració passiva.

Obrir a primera hora del dia i a última, quan no hi ha sol i la temperatura és més fresca, permet que circule l'aire fresc i elimine l'aire calent de l'interior.

Això pot ajudar a **reduir la temperatura interior** i millorar la qualitat de l'aire sense necessitat de sistemes d'aire condicionat que consumixen energia.

4. OMBREJA

Les persianes, els estors i les cortines són una estratègia versàtil i eficaç per a controlar la temperatura interior i reduir el consum d'energia.

Els tendals proporcionen ombra, redueixen la quantitat de calor que entra a l'interior i ajuden a mantindre fresc l'espai. És important que siguin de colors clars per a evitar bosses d'aire calent baix la tela.

Millora el confort de ta casa i *estalvia* en la teua factura energètica.

2. REFREDA

Si ja has ventilat la teua llar i necessites refredar més l'habitatge pots utilitzar ventiladors. **Els ventiladors utilitzen fins a 15 vegades menys energia que un aire condicionat.**

Si és necessari incorporar aire condicionat pots optar per un climatitzador evaporatiu, consumixen la meitat que un aire condicionat i són portàtils.

Coneixes el mode deshumidificador del teu aparell d'aire condicionat? **Este programa reduix la humitat ambiental i genera sensació de frescor alhora que estalvia un 25% del consum de l'equip.**

No oblidis que la temperatura òptima d'un aire condicionat està entre els 24 °C i 26 °C. Cada grau de menys augmenta el consum en un 8%.

Recorda mantindre nets els filtres del teu equip. **Un bon manteniment pot estalviar fins a un 15% del consum energètic de l'aparell.**

3. HUMIDIFICA (si és necessari)

Els dies de calor seca i alta temperatura podem millorar el confort de la casa incorporant humitat ambiental. **Un truc per a aconseguir-ho és col·locar davant del ventilador un recipient amb gel o teixits humits davant les finestres.**

Làminas solars? És un material de protecció solar que pot aplicar-se a les finestres per a bloquejar els raigs UV i infrarojos i reduir la calor solar. Ajuda a evitar que l'interior es calfe massa i reduix la necessitat d'aire condicionat. Pot ser una bona alternativa als tendals i altres dispositius d'ombreig exterior quan aquests no poden instal·lar-se. Són econòmiques i es poden retirar a l'hivern per a aprofitar la radiació i reduir el consum de calefacció

Has de portar cura en la instal·lació en finestres on es puguin donar temperatures diferencials.



5. VEGETALITZA

Les plantes són les nostres grans aliades per a millorar la temperatura i la humitat. **Quan transpiren alliberen humitat en l'aire i ajuden a refredar l'espai.**

Si tens balcons, et proporcionaran ombra i farà que les teues parets es calfen menys.

Les plantes amb més fulles i major superfície, com les falagueres, els ficus o el llorell alliberen més humitat i refresquen més.

El moviment de les fulles fa la funció de ventilador natural.

6. AÏLLA

Rehabilitar i incorporar aïllament en ta casa pot ser una gran solució contra la calor. Els aïllants protegeixen ta casa de les temperatures exteriors tant a l'hivern com a l'estiu. **Perquè funcionen bé enfront de la calor és necessari combinar un bon aïllant amb una bona ventilació.** Acudix a la teua Oficina de l'Energia més pròxima per a saber si esta actuació seria recomanable en el teu cas.

Una altra opció de baix cost és la instal·lació de borlets. Els borlets són elements que s'utilitzen per a segellar els buits al voltant de les finestres i portes per a evitar que l'aire calent entre a la casa.

7. CANVIA ELS TEUS HÀBITS

Compte amb l'ús dels electrodomèstics: la teua cuina, el teu forn o el teu televisor calfen ta casa. Evita cuinar durant molt de temps, per a no tindre fonts de calor prolongades dins de casa.

Passa per qualsevol de les nostres oficines per a conèixer com millorar el teu habitatge, reduir la teua factura energètica i aconseguir una casa confortable i sostenible.

8. ACUDEIX AL TEU REFUGI CLIMÀTIC MÉS PRÒXIM

Si ja no pots refredar més la teua llar, refugia't en un espai fresc a prop: parcs, piscina, platja. A València l'Ajuntament ha posat a la teua disposició una Xarxa de Refugis Climàtics. **Hi ha ja més de 40 equipaments públics oberts per a acollir-te durant l'estiu: biblioteques, museus, i altres espais públics frescos.** I sempre pots acudir a la teua Oficina de l'Energia més a prop, formem part d'aquesta Xarxa, t'esperem.

CONTACTE

@ oficinaenergia@valenciasostenible.com

☎ 961061582

@ valenciasostenible.com/es/oficina-de-la-energia/



OFICINA AIORA

C/ José María Haro Salvador,
9-11, 46022 València.

OFICINA PARC OEST

C/ d'Enguera, s/n (xalet,
parc de l'oest), 46018
València.

OFICINA

TORREFIEL-ORRIOLS

Galeria comercial del mercat
de Torrefiel,
Sant Domènec Savi, 77
46019 València.



**AJUNTAMENT
DE VALÈNCIA** | **capi
casal**



València Sostenible
Oficina de l'Energia