

## REGOLE DI AERAZIONE

### Aerare e riscaldare correttamente gli ambienti — Per risparmiare energia ed evitare l'umidità

Le misure preventive sono efficaci e facili da osservare e servono in primo luogo a salvaguardare la propria salute e il proprio benessere.

L'aria calda può contenere una maggiore quantità di umidità rispetto all'aria fredda. Questo può far sì che da aree fredde della stanza come ad es. pareti, finestre ecc. l'aria condensi e cada sotto forma di acqua. L'ingresso di aria fresca riduce considerevolmente l'umidità atmosferica nella stanza. Con una corretta aerazione si riduce anche il consumo energetico.

È necessario osservare le seguenti regole per avere e mantenere un clima sano in casa:

#### Temperature corrette:

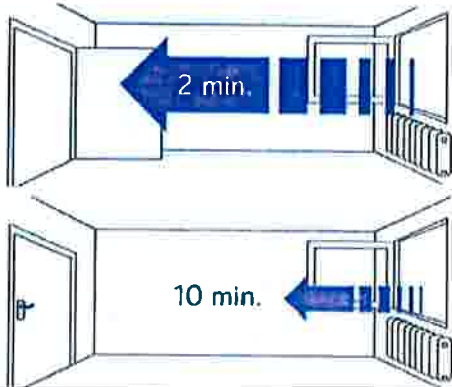
Non surriscaldare le stanze.

Se non si è in casa non spegnere mai completamente il riscaldamento. Si risparmia, infatti, lasciandolo acceso ad una temperatura più bassa.

Lasciare chiuse le porte che separano stanze riscaldate in modo diverso.

Non lasciare mai riscaldare la camera da letto fredda da altre stanze. Questo può causare la formazione di muffa.

#### Aerare correttamente:



Far aerare dall'interno verso l'esterno.

Far circolare l'aria attraverso la casa (almeno attraverso due finestre, una opposta all'altra)

Far aerare con qualunque tipo di clima, anche in caso di pioggia. L'aria fredda esterna è più asciutta di quella calda interna.

Quanto più fresca è la temperatura della stanza, tanto più spesso deve essere aerata. Quanto più freddo è all'esterno, per meno tempo si deve far aerare. Tenere le finestre completamente aperte per poco tempo. Tenerle socchiuse non inutile poiché si spreca energia e si può formare la muffa.

Far aerare più spesso in caso di finestre con vetri spessi e isolanti. I bagni interni necessitano di una ventilazione meccanica continua.

#### Momento corretto per far aerare:

Far cambiare aria completamente ogni mattina, far circolare la corrente d'aria e tenere ben aperta la finestra di ogni stanza.

Far cambiare aria nuovamente la sera, inclusa la camera da letto.

#### Durata corretta:

La durata necessaria per far cambiare aria dipende dalla differenza tra temperatura interna ed esterna e dal vento. In caso di poco vento e bassa differenza di temperatura tra esterno e interno sono sufficienti di solito pochi minuti. Far aerare i bagni verso l'esterno e attraverso la via più breve.

Quando si cucina, si lascia asciugare il bucato e si stira: tenere la porta chiusa e far aerare il prima possibile o più spesso verso l'esterno.

#### Pareti esterne fredde:

Disporre i mobili (ad es. le pareti degli armadi) a una distanza di pochi centimetri tra il pavimento e la parete.