

Buone abitudini per il 18 febbraio (e anche dopo!) in ufficio... e a casa

In ufficio.....

1. **Non** stampare documenti provvisori, controlla l'anteprima di stampa e riutilizza i fogli di stampa se sono stampati solo da un verso
2. **Se** la stampante lo consente, utilizza stampanti e fotocopiatrici con funzione **fronte/retro**;
3. **Riutilizza** i fogli di carta scartati, e stampati solo da un verso per i bloc notes, stampa di bozze o supporti per lucidi.
4. **Per** i documenti non ufficiali, imposta di default il carattere **Spranq Eco Sans** che fa risparmiare fino al 20% di inchiostro, lo puoi scaricare liberamente al link http://www.ecofont.eu/ecofont_it.html installarlo è davvero semplice.
5. **Usa** i contenitori di raccolta differenziata che sono presenti nel tuo ufficio, se invece non ci sono richiedi che vengano messi;
6. **Adotta** lampade a alta efficienza o a basso consumo energetico.
7. **Non** lasciare le luci accese quando non sono necessarie e adotta sistemi di stand-by

8. **Mantieni** all'interno dell'ufficio temperature non troppo elevate (18°-20° C) chiudendo, se necessario, i caloriferi.
9. **Non** venire, se puoi, al lavoro in auto da solo vieni con i colleghi o utilizza la bici o i mezzi pubblici
10. **Evita** di utilizzare l'ascensore per salire o scendere pochi piani, farai ginnastica e risparmi energia.
11. **Preferisci** la luce naturale e colloca le postazioni di lavoro a non più di 3 metri di distanza dalle finestre;

A casa.....

1. **Sbrina** frequentemente il frigorifero; tieni la serpentina pulita e distanziata dal muro in modo che possa circolare l'aria
2. **Metti** il coperchio sulle pentole quando fai bollire l'acqua ed evita sempre che la fiamma sia più ampia del fondo della pentola
3. **Abbassa** i termosifoni se hai troppo caldo invece di aprire le finestre, come negli ambienti di lavoro
4. **Riduci** gli spifferi degli infissi riempiendoli di materiale che non lascia passare aria
5. **Utilizza** le tende davanti ai vetri, gli infissi e le porte esterne per creare "isolamento"

6. **Non tenere** le tende chiuse davanti ai termosifoni

7. **Inserisci** apposite pellicole isolanti e riflettenti tra i muri e i termosifoni

Fonte: Assessorato territorio e ambiente - Assessorato attività produttive - Regione Autonoma Valle d'Aosta