

· MANUAL DE POUPANÇA ENERGÉTICA ·

Reduza a
sua fatura
energética
até 40%.

LOJA DA
POUPANÇA
Energética
DE SEIA



Siga as nossas sugestões
e consiga reduções no seu
consumo entre 10 a 40%.

Promotores



seia

ec  SEIA
low carbon city

Parceiro





Eficiência energética

A energia faz parte da nossa vida. Chegamos de carro a casa, acendemos as luzes, tomamos um banho quente, vamos buscar uma bebida fresca ao frigorífico, aquecemos o jantar, vemos televisão, carregamos o telemóvel... O desafio atual é usá-la de forma mais eficiente: gastar menos energia mantendo o nível de conforto. A eficiência energética é conseguida evitando o desperdício de energia através de equipamentos e edifícios mais eficientes e alteração de alguns hábitos. A aplicação de medidas simples, de nulo ou baixo custo, resultam na poupança de 10 a 40% do consumo.



Consumo de energia

Esta é a forma como uma família média portuguesa gasta energia. A maior parte do gasto anual de energia é feito em combustível para o carro. Em casa, a maior fatia do gasto é em energia elétrica. O maior gasto de energia ocorre na cozinha. Para saber como poupar em cada tipo de consumo siga para as páginas.

Fonte: Inquérito ao Consumo de Energia no Sector Doméstico 2010, Editado pelo Instituto Nacional de Estatística, I.P. e Direcção-Geral de Energia e Geologia em 2011

Notas:

* Percentagem do consumo total de energia de uma família média portuguesa (Tep)

** Gasto anual médio por família (em euros)

*** A cozinha inclui fogão com forno, placa, forno independente, fogareiro, lareira, micro-ondas, exaustor/extrator, frigorífico (com e sem congelador), combinado, arca congeladora, máquina de lavar loiça, máquina de secar roupa e máquina de lavar roupa.



Energia elétrica
63%



Gás
31%



Lenha
3%



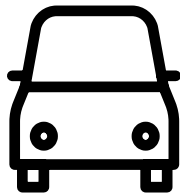
Outros
3%

Casa 49%*

840€ **



Pág: 16



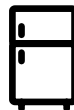
Pág: 20

Carro 51%*

1002€ **

Cozinha ***
40%

Pág: 6



Aquecimento águas
28%

Pág: 14



Aquecimento ambiente
11%

Pág: 18



Equipamentos ****
15%

Pág: 10



Iluminação
6%

Pág: 12



**** Os equipamentos elétricos incluem aspirador, aspiração central, ferro de engomar, máquina de engomar, desumidificador, televisão, rádio, aparelhagem, leitor de dvd, computador, impressora e impressora/fax.

Eletrodomésticos


Uma importante fatia do nosso consumo energético acontece na cozinha, onde se juntam a maioria dos eletrodomésticos: o frigorífico, o forno e fogão, as máquinas de lavar roupa, louça, o exaustor, o micro-ondas, entre outros. Cerca de 35% de toda a energia consumida na cozinha é elétrica.

Compre melhor.

Comprar um equipamento eficiente é a primeira medida para reduzir o consumo de energia. Por isso, quando comprar procure a Etiqueta Energética da União Europeia. Esta permite comparar produtos com base nos mesmos critérios (consumo de energia, nível de ruído, entre outros). Neste momento coexistem no mercado duas etiquetas (a antiga e a nova). Em ambas, a eficiência energética é apresentada numa escala de cor e letras. A cor verde (letras A +++ a A) é a mais eficiente.

Usar o bom senso.

Avalie bem as suas necessidades. Por exemplo, comprar um equipamento eficiente mas que tem uma capacidade superior à necessária é um verdadeiro desperdício. Para fazer a melhor compra considere a dimensão da família e o uso que irá fazer do equipamento.

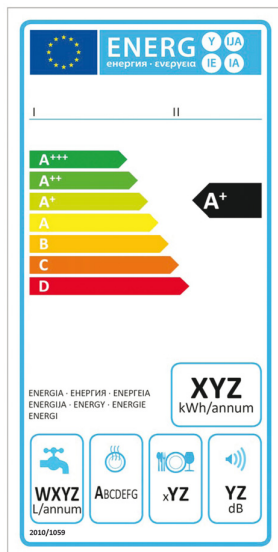
Energy		Washing machine
Manufacturer Model		
More efficient		A
A		
B		
C		
D		
E		
F		
G		
Less efficient		
Energy consumption kWh/cycle (Based on standard test results for 60°C cotton cycle) <small>Actual energy consumption will depend on how the appliance is used.</small>		0.95
Washing performance <small>A: higher G: lower</small>	A B C D E F G	
Spin drying performance <small>A: higher G: lower Spin speed (rpm)</small>	A B C D E F G	1400
Capacity (cotton) kg		5.0
Water consumption l		55
Noise (dB(A) re 1 pW)	Washing Spinning	5.2 7.0
<small>Further information is continued in product brochures</small>		

▲ Antiga Etiqueta Energética da União Europeia.

Está presente em máquinas de lavar e secar roupa, secadores de roupa, fornos elétricos, aparelhos de ar condicionado, cilindros de aquecimento de água, lâmpadas.

Decifre as etiquetas.

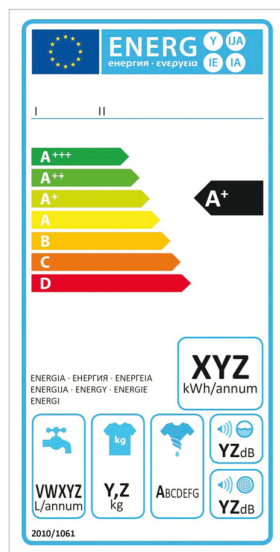
Apesar das tentativas de simplificar a informação, continua a ser um desafio para o consumidor decifrar o significado das etiquetas. Partilhamos algumas dicas.



▲ Nova Etiqueta Energética da União Europeia.

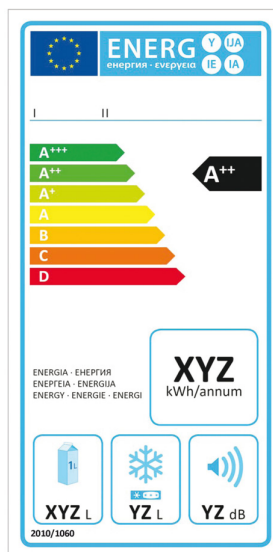
Está presente em equipamentos de frio, máquinas de lavar roupa, máquinas de lavar loiça, televisores. O objetivo é que esta etiqueta substitua a anterior em todas as tipologias de produtos.

Pode saber mais em www.newenergylabel.com



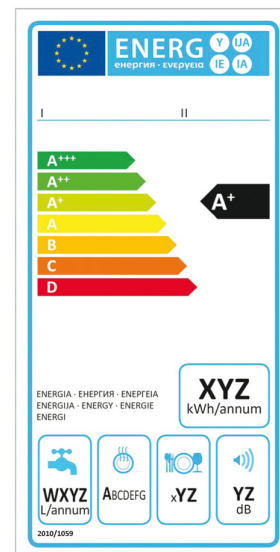
▲ Máquina de lavar roupa.

Consumo anual de energia ponderado, em kWh, baseado em 220 ciclos de lavagem standard. Emissão de ruído em decibéis durante as fases de lavagem e centrifugação, no programa normal de lavagem de algodão a 60° em plena carga. Classe de eficiência de centrifugação. Capacidade nominal em kg, para o programa normal de algodão a 60° ou 40° em plena carga. Consumo de água anual em litros e em kWh, baseado em 220 ciclos de lavagem standard.



▲ Aparelhos de frio doméstico.

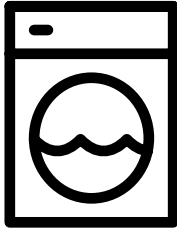
Consumo anual de energia em kWh, com base em resultados de teste standard para 24h de consumo. Emissão de ruído em decibéis. Soma do volume útil de todos os compartimentos de congelação. Soma do volume útil de todos os compartimentos que não são de congelação.



▲ Máquina de lavar loiça.

Consumo anual de energia ponderado, em kWh, baseado em 280 ciclos de lavagem standard. Emissão de ruído em decibéis. Capacidade em serviços de loiça standard. Classe de eficiência de secagem. Consumo anual de água, em litros, baseado em 280 ciclos de lavagem standard.

Eletrodomésticos



A forma como os eletrodomésticos são usados permite poupar energia. Há um pequeno conjunto de boas práticas que pode facilmente adotar no seu dia a dia e que revertem numa redução significativa da sua fatura de eletricidade.

Forno.

Os fornos a gás são energeticamente mais eficientes que os elétricos. No caso dos elétricos saiba que um de classe energética G consome mais do dobro da energia de um da classe A. Com medidas simples pode conseguir mais de 50% de poupança.

- ▶ Não abra o forno desnecessariamente (em cada abertura perde 20% da energia acumulada no interior).
- ▶ Procure aproveitar ao máximo a capacidade do forno e cozinhe, se possível, o maior número de alimentos.
- ▶ Normalmente não é necessário pré-aquecer o forno para cozinhados com duração superior a 1 hora.
- ▶ Desligue o forno um pouco antes de acabar o cozinhado: o calor residual é suficiente para terminar.
- ▶ Os fornos com ventilação interna favorecem a distribuição uniforme de calor (gastam 30% menos energia).
- ▶ Os recipientes de cerâmica ou vidro retêm melhor o calor (pode baixar a temperatura, poupando energia).
- ▶ O micro-ondas reduz o consumo de energia em 60% a 70% em relação ao forno tradicional.

Frigorífico.

É o eletrodoméstico que mais energia consome. Por estar permanentemente ligado tem um consumo considerável, ainda que a potência seja baixa (200 W). Com medidas simples pode conseguir 50% de poupança.

- ▶ Prefira um com eficiência energética A+++.
- ▶ Mantenha-o num local fresco, ventilado e afastado de fontes de calor, como fornos.
- ▶ Mantenha a grelha traseira cerca de 10 cm afastada da parede e limpe-a uma vez por ano.
- ▶ Descongele antes que a camada de gelo atinga 3 mm de espessura. Poderá conseguir poupanças até 30%.
- ▶ Prefira um "no-frost". Tem circulação contínua de ar que evita a formação de gelo.
- ▶ Certifique-se que as borrachas de vedação das portas estão em boas condições. Evita perdas de frio.
- ▶ Evite colocar alimentos quentes (deixe arrefecer no exterior) e não tenha o frigorífico muito carregado.
- ▶ Abra a porta o menos possível e feche-a rapidamente. Evitará desperdícios.
- ▶ Ajuste o termostato de forma a manter a temperatura de 5 °C no frigorífico e 18 °C no congelador.

Máquina de lavar roupa.

Entre 40 a 90% da energia que consome é utilizada para aquecer a água, pelo que se recomenda o uso de programas de baixas temperaturas. Com algumas medidas simples pode conseguir 50% de poupança.

- ▶ Prefira uma com eficiência energética A+++.
- ▶ Utilize a máquina com a carga completa ou compre uma com programa de meia carga.
- ▶ Use programas de baixa temperatura combinados com um detergente adequado (se baixar a temperatura de 60 °C para 30 °C economiza 60% da energia).
- ▶ Use a pré-lavagem apenas se a roupa estiver muito suja.
- ▶ Selecione o programa adequado para o tipo de roupa que vai lavar.
- ▶ Limpe regularmente o filtro e use produtos anticalcário. Melhora o desempenho, poupando energia.
- ▶ Se a sua tarifa se ajustar opte pelos períodos de vazio para lavar a roupa.

Máquina de lavar loiça.

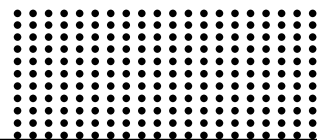
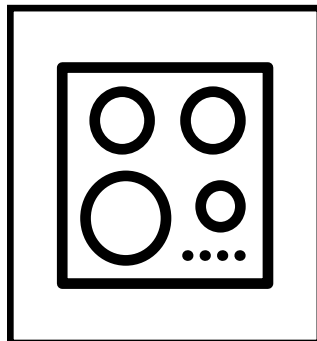
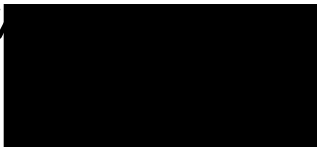
É um dos eletrodomésticos que mais energia consome, correspondendo 90% desse consumo ao aquecimento da água. Com algumas medidas simples pode conseguir 50% de poupança.

- ▶ Prefira uma com eficiência energética A+++.
- ▶ Utilize-a preferencialmente cheia, otimizando assim o consumo. Com meia carga ou louça pouco suja, use programas curtos ou económicos (eco), de baixa temperatura.
- ▶ Evite usar o ciclo de pré-lavagem, que deve ser utilizado apenas com loiça muito suja. Limpe frequentemente o filtro. Esta manutenção permite poupar energia.
- ▶ Se a sua tarifa se ajustar opte pelos períodos de vazio para lavar a loiça.

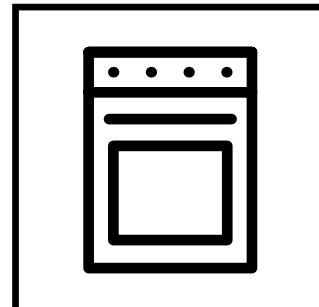
Placa.

Pode ser a gás ou elétrica. No caso das placas elétricas, estas podem ser de resistência convencional, de vitrocerâmica ou de indução. As placas de indução são mais rápidas e eficientes. Com medidas simples pode conseguir mais de 50% de poupança.

- ▶ Utilize painéis com fundos de grande difusão de calor (térmicos e bem planos).
- ▶ Use recipientes cujo fundo seja ligeiramente maior do que o bico da placa, de modo a aproveitar o calor.
- ▶ Sempre que possível, utilize painéis de pressão: consomem menos energia e poupam tempo.
- ▶ Tape as painéis durante a cozedura: consumirá menos energia. Inicie a cozedura dos alimentos levando-os à fervura e depois mantenha em lume brando até estar pronto.
- ▶ Aproveite o calor residual da placa, apagando-a minutos antes da refeição estar pronta.

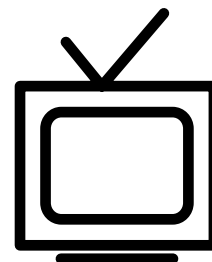


! Por regra, os pequenos eletrodomésticos que se limitam a realizar alguma ação mecânica (picar, bater, cortar, etc.) têm potências baixas (exceto o aspirador) e os que produzem calor (torradeira, grelhador, etc.) têm potências maiores e, conseqüentemente, consumos mais elevados.



Equipamentos

Apesar da potência da maioria destes equipamentos ser baixa o seu uso é constante, o que faz deles verdadeiros ‘vampiros’ de energia elétrica. A televisão, aparelhagem, computador, impressora fazem parte deste grupo. Mas a estes junta-se ainda o ferro de engomar e o aspirador. No total representam 15% do custo total de energia da nossa casa.



Televisão.

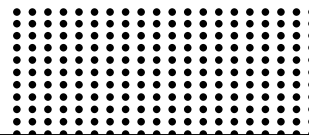
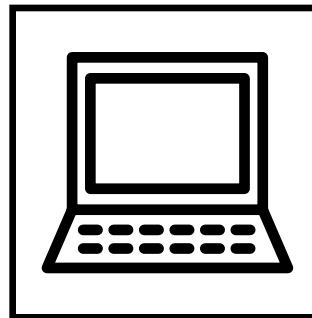
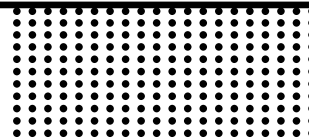
Por regra em cada residência há várias televisões. Apesar de as televisões serem atualmente mais eficientes do ponto de vista energético – LCD, LED e com função de adaptação da imagem do ecrã à luz ambiente – há um pequeno conjunto de medidas que pode por em prática. Cerca de 9% da energia elétrica das nossas casas é consumida apenas pelos equipamentos audiovisuais.

- ▶ Prefira a tecnologia LED ou LCD em vez da de plasma. As primeiras são energeticamente mais eficientes.
- ▶ Evite ligar a televisão só para servir de companhia, bem como adormecer com ela ligada.
- ▶ Evite ter vários aparelhos ligados ao mesmo tempo.
- ▶ Não deixe a televisão em modo de espera, desligando-a diretamente no aparelho. Nesse modo pode consumir até 15% da energia usada em condições normais.
- ▶ Ligue a televisão e outros equipamentos audiovisuais (sistema de som, DVD, descodificador digital, etc.) a uma ficha múltipla com botão de ligar e desligar. Ao desligar este botão, apaga todos os aparelhos, obtendo poupanças superiores a 40 € por ano.

Computador.

Hoje em dia são usados em muitos locais de trabalho e também nas nossas casas. Podem ser computadores de mesa ou portáteis, mas todos podem ser escolhidos e manejados de modo a gastar menos energia.

- ▶ Os computadores portáteis consomem até menos 90% de energia que os computadores de secretária.
- ▶ Ligue os equipamentos apenas quando estão em uso e quando terminar não se esqueça de os desligar.
- ▶ Programe as definições do seu computador para este se desligar automaticamente (ou hibernar) após meia hora sem utilização.
- ▶ O ecrã do computador é o componente que mais energia consome. Opte por monitores LCD ou LED.
- ▶ A proteção do ecrã que mais energia poupa é a totalmente negra.
- ▶ Pode ligar os vários equipamentos informáticos a uma ficha múltipla com botão de ligar e desligar. Ao desligar este botão, os aparelhos são apagados, poupando energia.
- ▶ Ao adquirir uma impressora procure escolher um modelo que imprima dos dois lados. Evite imprimir documentos, poupa energia, tinteiros e papel.
- ▶ A impressora de jato de tinta gasta até menos 95% de energia que a impressora a laser.

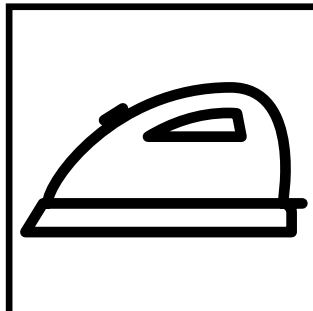


Ferro de engomar.

Passar a roupa a ferro pode ser um desafio. É uma atividade que tem tendência a alongar-se no tempo e que pode estar sujeita a interrupções. Um telefone toca, os miúdos pedem o lanche...

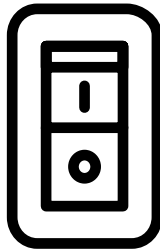
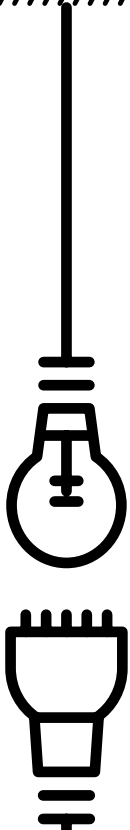
- ▶ Se tiver que interromper a tarefa não deixe o ferro ligado.
- ▶ Quando ligar o ferro tente otimizar a energia passando a maior quantidade de roupa possível e evitando ligar o ferro para passar apenas uma ou duas peças.
- ▶ Selecione a temperatura correta para cada tipo de tecido, iniciando o trabalho pelas roupas que precisam de temperatura mais elevada.
- ▶ Desligue o ferro uns minutos antes de terminar e deixe para o final aquecer as peças que não precisam de tanto calor para ficarem bem passadas.

! Prefira equipamentos com a etiqueta Energy Star. Passam automaticamente ao modo de baixo consumo (estado de repouso), reduzindo-se o gasto de energia a 15% face ao estado ativo.



Iluminação

Uma iluminação adequada em cada divisão da casa melhora grandemente o nosso conforto. Atualmente, graças aos avanços tecnológicos, existem no mercado lâmpadas com uma excelente luminosidade que apresentam igualmente uma elevada eficiência energética: permitem economizar 80% do consumo de eletricidade.



Luz natural.

A eficiência energética começa aqui. Tire o melhor partido da luz solar nas divisões da sua casa. Para a potenciar prefira cores claras nas paredes e tetos. Estas refletem melhor a luz reduzindo a necessidade de luz artificial.

Iluminação artificial.

Para aumentar a eficiência energética adapte a iluminação às suas necessidades e prefira a luz localizada. Além de poupar terá ambientes mais confortáveis. Mantenha limpas as lâmpadas e candeeiros. Naturalmente, apague as luzes nas divisões que não estão em uso (para facilitar instale detetores de presença para que as luzes se acendam e apaguem automaticamente).

Halógeno.

Apesar de os avanços tecnológicos terem aumentado a sua eficiência e tempo de duração recomenda-se evitar, já que existem no mercado opções que oferecem uma iluminação semelhante e que permitem economizar até 90% da energia que estas consomem: é o caso das lâmpadas LED.

Fluorescentes tubulares.

São ideais para locais onde a qualidade da luz não é importante (garagens) ou necessite de luz durante horas seguidas (cozinha). Se fundirem deve entregá-las na loja ou ecocentro. Se partirem abra a janela durante 15 minutos, recolha os resíduos com luvas de borracha e coloque em saco fechado.

Fluorescentes compactas.

Existem em vários tamanhos, formas e casquilhos e substituem na perfeição as lâmpadas tradicionais. Duram cerca de 10 anos e poupam 80% da energia. Conhecidas como economizadoras ou compactas são recomendadas para uso contínuo superior a 1 hora. Há lâmpadas indicadas para zonas de descanso (branco quente) e outras para zonas de atividade (branco frio).

Incandescentes.

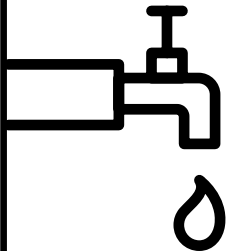
Já não estão disponíveis no mercado. São de baixa eficiência. Apenas 10% da energia reverte para iluminar. A restante é transformada em calor, o que representa um grande desperdício energético. Se ainda tiver destas lâmpadas em casa deve substituí-las por fluorescentes compactas ou LED.

LED.

Há-as em distintas formas para substituição direta de lâmpadas incandescentes, de halógeno e fluorescentes. São as mais eficientes, poupando até 90% de energia. São mais caras do que as compactas mas duram 30 anos, dão luz imediata quando se ligam e resistem a um elevado número de ciclos de ligar/desligar. A tecnologia LED não tem tóxicos na sua composição.



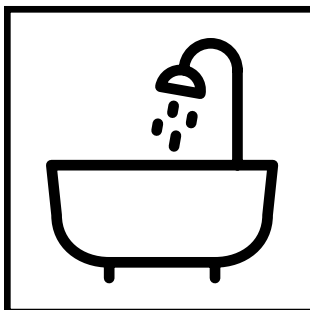
Aquecimento de águas



É uma das importantes fatias de consumo de energia nas nossas casas: quase um terço da fatura energética deve-se aos banhos. Os principais sistemas de aquecimento de água são os instantâneos ou acumuladores, sendo estes últimos mais eficientes.

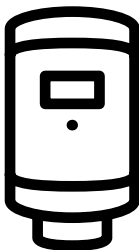
Água e energia.

A primeira regra linear é que quanto mais água gastar, mais energia consome (para a aquecer). Assim, economizar água resulta também numa poupança de energia. Complementarmente pode ter cuidados simples, como regular os termostatos dos equipamentos para que a temperatura da água seja adequada à altura do ano. No verão pode estar morna. Se usar sistemas instantâneos evite usar a torneira da água quente para usos breves: cada vez que abre a torneira ativa o equipamento, o que implica consumo e desgaste desnecessários, e se o uso for de curta duração provavelmente fecha a torneira antes de sair a água quente. Resultado: não usa a água quente e desperdiçou recursos e dinheiro no processo.

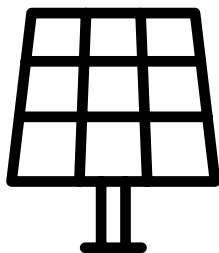


Ao desperdiçar água desperdiça energia e dinheiro, por isso é também importante mudar alguns comportamentos e fazer algumas alterações.

- ▶ use autoclismos de dupla descarga.
- ▶ feche a torneira durante atividades como barbear, lavar os dentes, ensaboar as mãos.
- ▶ não deixe a água a correr enquanto lava a loiça.
- ▶ não regue entre as 8h e as 18h.
- ▶ use um balde e pano para lavar o carro e não mangueira.



! Escolher o sistema adequado. Se está no momento de investir num sistema de aquecimento de águas sanitárias pondere o tipo de uso, a dimensão da família, da casa, e peça apoio a um profissional. Na Loja da Poupança Energética de Seia podem dar-lhe uma ajuda.



Sistemas acumuladores.

Trabalham de forma contínua, sendo mais eficientes. A água quente é acumulada permitindo usos simultâneos. Existe uma grande variedade de opções, desde a caldeira, a bomba de calor, os termoacumuladores de resistência elétrica e ainda os painéis solares. Os mais usados são os sistemas de caldeira com acumulador integrado. A água, uma vez aquecida, é armazenada para uso posterior num tanque acumulador isolado. Os termoacumuladores de resistência elétrica são o sistema menos recomendável do ponto de vista energético e financeiro. Seja qual for a opção selecionada, é importante que os acumuladores e as tubagens de distribuição de água quente estejam bem isolados.

Sistemas instantâneos.

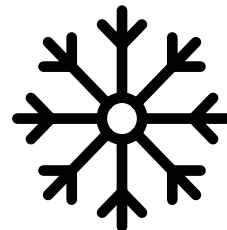
Aquecem a água quando é aberta a torneira de água quente, como os esquentadores a gás ou a eletricidade e as caldeiras de parede. São os mais comuns, embora sejam pouco eficientes: há um elevado desperdício de energia e água até que se atinja a temperatura desejada e o regular “pára-arranca” aumenta o consumo. Além disso são limitados no abastecimento em simultâneo de dois pontos de utilização. Em geral, os sistemas elétricos de produção de água quente não são recomendáveis do ponto de vista do consumo energético.

Sistema solar térmico.

Pode-se aproveitar a radiação solar para aquecimento de águas através de painéis solares térmicos. Um sistema de energia solar instalado por pessoal qualificado e devidamente dimensionado pode conduzir a uma poupança de cerca de 70% dos custos de energia necessária para a produção de água quente para uso doméstico relativamente a uma caldeira ou esquentador a gás.

Climatização

O conforto térmico é fundamental para a nossa qualidade de vida. A temperatura de conforto está em redor dos 20 °C, no inverno, e os 25 °C, no verão. A climatização ajuda a manter a temperatura adequada mas representa um gasto de 11% da fatura energética.

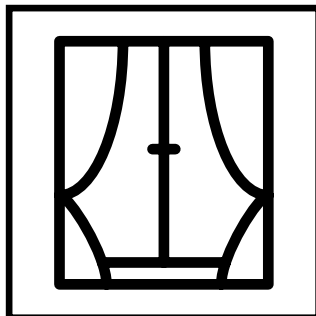
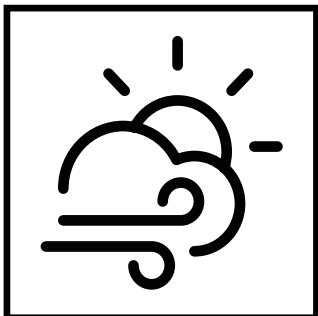


Climatização natural.

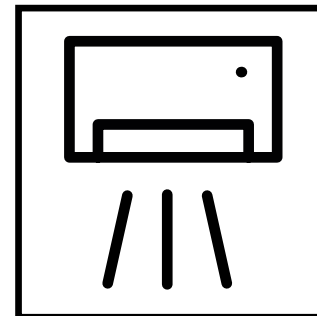
Sem dúvida a situação ideal é manter a temperatura adequada sem gastar mais. O tipo de construção, a localização e a implantação da habitação desempenham um papel importante, mas há outras pequenas ações. Por exemplo, no inverno maximize a entrada de sol na casa. Em contrapartida, à noite, feche cortinas e persianas. No verão evite a entrada do sol durante o dia e facilite a ventilação natural de noite, abrindo as janelas em lados opostos. Os toldos exteriores nas janelas permitem uma boa poupança, pois evitam a entrada de 20-30% da radiação solar para o interior. As portadas e os estores externos desempenham a mesma função.

Isolamento.

Um bom isolamento é a base para ter conforto térmico a baixo custo: evita as perdas de calor (no inverno) e as entradas (no verão), reduzindo o uso de sistemas de climatização. As coberturas, portas e janelas (caixas de estores incluídas) são os principais pontos de fuga ou infiltração. Por exemplo, 60% da energia do aquecimento escapa por aqui. Para tapar fugas e infiltrações de ar em portas e janelas, use materiais acessíveis como o silicone, massa ou fita isolante. Opte por vidros das janelas duplos e caixilharias com corte térmico (têm um isolante entre a parte interna e externa).



! Escolha o sistema adequado.
Se está no momento de investir num sistema de climatização pondere o tipo de uso e necessidades e peça apoio a profissionais. Na Loja da Poupança Energética de Seia podem dar-lhe uma ajuda.



Sistemas de climatização.

Existem inúmeras opções no mercado: os sistemas móveis (irradiador a óleo, de infravermelhos, aquecedor a gás, entre outros) e os fixos (sistema de aquecimento central a gás - que alimenta radiadores ou o piso radiante - acumulador de calor, bomba de calor, ar condicionado, entre outros). Pode ainda optar por sistemas a energia renovável (solar térmico associado a piso radiante ou lareira com recuperador de calor). Dentro das variantes de aquecimento elétrico, os sistemas mais adequados são a bomba de calor e a acumulação com tarifa bi-horária e os menos são os sistemas móveis.

Potencie os sistemas de climatização.

Faça revisões regulares aos equipamentos, não coloque o termóstato junto de janelas e portas, evite ligar a climatização em zonas da casa que não estão a ser usadas e feche as portas dessas divisões quando a ligar. Quando usar ar condicionado para arrefecer a sua residência, regule a temperatura a 25 °C. Cada grau menos terá um aumento de 7% do consumo de energia.

Edifício: construção e isolamento



Saber planejar para poupar na climatização.

É difícil falar de conforto térmico sem falarmos de isolamento térmico, ainda que sejam conceitos distintos. O isolamento térmico é uma característica que acrescentamos à nossa habitação quando utilizamos determinados materiais com características isolantes. O conforto térmico, é a consequência de um bom trabalho de isolamento.

Certificação térmica.

O correto isolamento térmico de uma habitação é um fator fundamental, quer em termos de conforto, quer em termos de poupança energética, já que limita as oscilações de temperatura no interior da habitação, reduzindo significativamente os gastos em climatização.

Se antes esta era uma questão secundária, pouco considerada aquando da construção ou reabilitação de edifícios, hoje em dia o isolamento térmico é uma questão fundamental. Tão fundamental que existe mesmo uma entidade para avaliar o comportamento térmico dos edifícios.

A ADENE, Agência para a Energia é a entidade que emite

os certificados de avaliação energética, ainda que não seja quem executa a avaliação em si. Para isso, terá que contratar uma empresa ou técnico certificado pela própria ADENE. À semelhança do que acontece com os eletrodomésticos, os edifícios são classificados por intervalo de letras, sendo que A+ representa a melhor avaliação e, no seu oposto, o F define a pior avaliação.

Se pretende colocar a sua habitação no mercado, seja para arrendar ou para vender, saiba que é obrigatório apresentar o certificado de avaliação energética. A mesma obrigação decorre aquando de obra nova ou remodelações significativas.

Paredes.

As paredes, interiores ou exteriores, podem ser alvo de melhorias ao nível do isolamento térmico com a aplicação de materiais isolantes nas mesmas. Se a sua casa é anterior a 2006 e nunca fez melhorias, é muito provável que não exista qualquer tipo de revestimento isolante nas suas paredes exteriores ou, se existe, será notoriamente insuficiente.

Naturalmente, o isolamento pelo exterior oferece mais garantias, mas se tal não for possível as paredes interiores são ainda assim uma solução interessante. Em qualquer um dos casos tenha em atenção que irá aumentar a espessura das paredes e reduzir o espaço disponível. No caso das paredes exteriores, isso poderá criar desalinhamentos de fachadas pelo que deverá consultar a Câmara Municipal.

Pavimentos.

Por estar em contacto direto com o exterior, neste caso o solo, os pisos térreos também devem ser alvo de intervenção aquando da construção ou remodelação da sua habitação.

A intervenção nos pisos não difere muito das descritas para as paredes. A ideia base mantém-se: introduzir um material de baixa condutibilidade térmica entre o solo e o pavimento por modo a dificultar as trocas térmicas. Contudo, é necessário ter em conta que no caso de remodelações este procedimento irá subir o pavimento, “obrigando” a um ajuste na dimensão de todas as portas do piso em causa.

! No site da ADENE poderá aceder a uma bolsa de empresas e técnicos certificados para a realização de uma certificação energética.

www.adene.pt/sce/micro/peritos-qualificados

Coberturas.

Pode parecer algo inesperado mas o telhado representa um dos principais pontos de fuga de calor do interior das habitações, sendo por isso um dos principais elementos a intervir ao nível do isolamento térmico.

À semelhança do que acontece com as paredes, também nas habitações anteriores a 2006 o isolamento quando existe é, por norma, altamente deficitário.

São vários os tipos de materiais que pode optar por colocar debaixo da telha cerâmica. Desde lã mineral até aglomerado de cortiça expandida. O importante é que a colocação seja o mais profissional possível e que os materiais tenham uma baixa condutibilidade térmica. Isto é, que limitem ao máximo a passagem de temperatura entre o interior e exterior.

! Não quer ou não pode intervir na sua habitação neste momento, mas pretende aumentar a eficiência energética da sua habitação? Plante uma árvore de folha caduca em frente a uma das maiores entradas de luz da sua habitação. No verão terá sombra e no inverno terá sol. No outono terá folhas para limpar mas vale bem a pena.

Poderá aceder a todo um conjunto de informação útil no site da ADENE sobre as melhores soluções e técnicas a considerar no isolamento térmico de paredes e tetos.

www.adene.pt/10solucoes-eficiencia-energetica

Automóvel



O carro representa um dos principais focos de consumo energético das famílias. A maior parte dos veículos ainda é movida a gasolina e gasóleo, e cada família gasta, em média, 1.000 € em combustível por ano. Este custo pode ser facilmente reduzido em 15% através de uma condução eficiente.

Arranque, início de marcha e paragens.

Ao ligar o motor não deve carregar no acelerador. Nos motores a gasolina pode iniciar a marcha logo depois do arranque (no caso do motor a diesel esperar uns segundos). A primeira velocidade deve ser usada apenas no início da marcha, passando para a segunda cerca de 2 segundos ou 6 metros depois. No caso de ter de parar mais do que um minuto deve desligar o motor.

Uso da caixa de velocidades.

Deve circular sempre que possível com as mudanças mais elevadas (5ª e 6ª velocidade) e a baixas rotações. Nos carros a gasolina deve mudar de velocidade - na fase de aceleração - entre as 2.000 e as 2.500 rpm. No caso dos veículos a gasóleo faça-o um pouco mais cedo (1500 a 2000 rpm). Se preferir guiar-se pelo conta-quilómetros, deve passar à terceira a partir dos 30 km/h, à quarta depois dos 40 km/h, à quinta quando ultrapassa os 50 km/h. Acelere depois de cada mudança.

Circulação.

Deve manter a velocidade o mais uniforme possível, evitando travagens, acelerações ou mudanças de caixa desnecessárias. Para desacelerar deve levantar o pé do acelerador e deixar o carro rodar com a mudança engrenada, sem reduzir. Trave de forma suave e progressiva e tente evitar reduções de caixa. Tente antecipar as manobras seguintes e manter uma distância de segurança adequada.

Cargas.

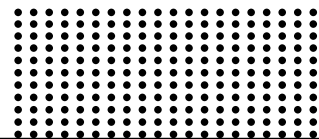
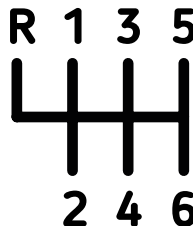
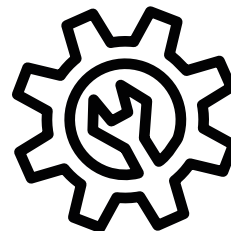
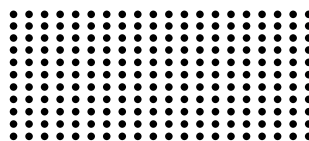
Evite transportar objetos no exterior do veículo. Quando o faz a resistência do veículo ao ar aumenta, o que agrava o consumo de combustível até 35%. O peso da carga, incluindo os ocupantes, influencia o consumo, em particular no arranque e aceleração (100 kg implica um aumento de consumo de 5%).

Climatização.

O uso de ar condicionado aumenta o consumo de combustível até 25%. Recomenda-se, por isso, que o use com moderação. A temperatura de conforto recomendada é de 23-24 °C. Se viajar em autoestrada deve evitar levar as janelas abertas, pois a maior resistência ao movimento aumenta o esforço do motor e consequentemente o consumo (+5%). O balanço entre janelas e ar condicionado deve assim ser feito com temperança.

Manutenção.

A manutenção do veículo influencia o consumo. É especialmente importante controlar os níveis, filtros e a pressão adequada dos pneus.



Loja da poupança energética de Seia

O Mundo em sintonia com Seia. Poupar energia tem uma componente extraordinariamente agradável. Quanto mais poupamos, menos dinheiro gastamos e isso é ótimo. Mas quando poupamos energia, outra coisa extraordinária acontece: combatemos as alterações climáticas.

Porquê esta iniciativa?

Ainda que muita da energia elétrica produzida hoje tenha origem em fontes renováveis, como a solar, a eólica ou a hidroelétrica ainda consumimos no nosso dia a dia uma parte significativa de energia produzida à base da queima de combustíveis fósseis. Esta última é naturalmente mais poluente com a agravante de contribuir para o aquecimento global a partir dos gases emitidos na sua queima. O Município de Seia, em sintonia com as políticas mundiais de combate às alterações climáticas e que visam a redução da produção de gases com efeito estufa, lançou esta campanha para que os Senenses possam, também, fazer a sua parte na preservação do planeta enquanto cidadãos informados e participativos.

E quais os efeitos práticos que se pretendem com esta iniciativa?

Aquilo que se pretende com esta iniciativa é tornar os Senenses em consumidores de energia mais eficientes. Com conhecimento e competências para aumentar o conforto da sua habitação, ao mesmo tempo que reduzem o seu consumo e, consequentemente, o valor da sua fatura energética. Contudo, essa tarefa é hoje bem mais complexa do que outrora. Hoje, existem não um mas vários fornecedores de energia, com diferentes tarifários e condições. Para além de consumidores, também podemos ser produtores de energia e podemos optar por consumi-la ou vendê-la à rede. Existe uma multiplicidade de ofertas no mercado de sistemas para aquecimento de águas, climatização de espaços, fontes de iluminação, etc. É por isso fundamental saber escolher quais as melhores opções para cada caso em particular. É nesse sentido que o Município de Seia disponibiliza a Loja da Poupança Energética de Seia, o local onde o vamos ajudar a escolher a melhor solução para o seu caso.


LOJA DA
POUPANÇA
Energética
DE SEIA

Existe mesmo uma loja da energia?

A Loja da Poupança Energética existe efetivamente enquanto espaço físico e está situada no Mercado Municipal, onde todos os Senenses podem requisitar de forma gratuita aconselhamento sobre a melhor forma de poupar energia.

Que aconselhamento posso lá encontrar?

Na Loja da Poupança Energética de Seia, podemos ajudar a tirar dúvidas sobre a sua fatura energética, a escolher o melhor tarifário e fornecedor para o seu caso. Podemos ainda ajudar a fazer um plano de poupança energética, a escolher um sistema de aquecimento de águas através da energia solar ou encontrar soluções de construção que melhorem o desempenho energético da sua habitação. O melhor mesmo é vir até cá e trazer a sua última fatura energética.

 Pode visitar a Loja da Poupança Energética no Mercado Municipal de Seia, todas as quartas-feiras, ou se preferir solicitar os seus esclarecimentos por email ou pelo telefone.

Loja da Poupança Energética

Horário: quartas-feiras, das 10h às 13h / 14h às 16h.

Morada: Mercado Municipal de Seia, Rua Dom João Saraiva, 6270-506 Seia

Email: lojapoupanca@cm-seia.pt

Telefone: 238 310 230

www.eco2seia.com

www.facebook.com/eco2seia

2017 | impresso em papel reciclado

Co-financiamento

mais
CENTRO
Programa Operacional Regional do Centro

QR
EN
QUADRO DE REFERÊNCIA ESTRATÉGICO NACIONAL



UNIÃO EUROPEIA
Fundo Europeu
de Desenvolvimento Regional

maismomentos.com