

## Riscaldare - ma come?

Riscaldare correttamente significa per noi piedi caldi e minori costi, ma anche un minore impatto sull'ambiente. Ecco come funziona:

- Controllo dell'impianto prima della messa in funzione: se necessario sfiatare i termosifoni e non coprirli con mobili o tende.
- Riscaldare consapevolmente, abbassare la temperatura: in soggiorno 20°C sono confortevoli, nella stanza da letto sono sufficienti 18°C per dormire bene.
- Aerare nel modo corretto: la ventilazione breve e trasversale fornisce il ricambio d'aria necessario e non raffredda troppo la stanza.
- Chiudere bene: sostituire le guarnizioni rotte nei telai di porte e finestre.
- Aiuta anche: vestiti più caldi o un po' di esercizio fisico aiutano a mantenere il tuo corpo piacevolmente caldo.



Foto: pixabay

