

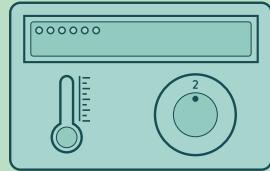
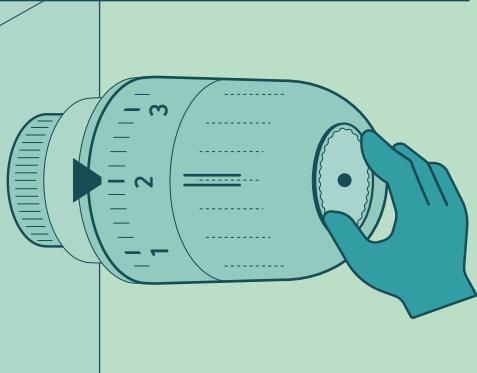
Poupe nos custos de aquecimento no inverno



Reducir a temperatura ambiente em 1 °C = menos 6 % nos custos de aquecimento.



>> REDUZA A TEMPERATURA



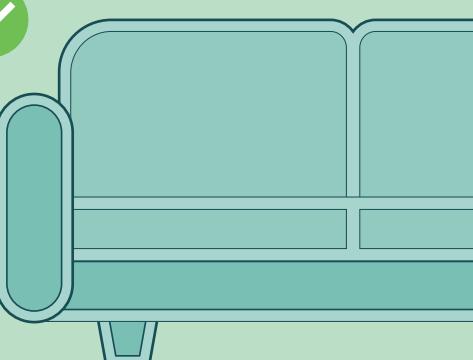
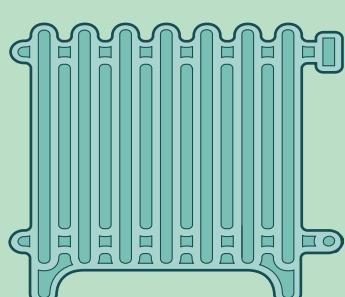
Regule os termóstatos à noite para 17–19 °C (nível 2) e poupe até 10 % nos custos de aquecimento.



>> NÃO OBSTRUÍ OS RADIADORES



Mobiliário e cortinas à frente dos radiadores aumentam os custos de aquecimento até 12 %.

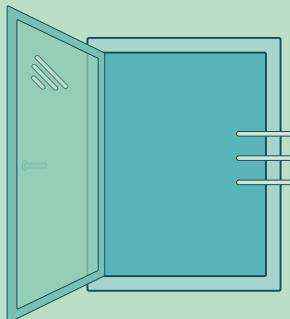


Qual deve ser a temperatura da minha casa?

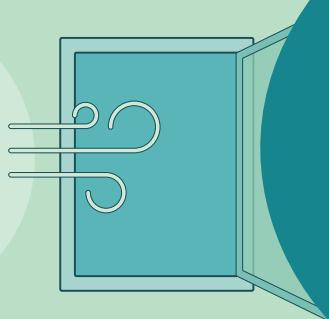
Níveis do termostato



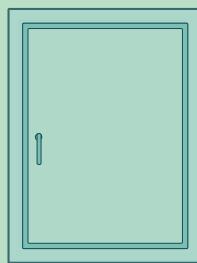
>> VENTILAÇÃO ADEQUADA



Recomenda-se
ventilação
cruzada durante
3–5 minutos de
forma regular ...



... ou ventilação
direta durante
5–10 minutos
regularmente.



3 boas razões para
ventilar as divisões:

- evita o aparecimento de bolor
- elimina substâncias nocivas
- respirar ar fresco ajuda a manter-se saudável

Como evitar o aparecimento de bolor?

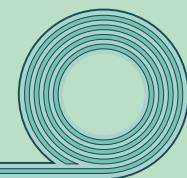
- Não deixe as janelas inclinadas – as paredes arrefecem e entra pouco ar fresco



Use o material
de isolamento
adequado.



Certifique-se
de que portas e janelas
estão bem isoladas.



- Ventile sempre após cozinhar e tomar banho
- Não encoste móveis às paredes exteriores
- Isole janelas e portas com fugas de ar



- Informações e dicas sobre o aquecimento podem ser encontradas em:
<https://aquecimentoeficiente.adene.pt>

AVISOS LEGAIS

Excluem-se quaisquer reivindicações de responsabilidade contra as pessoas que criaram este conteúdo. Cofinanciado pela União Europeia. Os pontos de vista e as opiniões expressas são as do(s) autor(es) e não refletem necessariamente a posição da União Europeia ou da CINEA. Nem a União Europeia nem a CINEA podem ser tidos como responsáveis por essas opiniões. Este trabalho da Agência de Energia Austríaca está licenciado sob a [Licença Creative Commons 4.0 Internacional \(Atribuição/Não Comercial/Sem Derivações\)](#).

Texto e edição:
Altan Sahin, Kerstin Schilcher (Agência de Energia Austríaca)

Ilustrações e gráficos:
Barbara Lewall
Viena, 2025



Co-funded by
the European Union



Agência para a Energia

