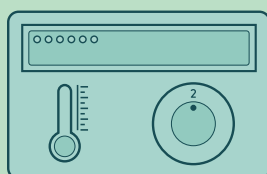
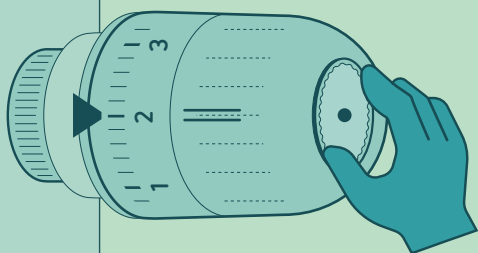


Poupe nos custos de aquecimento no inverno

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



>> REDUZA A TEMPERATURA

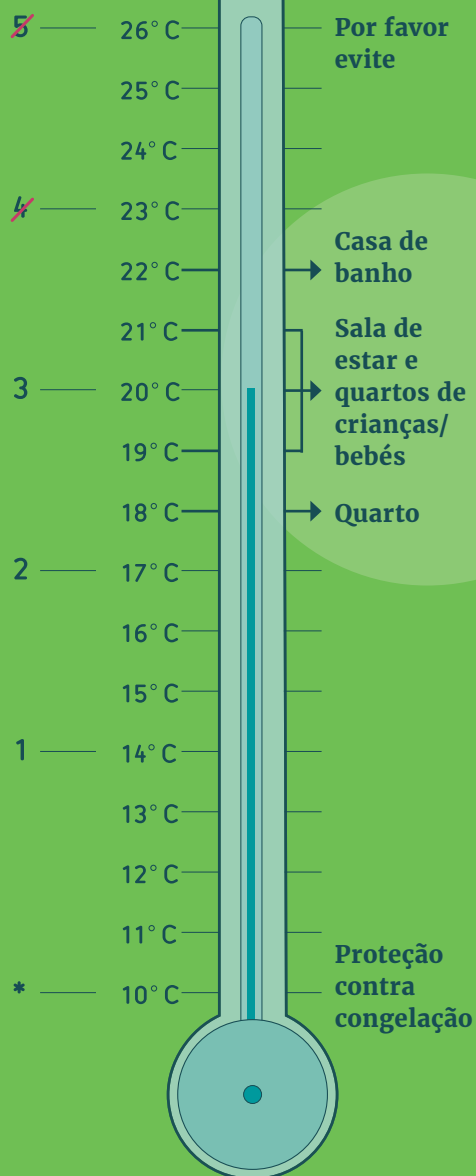


Regule os termóstatos à noite para 17–19 °C (nível 2) e poupe até 10 % nos custos de aquecimento.

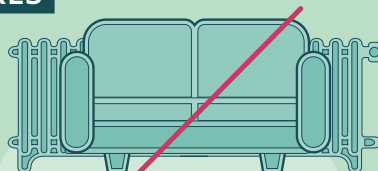
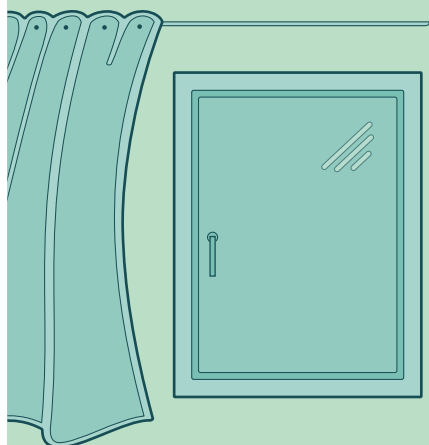


Qual deve ser a temperatura da minha casa?

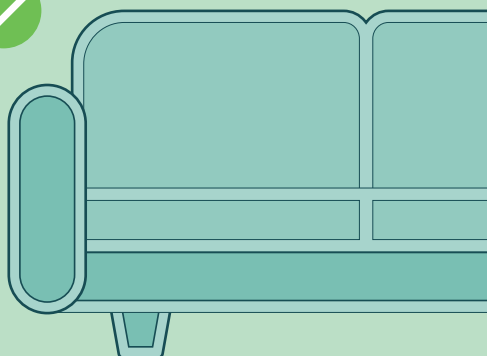
Níveis do termóstato



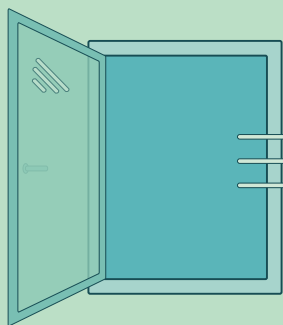
>> NÃO OBSTRUA OS RADIADORES



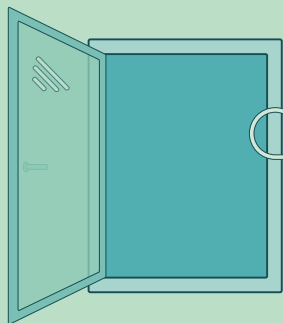
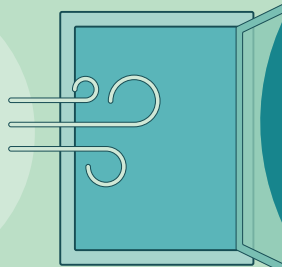
Mobiliário e cortinas à frente dos radiadores aumentam os custos de aquecimento até 12 %.



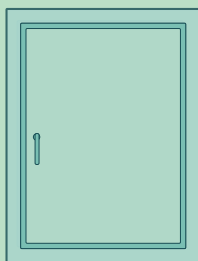
>> VENTILAÇÃO ADEQUADA



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



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

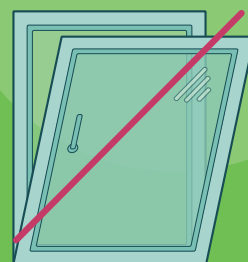


3 boas razões para ventilar as divisões:

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

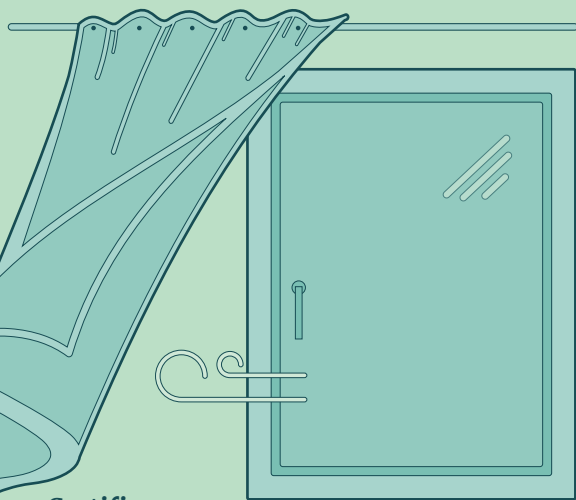
Como evitar o aparecimento de bolor?

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



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

>> ISOLAR PORTAS E JANELAS



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

Use o material de isolamento adequado.



• 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](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/) (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

