# Lisätietotekstit ala-asteille

## Tervetuloteksti

Moi! Tervetuloa tutustumaan xxx ala-asteen energia-asioihin ja sisäilmaolosuhteisiin!

Meillä Helsingissä on asetettu tavoitteet koulujen fiksuille energiankulutuksille, ja yritämme pysyä niissä yhdessä. Mittareista näet, onko koulun energiankulutus hyvällä tasolla: Mitä pienempi koulun energiankulutus on, sitä parempi se on ympäristölle. Lisäksi löydät tietoa rakennuksen sisäilmasta.

Tämä on kokeilu Energiaviisaat kaupungit –hankkeessa. Voit antaa palautetta kokeilusta vasemmalta napin kautta.

## Energiankulutus yhteensä

Energiaa käytetään koulussa eniten siihen, että koululaisilla olisi hyvät opiskeluolosuhteet. Koulun energiankulutus muodostuu sähköenergiasta ja lämpöenergiasta. Mitä pienempi koulun energiankulutus on, sitä parempi se on ympäristölle. Meillä on asetettu tavoitteet koulujen fiksuille energiankulutuksille, ja yritämme pysyä niissä yhdessä. Koululaisilla ja opettajilla on myös oma vaikutuksensa energiankulutukseen, ja fiksuilla toimintatavoilla ja ratkaisuilla voi säästää energiaa.

Mittarissa näkyy koulun energiankulutus verrattuna tämän kuukauden tavoitteeseen prosentteina

## Sähkönkulutus

Koulussa sähköä kuluu eniten ilmanvaihdon toimintaan, valaistukseen ja sähkölaitteisiin, kuten keittiölaitteisiin ja tietokoneisiin. Käytä sähköä fiksusti: Muista sammuttaa valot ja muut laitteet, ilmoita aina ongelmista heti opettajalle tai kouluisännälle! Tässä koulussa sähköä kuluu suurin piirtein saman verran kuin saman oppilasmäärän (koulu XXXX). Tämän energiamäärän tuottamiseen tarvittaisiin noin 1000 (tuhat) aurinkopaneelia. Tässä koulussa myös tuotetaan energiaa aurinkopaneeleilla, ja se vähentää koulun sähkönkulutusta ja hiilijalanjälkeä.

Mittarissa näkyy sähkönkulutus verrattuna tämän kuukauden tavoitteeseen prosentteina

## Lämmönkulutus

Lämpöenergialla lämmitetään koulun ilma opiskeluun sopivaksi. Lämpöenergiaa kuluu siksi eniten talvella. Lisäksi osa lämpöenergiasta kuluu koulussa käyttöveden, eli hanoista tulevan veden lämmitykseen. Tämän koulun lämpöenergia tulee kaukolämmöstä, joka ostetaan Heleniltä, eli Helsingin Energialta. Ilmoita heti jos, lämmityksessä on ongelmia, tai jos ikkunat vaikka vuotavat!

Mittarissa näkyy lämmönkulutus verrattuna tämän kuukauden tavoitteeseen prosentteina

## Lämpötila

Sopiva huonelämpötila on noin 21-23 °C. Kesällä huonelämpötila voi nousta korkeaksi, jos aurinko pääsee paistamaan koulun sisälle. Muista pitää sälekaihtimet kiinni ja lämmitys pois päältä kesällä!

Talvella koulun sisäilmaa lämmitetään sopivaksi kaukolämmöllä, eli lämpöenergialla. Talvella liian korkea lämpötila aiheuttaa kuivuuden tunnetta, väsymistä, keskittymiskyvyn alenemista ja hengitysoireita.

## Vedenkulutus

Vettä kuluu koulussa eniten peseytymiseen, käsien pesemiseen, sekä keittiössä. Käytä vettä fiksusti: Älä läträä turhaan ja ilmoita heti, jos huomaat vuotavan hanan, suihkun tai pöntön. Tämän koulun vedenkulutusta ei vielä saada näkymään heti, koska vesimittari ei ole vielä yhteydessä internetiin, vaan kouluisäntä ilmoittaa vedenkulutuksen. Koulun vesi ostetaan HSY:ltä eli Helsingin Seudun Ympäristöpalveluilta.

Mittarissa näkyy vedenkulutus verrattuna tämän kuukauden tavoitteeseen prosentteina

## Kosteus

Sisäilman suhteellinen kosteus kertoo, kuinka paljon ilmassa on kosteutta eli vettä. Kosteuteen voi vaikuttaa itse aika vähän: Kosteus sisällä muuttuu ulkoilman kosteuden ja lämpötilan mukaan. Talvella sisäilman kosteus on noin 15–35 prosenttia ja kesällä noin 45-65 prosenttia. Kuiva sisäilma aiheuttaa ja lisää hengitysteiden, limakalvojen ja ihon ärsytysoireita. Jos ilman kosteus on pitkään korkea, se voi aiheuttaa rakennuksissa kosteusvaurioita.

## Hiilidioksidi

Sisäilman hiilidioksidi syntyy suurimmaksi osaksi ihmisten hengittäessä. Hiilidioksidi on sisäilman epäpuhtautta, ja korkea hiilidioksidipitoisuus kertoo myös muista ilman epäpuhtauksista sekä heikosta ilmanvaihdosta. Yhdessä ilman epäpuhtaudet aiheuttavat tunkkaisuutta, väsymystä, päänsärkyä ja keskittymisvaikeuksia. Ilmanvaihto ja tuuletus poistavat ilmasta hiilidioksidia, mutta tuuleta kuitenkin aina lyhyesti ja tehokkaasti läpivedolla.