

# AHORRO

No utilizar entre las 12 y las 23 h.

**LAVAVAJILLAS:** Utilizar cuando este lleno. Lavar a mano la vajilla con agua caliente supone un 70% más de consumo que con el lavavajillas.

(Lavadora y lavavajillas: **Lo que más consume es calentar el agua.** Úsalos a baja temperatura. Si tienes una casa posterior al CTE (2006) y equipos con toma de agua caliente, aprovechas la energía solar).

**FRIGORIFICO:** **Es junto con la CALEFACCIÓN lo que más consume.**

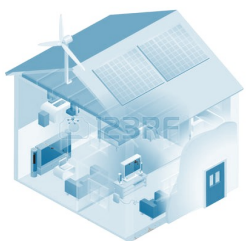
Procurar abrir la puerta las menos veces y el menos tiempo posible. Ajustar el termostato 6°C en la parte de refrigeración y -18°C en el congelador.

**CALEFACCION:** Temperatura ideal invierno 17 – 21°C. En verano 24 – 27°C.

Cada grado que aumentemos la calefacción supone entre un 5 y un 8% más de consumo de energía.

**RADIADORES :** Colocar paneles reflectantes para evitar que se pierda calor a través de las paredes. Y no cubrir los

**RADIADORES** ni colocar objetos que eviten la distribución del calor del radiador. Colocar termostatos en radiadores (ahorra entre un 8 y un 13% de energía)



# AHORRAR en casa

## AISLAMIENTO:

Si es posible aislar paredes que tengan pérdidas de energía, y si llega el caso convenir con la Comunidad de Propietarios el aislamiento térmico de la fachada del edificio (suele haber ayudas públicas todos los años).

**VENTANAS:** Es preferible doble acristalamiento (CLIMALIC) a una doble ventana.

**PERSIANAS:** Bajando las persianas y corriendo las cortinas durante la noche se evitan pérdidas importantes de calor.

Comprobar los cajetines de las persianas, cubriendo las posibles rendijas.

**PUERTAS:** Colocar burletes sobre todo en la puerta de entrada a la vivienda.

Utilizar cortinas y alfombras puede suponer un ahorro de hasta un 25% al evitar pérdida de energía a través de suelos y paredes.

## AHORRO DE AGUA:

### Colocar perlizadores o aireadores de

**agua:** Es un dispositivo que se coloca en grifos y cable de ducha y que al estrecharse la salida y mezclarse agua y aire **consigue un ahorro en agua de más del 50%.**

(el precio oscila entre los 2 y

15 euros).



**SOM ENERGÍA**

Madrid - CHAMBERÍ: Martes de 18:30-20:30  
Local de Setem C/ Gaztambide, 50 Madrid

# ALGUNAS MEDIDAS ESENCIALES Y PRACTICAS PARA REDUCIR EL GASTO ENERGETICO EN CASA



# BAJATE LA POTENCIA ELECTRICA

La potencia contratada es lo que pagamos **fijo**, sin consumir (y últimamente ha subido muchísimo). En función de lo contratado podremos



poner más o menos electrodomésticos **funcionando al mismo tiempo**.



**Bajarse la potencia puede suponer casi un 40% de lo que se paga en el recibo de la luz.**

ELECTRODOMESTICO	VATIOS
VITROCERAMICA	900-2000
HORNO	1200-2200
LAVADORA	1500-2200
LAVAVAJILLAS	1500-2200
FRIGORIFICO	250-350
MICROONDAS	900-1500
SECADOR PELO	<b>500-1600</b>
ASPIRADOR	<b>1200-2000</b>
TELEVISOR	150-400
A. ACONDIC	900-2000
CALEF. ELECTRIC	1000-2500

## • REvisa tu tarifa eléctrica

## • Comprueba si tienes derecho al bono social

### MEDIDAS DE EFICIENCIA EN LOS HOGARES

#### GENERAL:

- La temperatura ideal en invierno esta entre los **17 - 21°C**, en verano entre los **24 - 27°C**. Cada grado que aumentamos la temperatura supone un **5 - 8%** más de consumo de energía.
- Ventilar la vivienda entre **10 y 15 minutos máximo**.

A la hora de hacer reformas, colocar un buen aislamiento térmico en los tabiques o en el exterior de la fachada.



#### ILUMINACION:

Sustituir las bombillas antiguas por bombillas LED de calidad, consumen un **80%** menos que las convencionales y duran **8 veces** más.

Desconectar las luces de las habitaciones o aparatos que no estemos utilizando en ese momento

# AHORRO

que no estemos utilizando en ese momento (**tope de luz encendida innecesariamente: 5 minutos**).

**Consumos fantasmas:** Desconectar todo lo que no utilices. Además del peligro de incendio. Evitar aparatos que tengan que estar conectados 24 horas.

#### ELECTRODOMESTICOS:

**COCINA:** Las placas de inducción consumen un **20%** menos que las de vitroceramica.

Al tapar la cacerola ahorramos un **25%** en energía.

Con olla a presión y con poco agua ahorramos un **50%** de energía. Se refiere en cada uno de los fuegos. (**apagando 5 minutos antes aprovechamos el calor residual**).

Diámetro de cazuelas y sartenes nunca inferior a la placa.

**HORNO:** Procurar no abrir el horno innecesariamente, se pierde un **20%** de energía. (**apagándolo 5 minutos antes aprovechamos el calor residual**).

Úsalo con moderación, sobre todo en verano.

**LAVADORA: Intentar utilizar la lavadora estando llena.**

