


Actúa y sé eficiente. ¡Ahorra energía!

¿Sabías qué...?

La temperatura recomendada del hogar durante la época de frío debería oscilar entre 20 a 22 °C y en época de calor entre 24 a 26 °C.		Instale un termostato y adecúe la temperatura.
Sólo se necesita 10 minutos al día para ventilar y renovar la calidad del aire.		Evite ventilar durante más tiempo.
El consumo anual de electricidad del "stand by" de los aparatos electrónicos y electrodomésticos implica el 2,2% de la factura.		Apague el "stand by" si no los usa porque siguen consumiendo.
Las bombillas con tecnología LED o lámparas fluorescentes consumen menos energía y tienen una vida útil mayor que las bombillas convencionales.		Revise su etiqueta energética antes de comprar para ver su duración y consumo.
Los pequeños electrodomésticos de calor (planchas de pelo, tostadora, etc.) tienen más potencia y consumen más energía que los de acciones mecánicas (batidoras, picadoras, etc.).		Aproveche al máximo su capacidad y funcionalidad.
2 lavados a media carga consumen más energía, agua y detergente que 1 a carga completa.		Emplee cargas completas en lavadoras, lavavajillas y secadoras.
Apagar completamente los equipos conectados a una base múltiple o a la regleta puede ahorrar más de 40 € al año.		Use regletas y enchufes con interruptor para desconectarlos al finalizar su uso.
Lavar la ropa a una temperatura de 30 a 40 °C en vez de 60 °C, permite ahorrar hasta un 60% de la energía.		Evite programas de lavado a altas temperaturas.
No se enfriará más rápido por encender el termostato del aire acondicionado a una temperatura muy baja.		Adecúe la temperatura para evitar un consumo excesivo.
Conviene apagar las luces al salir de una estancia, salvo que se regrese en 15 minutos si dispone de bombillas de bajo consumo o tubos fluorescentes.		Use bombillas eficientes para un menor consumo de energía y mayor duración.
El horno consume mucha más energía que el microondas. Con la apertura de su puerta se pierde un mínimo del 20% de la energía acumulada.		No utilice el horno para descongelar ni calentar, úselo solo para cocinar y minimice su apertura.
Un radiador limpio, purgado y sin objetos permite circular el aire caliente al exterior.		Revíselos antes de la temporada de uso de la calefacción.
Una ducha consume hasta 4 veces menos de agua y energía que el baño.		Economice su aseo con duchas.
El uso del ventilador produce un descenso de la temperatura de entre 3 a 5 °C.		Priorice el uso del ventilador al aparato de aire acondicionado ya que su consumo es inferior.
Ahorra hasta un 25 % de la energía cocinando con tapa y adecuando la llama del quemador al tamaño del recipiente.		Ahorre con las cocinas de gas ya que son más eficientes que las eléctricas.