

¡5 CONSEJOS PARA AHORRAR EN CASA Y EN FAMILIA!



Què fem i quant podem estalviar?

Reto número 1

¿Cómo podemos evitar escapes de energía de la vivienda?

¡El aislamiento es fundamental! Podemos sellar las ventanas y puertas con ribetes y forrar las ventanas con *Thermocover*. Estas acciones nos permiten ahorrar 149 € anuales en calefacción y 136 kg de emisiones de CO₂.



¿Cómo podemos ahorrar agua?



Podemos reducir la cantidad de agua que sale de nuestros grifos y de la ducha con perlizadores y reductores de caudal; de esta forma, ahorraremos 14 € anuales y 8.942,5 litros de agua.

Reto número 2

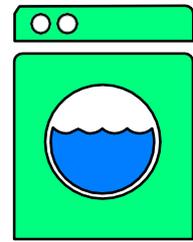
¿Es posible ahorrar iluminación?

- Si aprovechamos la luz natural, apagamos la luz cuando salimos de las habitaciones y vamos cambiando las bombillas incandescentes por LED, podemos ahorrar 37 € i 34 kg de emisiones de CO₂. ¡Y todo eso sólo con una bombilla!



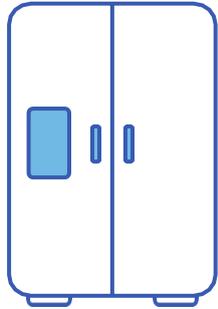
Reto número

3



Ahorrar con los electrodomésticos de mayor consumo

- Abrir sólo la nevera cuando sea necesario, no poner comida caliente dentro y tener el frigorífico a 5 °C y el congelador a -18 °C puede suponer un ahorro de **18 €** al año y de **17 kg de emisiones de CO₂**.
- Lavar en frío y secar la ropa al aire libre puede ayudarnos a ahorrar unos **169 €** al año y evitar **150 kg de emisiones de CO₂**.



Reto número

4



- Reducir el tiempo de la ducha a 5 minutos supone un ahorro de **179 €**, 43.000 litros de agua y **281 kg de CO₂**.
- Cocinar con la olla tapada, utilizar la olla a presión o aprovechar el calor residual del horno nos puede ayudar a ahorrar **10 €** y evitar **11 kg de emisiones de CO₂**.
- Regular la temperatura del termo de agua caliente supone un ahorro de **54 €** anuales y **58 kg de CO₂**.

Reto número

5

El consumo fantasma

Apagar las luces de los aparatos que no utilicemos y están en reposo, desenchufar los aparatos que funcionen con batería cuando ya se hayan cargado y utilizar la televisión en modo ECO supone un ahorro anual de **61 €** y de **57 kg de CO₂**.



ACTIVA EL AHORRO ENERGÉTICO EN CASA

*Podemos ahorrar al año
691 €, **751 kg de CO₂** y
51.942,5 litros de agua.*

