



Consejos de ahorro de energía para el invierno

1. **Ajusta tu termostato.** El Departamento de Energía recomienda establecer la temperatura a 68 grados cuando está despierto y bajarla unos 10 grados mientras está fuera o dormido. Asegúrese de nunca bajar la temperatura por debajo de 55 grados para evitar tuberías congeladas.
2. **Usa el sol.** Abra las persianas para permitir que entre la luz del sol durante el día para calentar su hogar. Por la noche, cierra las persianas para atrapar ese calor dentro.
3. **Cubra las fugas de aire.** Use película plástica en las ventanas si tienen fugas. Use tapones de tiro para mantener el aire frío afuera.
4. **Cocine comida reconfortante eficientemente este invierno.** Hornee en lotes y congele extras. Cocina tus recetas favoritas de sopa y chile en ollas de cocción lenta. La comida cocinada a fuego lento sabe muy bien y usa menos energía.
5. **Celebra las fiestas con luces LED.** Si decora con luces, compre luces navideñas LED y manténgalas en temporizadores.
6. **Dé servicio a su calefacción y cambie los filtros regularmente.** Esto ayudará a maximizar el flujo de aire y la eficiencia.
7. **Use calentadores de espacio de manera segura y eficiente.** Solo use calentadores cuando esté en la habitación y mantenga los objetos a su alrededor a una distancia segura.
8. **Abrigarse.** Ropa de abrigo, mantas y calcetines son clave en el invierno. Las alfombras son otra excelente manera de ayudar a que su hogar se sienta más cálido.
9. **Inspeccione y limpie su chimenea.** Asegúrese de que su chimenea sea segura. Cierre los amortiguadores de la chimenea cuando no la esté utilizando para evitar que se escape el calor.
10. **Redirigir los ventiladores de techo.** Cambie la rotación de sus ventiladores de techo en el sentido de las agujas del reloj y opere a una velocidad lenta para extraer el aire frío hacia arriba y forzar el aire caliente que se acumula cerca del techo hacia la habitación.



Consejos de ahorro de energía de primavera

1. **Ajuste su termostato según el clima.** Para clima frío, configúrelo a 68 grados cuando esté en casa y hasta 10 grados más fresco cuando esté fuera o de noche. Si hace calor afuera, encienda el aire acondicionado cuando esté a 78 grados. Use un termostato programable o inteligente para controlar automáticamente cuándo se enciende la calefacción o el aire acondicionado.
2. **Administre el sol.** Mantenga abiertos los tratamientos de ventanas en los días fríos para dejar entrar el sol cálido y ciérrelos en los días calurosos para mantener su hogar fresco.
3. **Obtenga su unidad de aire acondicionado con servicio profesional.** Asegúrese de que su unidad de aire acondicionado esté lista para enfriarlo cuando hace calor y que no tenga desechos externos.
4. **Abra ventanas para refrescar naturalmente su hogar.**
5. **Use ventiladores, en lugar de o con aire acondicionado, a medida que el clima se calienta.** Redirija los ventiladores de techo para que funcionen en sentido contrario a las manecillas del reloj para que el aire caliente no sea empujado hacia abajo.
6. **Continúe reemplazando los filtros del sistema de calefacción.** Si tiene un sistema de aire acondicionado central, el aire continúa viajando a través de su calefacción. Los filtros pueden ayudar con los alérgenos, y los filtros limpios mantienen sus sistemas mecánicos funcionando de manera eficiente.
7. **Regístrese para los programas de aire acondicionado** por ciclos ofrecidos por su empresa de servicios públicos local si tiene aire acondicionado central. Recibirá un descuento por permitir que su empresa de servicios públicos encienda y apague su aire acondicionado durante las horas pico de energía.
8. **Tome duchas cortas** en lugar de baños para reducir el consumo de agua caliente en sus hogares.
9. **Recuerde usar el ventilador del baño** para eliminar el exceso de calor y humedad que se escapa al resto de su hogar.
10. **Limpie las bobinas del refrigerador** mientras realiza la limpieza de primavera y hágalo dos veces al año o con mayor frecuencia si tiene mascotas.



CITIZENS UTILITY BOARD

Empowering Minnesota Consumers

www.cubminnesota.org info@cubminnesota.org 1-844-MINN-CUB



CITIZENS UTILITY BOARD

Empowering Minnesota Consumers

www.cubminnesota.org info@cubminnesota.org 1-844-MINN-CUB



Consejos de ahorro de energía de verano

1. **Ajusta tu aire acondicionado.** El Departamento de Energía recomienda establecer la temperatura a 78 grados. Esto le permite ser energéticamente eficiente y aún cómodo.
2. **Use un termostato programable** para controlar cuándo se enciende y apaga el aire acondicionado durante el día.
3. **Aproveche los programas de ahorro** ofrecidos por su empresa de servicios públicos locales que ofrecen un descuento por permitir que su empresa de servicios públicos encienda y apague su aire acondicionado durante los momentos de mayor consumo de energía.
4. **Use ventiladores en lugar de, o con, aires acondicionados.** Los fanáticos pueden hacer que la habitación se sienta más fresca en 4 grados. Los ventiladores deben funcionar en sentido antihorario para crear una brisa refrescante y descendente.
5. **Elimine los obstáculos de los respiraderos y ventiladores** para garantizar un flujo de aire adecuado en toda su casa.
6. **Evite colocar lámparas o televisores cerca del termostato.** Los termostatos pueden detectar el calor de estos aparatos y pueden hacer que el aire acondicionado funcione más de lo necesario.
7. **Abrir ventanas en la noche.** Permita que entre aire fresco y cierre ventanas y cortinas durante el día para mantener temperaturas frías.
8. **Use ventiladores de baño** para absorber el calor y la humedad de los baños.
9. **Evite cocinar, hornear y poner en funcionamiento electrodomésticos, como una secadora de ropa, que generan calor durante las partes más cálidas del día.** ¡Es una gran excusa para cocinar al aire libre y posponer algunas de esas tareas domésticas!
10. **Cocine en el microondas,** que genera menos calor que su horno y usa menos energía.



Consejos para ahorrar energía durante el otoño

1. **Ajusta tu termostato.** El Departamento de Energía recomienda establecer la temperatura a 68 grados cuando está despierto y bajarla unos 10 grados mientras está fuera o dormido.
2. **Use un termostato programable o inteligente para controlar** cuándo se enciende y apaga su calefacción durante el día.
3. **Dé servicio a su calefacción para asegurarse de que funciona** de manera eficiente a medida que el clima comienza a enfriarse.
4. **Aprovecha el sol.** Abra sus cortinas y persianas durante todo el día para permitir que la luz del sol caliente naturalmente su hogar.
5. **Revise las ventanas y puertas en busca de fugas** y selle las fugas antes de que llegue el clima frío.
6. **Capa arriba.** Abríguese durante los meses más fríos para mantenerse cómodo y reducir los costos de energía.
7. **Cocine y hornee eficientemente.** Use tapas en ollas y sartenes para reducir el tiempo de cocción. Hornea varias cosas a la vez. Usa vasijas y microondas para ahorrar energía.
8. **Mantenga el refrigerador y los congeladores llenos, pero no llenos.** Si su refrigerador o congelador está vacío, llene las jarras de leche con agua para llenar el espacio y deseche la comida vieja si está demasiado llena.
9. **Inspeccione y limpie su chimenea.** Asegúrese de que su chimenea sea segura. Cierre los amortiguadores de la chimenea cuando no la esté utilizando para evitar que se escape el calor.
10. **Redirigir los ventiladores de techo.** Cambie la rotación de su ventilador de techo a las agujas del reloj, opere a una velocidad lenta y empuje el aire caliente hacia abajo.



CITIZENS UTILITY BOARD

Empowering Minnesota Consumers

www.cubminnesota.org info@cubminnesota.org 1-844-MINN-CUB



CITIZENS UTILITY BOARD

Empowering Minnesota Consumers

www.cubminnesota.org info@cubminnesota.org 1-844-MINN-CUB