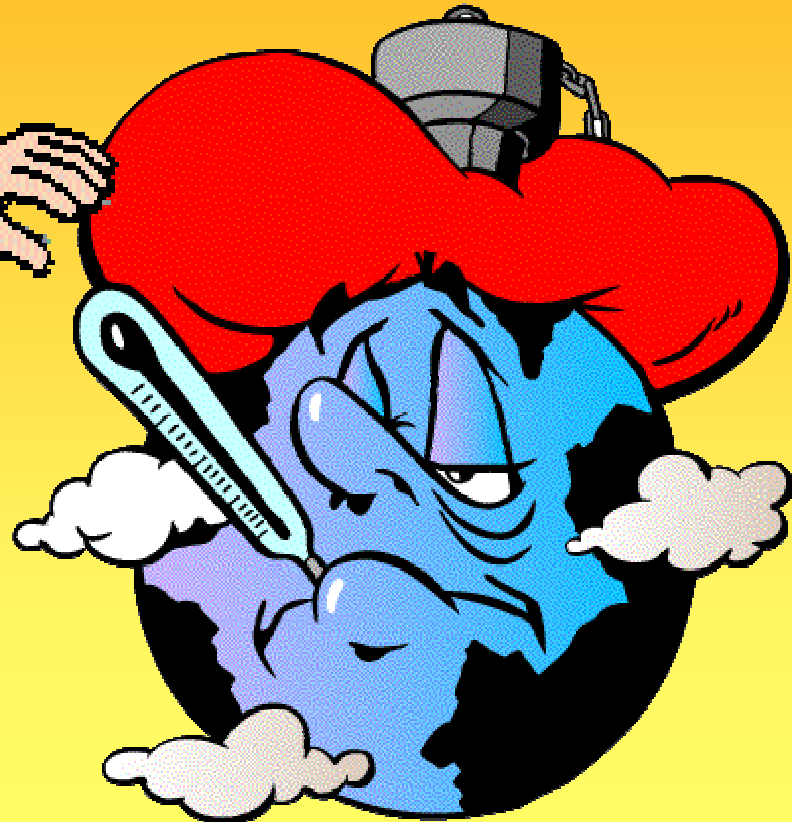
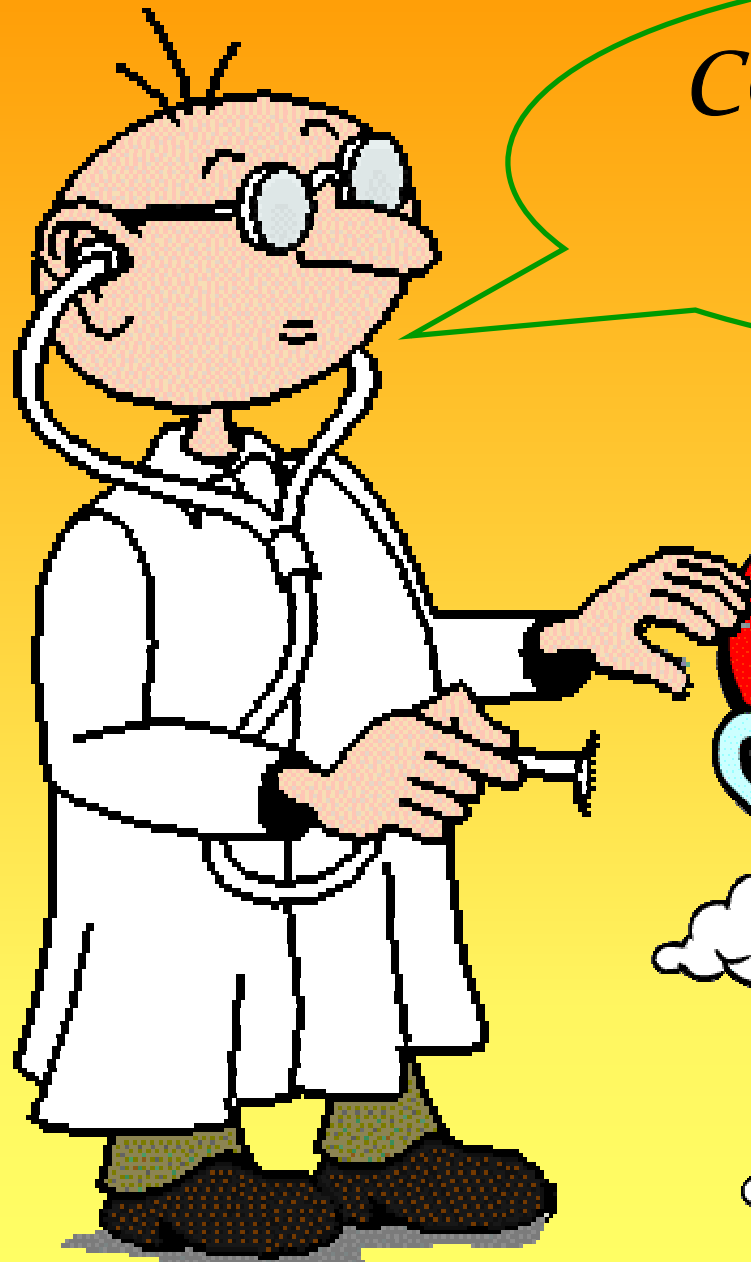


*CONSEJOS PARA
AHORRAR
ENERGÍA*



Deja descansar tu ordenador

*Las pantallas
planas y los
portátiles consumen
menos energía*

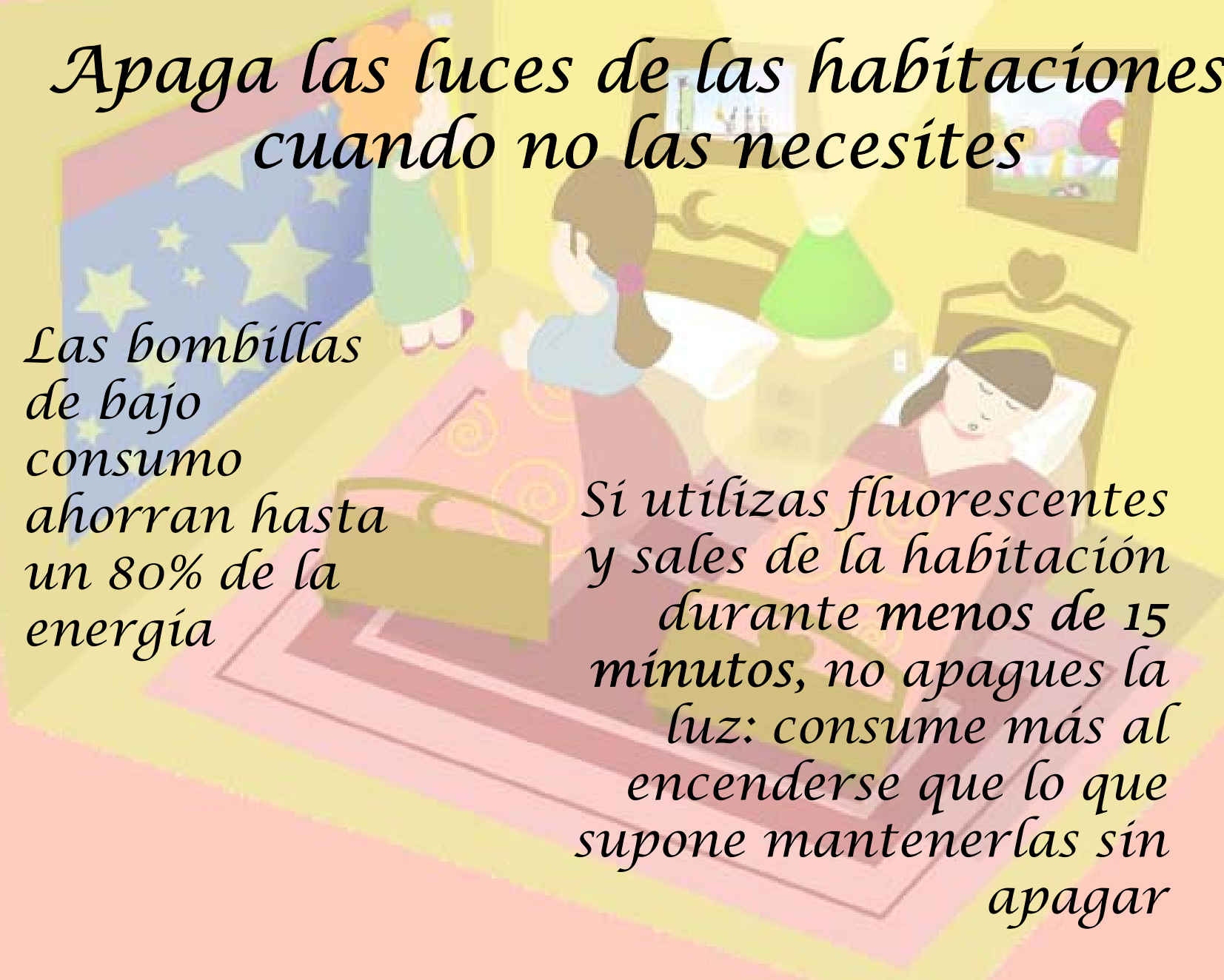
*Cuando termines de
utilizarlo, apágalo y
no te olvides de
desconectarlo*



Apaga las luces de las habitaciones cuando no las necesites

Las bombillas de bajo consumo ahorran hasta un 80% de la energía

Si utilizas fluorescentes y sales de la habitación durante menos de 15 minutos, no apagues la luz: consume más al encenderse que lo que supone mantenerlas sin apagar



Desconecta todos los enchufes cuando no utilices el aparato

La televisión, el vídeo, el ordenador, el móvil... Siguen consumiendo energía incluso cuando están en modo reposo

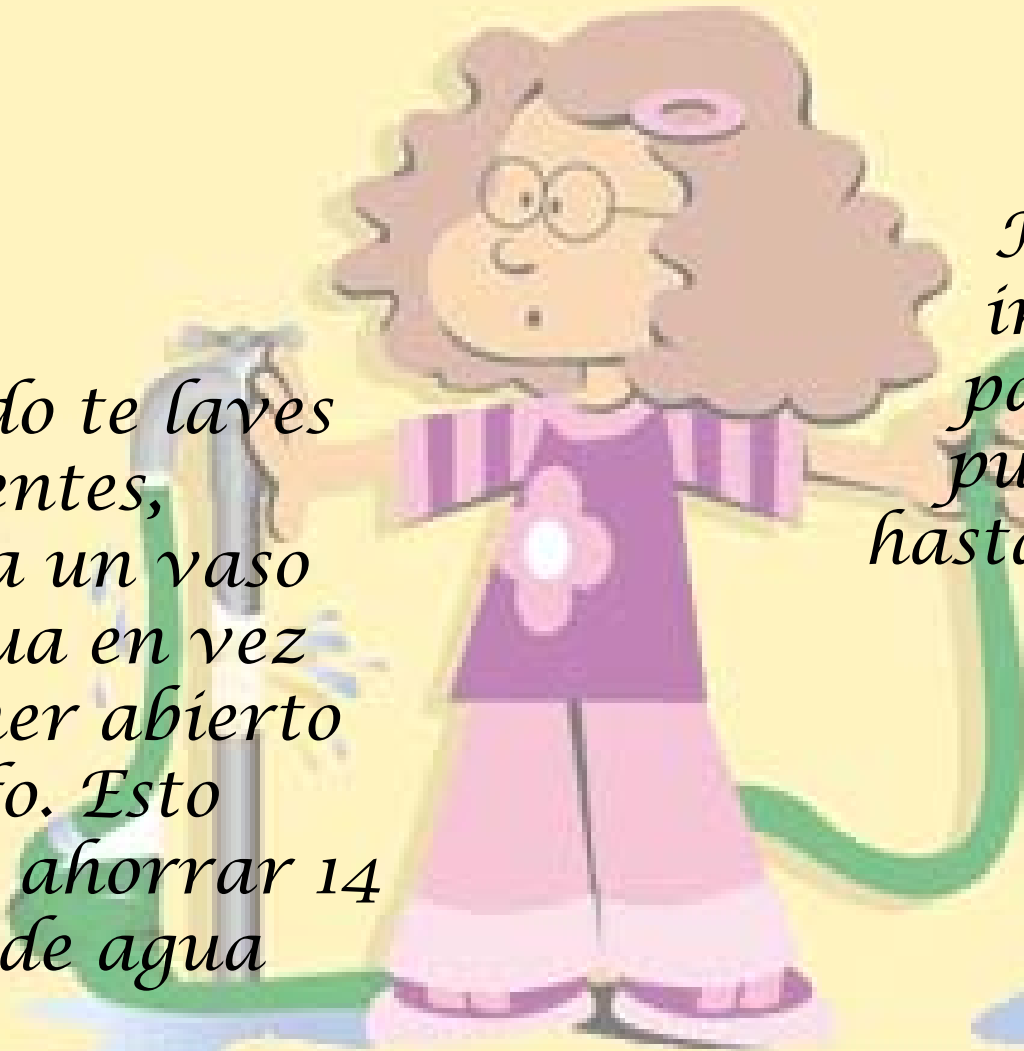
Dejar los aparatos en "stand by", suponen entre el 5% y el 13% del gasto de energía de las casas.



No derroches el agua

Cuando te laves los dientes, utiliza un vaso de agua en vez de tener abierto el grifo. Esto puede ahorrar 14 litros de agua

No utilices el inodoro como papelerera. Esto puede ahorrar hasta 55 litros de agua al día



Date una ducha rápida en vez de un baño

Apaga el grifo mientras te enjabonas

Elige una melodía corta y cántala o síbala.

Cuando se termine, apaga la ducha





Súbete menos al coche

Hay veces que se utiliza el coche sin darnos cuenta que la distancia a recorrer es muy corta.

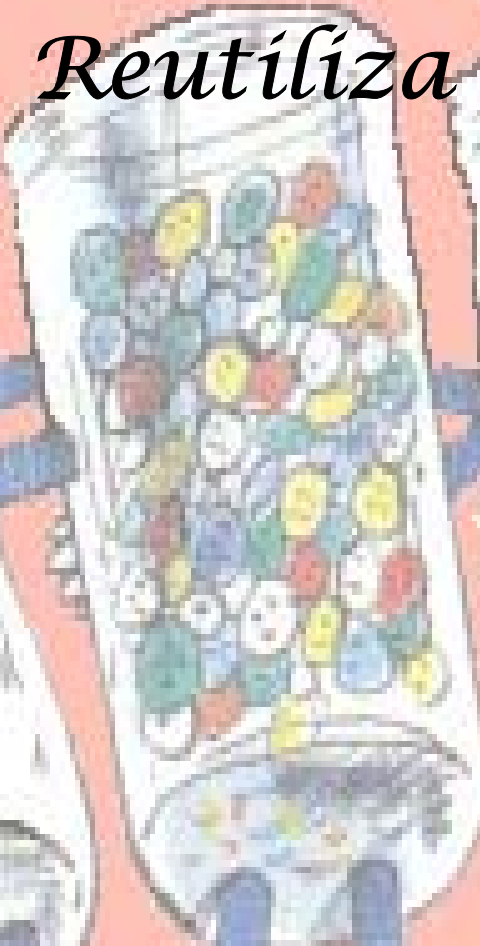
Aprovecha y coge la bici o vete andando!



Reduce

Evita comprar productos demasiado empaquetados, productos desechables, con mucho plástico...

Reutiliza



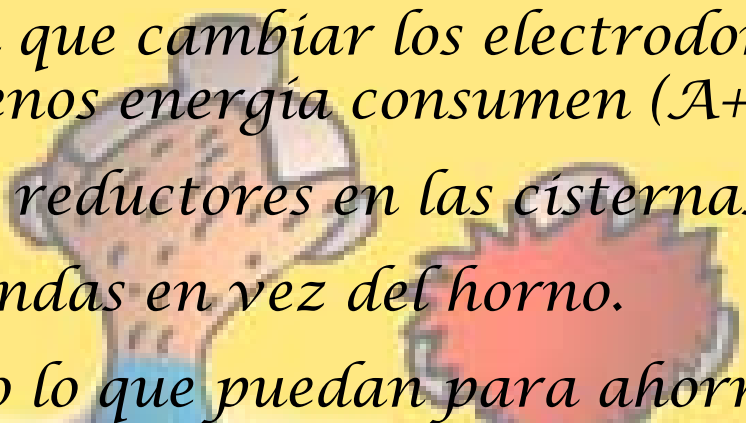
Recicla

Para hacer papel, cartón, vidrio, metales, plásticos... se necesita mucha energía. Separando estos productos y reciclándolos ahorraremos energía.

Antes de comprar algo PIENSA:

¿de verdad lo necesitas?

Recuérdales a las persona adultas que...

- Intenten compartir el coche para ir al trabajo*
 - Utilicen el correo electrónico para recibir y enviar información, en vez de usar papel*
 - Cuando usen papel impriman por las dos caras y reutilicen las hojas*
 - Compren productos recargables y eviten los productos de un solo uso: vasos de plástico, maquinillas de afeitar...*
 - Cuando tengan que cambiar los electrodomésticos, elijan los que menos energía consumen (A+ o A++)*
 - Intenten poner reductores en las cisternas, grifos...*
 - Usen el microondas en vez del horno.*
 - Que hagan todo lo que puedan para ahorrar energía.*
- 
- A cartoon illustration of an elderly woman with short grey hair and glasses, wearing a blue top. She is holding a large, vibrant red flower with a green stem. The background behind her is a soft, yellow, cloud-like shape.

The image features a solid blue background. In the upper left, there is a bright yellow flower with a green stem and leaves. To the right and slightly below the flower is a white chalk-like drawing of a human face, showing the outline of the head, eyes, nose, and mouth. The text is centered in the lower half of the image.

*COMPROMÉTETE
A AHORRAR
ENERGÍA!!!*