



Be Water and Energy Wise! Tips

Hold a ribbon up to the edges of your home's windows. If the ribbon moves, air is leaking into or out of the house. Fix the leak to save energy heating or cooling the house.

Cuelgue una cinta en frente de los bordes de las ventanas en su casa. Si se mueve la cinta, es porque el aire está entrando en, o escapando de, la casa. Arregle el escape para ahorrar la energía que calienta o refrigera la casa.

Source: TVA Kids, <http://www.tvakids.com/electricity/conservation.htm>

RECYCLE! It almost always takes less energy to make a product from recycled materials than it does to make it from new materials. Plus, you'll prevent more waste from ending up in a landfill.

¡RECICLAR! Casi siempre toma menos energía hacer un producto de materias recicladas que hacerlo de materias primas. Además, ayudará a que menos desechos terminen en el relleno sanitario.

Source: Energy Information Administration: Energy Kid's Page, <http://www.eia.doe.gov/kids/energyfacts/saving/index.html>

Always turn off electronics when you're not using them –TVs, computers and especially lights. Electronics use energy even when they're in standby mode.

Apague siempre los aparatos electrónicos cuando no los use – los televisores, las computadoras y especialmente las luces. Los aparatos electrónicos usan energía aún cuando estén en estado inactivo.

Source: TXU Energy, <http://www.gotxu.com/energy-efficiency/57>

Ask your parents to replace the old light bulbs around the house with compact fluorescent light bulbs (CFLs). CFLs use up to 75% less energy than a regular bulb.

Pida a sus padres que reemplacen las bombillas viejas en la casa por las bombillas fluorescentes compactas (CFLs por sus siglas en inglés). Los CFLs usan hasta 75% menos energía que las bombillas normales.

Source: TXU Energy, <http://www.gotxu.com/energy-efficiency/57>

Decide what you want to eat before opening the fridge, don't just stand there with the door open. It takes energy to keep cool air in the fridge. Up to one-third of the cool air escapes every time you open the door.

Decida que va a comer antes de abrir el refrigerador, no se quede parado allí con la puerta abierta. Toma más energía para recuperar el aire helado dentro del refrigerador. Hasta una tercera parte del aire helado se escapa cada vez que se abre la puerta.

Source: TXU Energy, <http://www.gotxu.com/energy-efficiency/57>

To keep cool, try using a ceiling fan instead of the air conditioner. A fan uses less energy and can help spread cool air around a room.

Para mantenerse fresco, use un ventilador en vez de aire acondicionado. Un ventilador usa menos energía y puede ayudar a dispersar el aire fresco por la habitación.

Source: TXU Energy, <http://www.gotxu.com/energy-efficiency/57>

Ask your parents to turn the thermostat down a few degrees in the winter and up a few degrees in the summer. Having it a few degrees hotter or cooler will make a small difference to you and a big difference to the environment. You can always put on different clothes if you're too hot or too cold.

Pida a sus padres que bajen la temperatura del termostato por unos grados en el invierno y que no bajen tanto la temperatura en el verano. Unos grados más caliente o más frío hará una pequeña diferencia para usted y una gran diferencia para el medio ambiente. Siempre puede ponerse ropa diferente si tiene mucho calor o frío.

Source: TXU Energy, <http://www.gotxu.com/energy-efficiency/57>

You can save energy just by turning off the water while you are brushing your teeth or taking a shower instead of a bath. Energy is used to clean water, pump the water into your sink and tub and also to heat it.

Puede ahorrar energía solo con cerrar el grifo mientras se cepilla los dientes o con ducharse en vez de bañarse. Se usa energía para limpiar el agua, bombear y llevarla a su lavamanos y baño y también para calentarla.

Source: Junior Energy, <http://www.juniorenergy.org/>

Encourage your parents to start a car pool so you can save energy and catch up with your friends before and after school. Or, if there's a safe route, try walking or biking to school.

Anime a sus padres a formar un grupo de transporte compartido para que pueda ahorrar energía y ponerse al día con sus amigos antes y después de la escuela. O, si hay un camino seguro, intente caminar o andar en bicicleta para llegar a la escuela.

Source: Junior Energy, <http://www.juniorenergy.org/>

If you have vents in your room, make sure to keep them clear. It takes less energy to pump air into your room when the vents aren't blocked by toys or furniture.

Si hay rejillas de ventilación en su habitación, asegúrese de que nada las bloquee. Se requiere menos energía para bombear aire a su habitación cuando las rejillas no estén bloqueadas por juguetes o muebles.

Source: Energy Star Kids, http://www.energystar.gov/index.cfm?c=kids.kids_index

Use your ceiling fan wisely to make the most of the air in your room. It's all about the direction your fan spins – in the summer to the left to create a cool breeze and in the winter to the right to circulate warm air! And remember: ceiling fans only cool people, not the room. So when you leave the room, turn it off.

Use bien su ventilador de techo para aprovechar del aire de su habitación. Todo se trata de la dirección en que gira el ventilador – en el verano, hacia el izquierdo para crear una brisa fresca y en el invierno, hacia el derecho para que circule el aire caliente. Y acuérdesse: los ventiladores solo refrescan a las personas, no la habitación. Entonces, cuando salga de la habitación, apáguelo.

Source: Energy Star Kids, http://www.energystar.gov/index.cfm?c=kids.kids_index

Ask your parents to help you find Energy Star power management features on your computer and monitor.

Pida a sus padres que le ayuden a encontrar las configuraciones de manejo de energía (Energy Star) en su computadora y monitor.

Source: Energy Star Kids, http://www.energystar.gov/index.cfm?c=kids.kids_index

On summer days, close the blinds on your windows to keep the heat of the sun out. During the winter, open them to let the sun and warmth in!

En los días del verano, cierre las persianas en las ventanas para bloquear el calor del sol. Durante el invierno, ábralas para dejar entrar el sol y calor.

Source: EnergyHog.com, <http://www.energyhog.org/childrens.htm>

To conserve energy, use the microwave instead of the oven for cooking small amounts of food.

Para conservar energía, use el microondas en vez del horno para cocinar comidas pequeñas.

Source: EnergyHog.com, <http://www.energyhog.org/childrens.htm>

Use cold instead of hot water to rinse out dishes—hot water uses more energy.

Use el agua fría en vez del agua caliente para enjuagar los platos—el agua caliente usa más energía.

Source: EnergyHog.com, <http://www.energyhog.org/childrens.htm>

Wasting water wastes energy, so make sure you don't use the toilet as a trash can.

Malgastar el agua es malgastar la energía, entonces asegúrese de no usar el inodoro como basurero.

Source: EnergyHog.com, <http://www.energyhog.org/childrens.htm>

It takes a lot of energy to heat up water, and most of the hot water wasted at home is wasted in the bathroom. Taking shorter showers saves water and energy!

Se requiere mucha energía para calentar el agua, y la mayoría del agua caliente es malgastada en el baño. ¡Tomar duchas más cortas ahorra agua y energía!

Source: EnergyHog.com, <http://www.energyhog.org/childrens.htm>

Fireplaces send warm air from inside your home right up the chimney! Ask your parents to close the damper when the fireplace is not in use.

¡Las chimeneas envían el aire caliente desde dentro su casa hacia afuera! Pida a sus padres que cierren la compuerta contra incendio cuando no se use la chimenea.

Source: EnergyHog.com, <http://www.energyhog.org/childrens.htm>

Help your parents insulate the hot water heater and hot water pipes to save energy and money.

Ayude a sus padres a aislar el calentador de agua y los conductos de agua caliente para ahorrar energía y dinero.

Source: Alliance to Save Energy, <http://ase.org/content/article/detail/1825>

To save energy, hang-dry clothes on a laundry line instead of putting them in the dryer.

Para ahorrar energía, airear la ropa para secarla en vez de ponerla en la secadora.

Source: U.S. Environmental Protection Agency – Energy Conservation, <http://www.epa.gov/reg5rcra/wptdiv/p2pages/energy.pdf>

Wash clothes in cold water and only in full loads to conserve both energy and water. Lave la ropa en agua fría y sólo cuando la lavadora esté llena, de esta forma se conservan energía y agua al mismo tiempo.

Source: U.S. Environmental Protection Agency – Energy Conservation, <http://www.epa.gov/reg5rcra/wptdiv/p2pages/energy.pdf>

Clean or change air filters on your heating system in the winter and on your air conditioning units in the summer so that they work more efficiently.

Limpié o cambie los filtros de aire en el sistema de calentamiento en el invierno y en el equipo de aire acondicionado en el verano para que funcionen más eficientemente.

Source: U.S. Environmental Protection Agency – Energy Conservation, <http://www.epa.gov/reg5rcra/wptdiv/p2pages/energy.pdf>

If you know of a light that everyone forgets to turn off, make a sticker or a sign to hang next to the switch that says "Lights Out!" or "Don't Forget!"

Si conoce un lugar en donde todos se olvidan de apagar la luz, coloque un adhesivo o rótulo al lado del interruptor que dice "¡Apague La Luz!" o "¡No Se Olvide!"

Source: California Energy Commission – Energy Quest: Saving Energy, http://www.energyquest.ca.gov/saving_energy/index.html

When cooking something in the oven—don't peek! The temperature drops 25 to 30 degrees Fahrenheit each time the door is opened, forcing the oven to use more energy.

Mientras cocina algo en el horno— ¡no abra el horno para echarle un vistazo! La temperatura se baja 25 a 30 grados Fahrenheit cada vez que se abre la puerta, forzando el horno a usar más energía.

Source: Florida Public Service Commission,
<http://www.psc.state.fl.us/consumers/house/FullInformation.aspx>

Use the no-heat, air-dry feature on your dishwasher. This will save over half of the energy used. With older dishwashers, open the dishwasher and air-dry after the final rinse.

Use la opción de secar con el aire en vez del calor en el lavaplatos. Esto ahorrará más de la mitad de la energía que se usa. Con los lavaplatos más viejos, abra el lavaplatos y deje que se aireen los platos después del enjuague final.

Source: Florida Public Service Commission,
<http://www.psc.state.fl.us/consumers/house/FullInformation.aspx>

Make sure to cover liquids and wrap foods stored in the refrigerator. Uncovered foods release moisture and make the fridge work harder, using more energy. Asegúrese de tapar los líquidos y envolver la comida guardada en la refrigeradora. La comida desenvuelta despidе humedad y hace que la refrigeradora trabaje más, usando más energía.

Source: Florida Public Service Commission,
<http://www.psc.state.fl.us/consumers/house/FullInformation.aspx>

Recycling one aluminum can saves enough energy to run a TV for three hours. Reciclar una lata de aluminio ahorra tanta energía como para mantener encendido el televisor por tres horas.

Source: National Recycling Coalition, <http://www.nrc-recycle.org/>

Recycling one glass jar saves enough energy to run a 60-watt light bulb for 4 hours or a Compact Fluorescent Bulb (CFL) for 20 hours.

Reciclar una jarra de vidrio ahorra tanta energía como para mantener encendida una bombilla de 60 vatios por 4 horas o una bombilla fluorescente compacta (CFL por sus siglas en inglés) por 20 horas.

Source: National Recycling Coalition, <http://www.nrc-recycle.org/>

Saving water saves energy! If one out of every 100 American homes retrofitted with water-efficient fixtures, we could save about 100 million kWh of electricity per year and avoid adding 80,000 tons of greenhouse gas to the atmosphere.

¡Ahorrar agua también ahorra energía! Si una de cada 100 casas estadounidenses se actualizaran con aparatos que usan el agua eficientemente, podríamos ahorrar alrededor de 100 millones de kilovatio-horas de electricidad por año y evitar añadir 80,000 toneladas de gases de efecto invernadero a la atmósfera.

Source: U.S. Environmental Protection Agency – Energy Conservation,
<http://www.epa.gov/reg5rcra/wptdiv/p2pages/energy.pdf>

If the average U.S. school turned off all computers rather than leaving them on in the evenings and on weekends, it could save \$8,000 in energy costs and conserve 80,000 kilowatt hours in one year. It would take 5,400 trees to absorb the amount of CO2 saved by turning off these computers.

Si la escuela estadounidense normal apagara todas las computadoras en vez de dejarlas prendidas por las noches y los fines de semana, podría ahorrar \$8,000 en gastos de energía y conservar 80,000 kilovatio-horas en un año. Se requeriría 5,400 árboles para absorber la cantidad de CO₂ ahorrado por apagar estas computadoras.

Source: 1E Energy Awareness Campaign, www.1e.com/energycampaign/

Replacing existing appliances with ENERGY STAR® qualified products can cut annual energy bills by about 30% or \$450 per year.

Reemplazar los aparatos existentes con productos de ENERGY STAR® puede recortar la factura anual de energía por 30% o \$450 por año.

Source: Black & Decker, <http://www.blackanddecker.com/Energy/news.aspx?view=TipsTrends>

By installing energy-saving showerheads in your home, you can cut heating and water costs up to 16%!

Por instalar cabezas de la ducha que ahorren energía, ¡puede recortar los costos de calentamiento y agua hasta el 16%!

Source: Black & Decker, <http://www.blackanddecker.com/Energy/news.aspx?view=TipsTrends>

Clean the lint filter in the clothes dryer after every load to improve efficiency.

Limpie el filtro de hilas en la lavadora después de cada colada para mejorar la eficiencia.

Source: Black & Decker, <http://www.blackanddecker.com/Energy/news.aspx?view=TipsTrends>

Each year, Americans spend more money to power home audio and DVD products when turned off than when actually in use. Even in standby mode, these devices use energy!

Cada año, los estadounidenses gastan más dinero en los productos de audio y DVD cuando están apagados que cuando están en uso. Aún en modo inactivo, ¡estos aparatos usan energía!

Source: Black & Decker, <http://www.blackanddecker.com/Energy/news.aspx?view=TipsTrends>

Screen savers do not reduce energy use by computer monitors. Automatic switching to sleep mode or manually turning monitors off is the better energy-saving strategy.

Las salvapantallas no reducen el uso de energía para los monitores. El cambio automático al modo de dormir o apagar el monitor a mano es la mejor estrategia de ahorrar energía.

Source: Black & Decker, <http://www.blackanddecker.com/Energy/news.aspx?view=TipsTrends>

Trees save energy through shading in the hotter months. They provide a wind break during winter. The result is burning less fossil fuels to generate electricity for cooling and heating.

Los árboles ahorran energía por proporcionar sombra en los meses más calurosos. Proveen resistencia al viento durante el invierno. El resultado es gastar menos combustibles fósiles para generar electricidad para enfriamiento y calentamiento.

Source: Project Learning Tree's Green Schools! Program, http://plt.org/cms/pages/21_23_242.html

Keeping windows and doors closed will help conserve heat (energy) in the classroom. The same is true when the air conditioning is on.

Mantener las ventanas y las puertas cerradas ayudará a conservar calor (energía) en el aula. Lo mismo también cuando esté prendido el aire acondicionado.

Source: Project Learning Tree's Green Schools! Program, http://plt.org/cms/pages/21_23_242.html

Letting your faucet run for 5 minutes uses about as much energy as letting a 60-watt light bulb run for 14 hours.

Dejar correr el agua del grifo por 5 minutos es casi igual que dejar encendida una bombilla de 60 vatios por 14 horas.

Source: EPA WaterSense Program, <http://www.epa.gov/WaterSense/>

Running the AC on full blast might use more energy initially, but leaving your unit on all day to maintain a cooler temperature uses more energy in the long-run. Turn the AC down or off when you're not at home.

Mantener el aire acondicionado al nivel máximo usa más energía inicialmente, pero dejar prendido el módulo todo el día usa más energía a la larga. Baje la potencia o apáguelo cuando no esté en casa.

Source: Earth Gauge, <http://www.earthgauge.net/>

Setting the AC at a colder-than-desired temperature will not cool any faster, but it will cause your unit to run longer than necessary. Set the thermostat to your desired temperature and no lower.

Poner la temperatura del aire acondicionado más baja de lo que desea no enfriará más rápido, pero sí hará que el módulo corre por más tiempo que es necesario. Ponga el termostato a la temperatura deseada y no más baja.

Source: Earth Gauge, <http://www.earthgauge.net/>

Water lawns and gardens only when needed and during the coolest part of the day; early morning is best.

Riegue el pasto y el jardín sólo cuando sea necesario y durante las horas más frescas del día; temprano en la mañana es lo mejor.

Source: Earth Gauge, <http://www.earthgauge.net/>

To maintain a green, healthy lawn, you don't need to water every day. To find out if your grass is thirsty, stick a screwdriver in the ground. If it goes in easily, don't water!

Para mantener un patio verde y saludable, no necesita regar cada día. Para averiguar si el pasto requiere agua, meta un destornillador en el suelo. Si se mete fácilmente, ¡no riegue!

Source: Earth Gauge, <http://www.earthgauge.net/>

If you enjoy helping your parents in the garden, find out which plants are native to your region. Climate-appropriate species require less water, so ask an expert at your local nursery which plants are homegrown and drought-tolerant.

Si a usted le gusta ayudar a sus padres en el jardín, averigüe cuáles plantas son nativas de su región. Especies apropiadas al clima requieren menos agua, entonces pregunte a un experto de su vivero local cuáles plantas son nativas y resistentes a la sequía.

Source: Earth Gauge, <http://www.earthgauge.net/>

When helping your parents put up holiday lights, make sure they're plugged into a powerstrip, which allows you to easily turn lights off during the day and avoid leaving them on all night.

Cuando esté ayudando a sus padres a colgar las luces festivas, asegúrese que estén enchufadas en un enchufe múltiple, lo cual le permite apagar fácilmente las luces durante el día y evitar dejarlas prendidas toda la noche.

Source: Earth Gauge, <http://www.earthgauge.net/>

When helping your parents do chores around the house, leave heat-producing activities, like running the dryer or dishwasher, until the evening to avoid adding unnecessary heat to your home during the day.

Cuando esté ayudando a sus padres con los quehaceres, deje actividades que producen calor para realizar por la tarde, como usar la secadora o el lavaplatos. Esto evita añadir calor innecesario a su casa durante el día.

Source: Earth Gauge, <http://www.earthgauge.net/>