

2025

CALENDARIO DE
AHORRO DE ENERGÍA



SAMPLE

2025 CALENDARIO DE AHORRO DE ENERGÍA

USTED PAGA LA ENERGÍA DE SU CASA TODOS LOS MESES.

Paga la electricidad, paga la calefacción y el agua. Todos esos gastos se van sumando. La mayoría de las familias puede ahorrar dinero en la factura de energía si toma una serie de medidas simples para reducir su consumo de energía. Estas medidas no requieren de equipos costosos ni exigen que se les dedique mucho tiempo.

ESTE CALENDARIO OFRECE TODO UN AÑO DE SUGERENCIAS PARA EL AHORRO DE ENERGÍA QUE HARÁN SU CASA MÁS EFICIENTE, SEGURA Y CÓMODA.

Le ofrecemos información para cada mes, que puede usar para reducir la factura eléctrica mensual de su hogar, y que incluye formas de ahorrar en la iluminación, los electrodomésticos, el agua y la calefacción. Además de esto, el mes de DICIEMBRE se concentra en el modo de usar energía de forma segura en su casa, y en el mes de SEPTIEMBRE le sugerimos ideas para involucrar a sus hijos.

COLOQUE ESTE
CALENDARIO EN UN
LUGAR EN QUE PUEDA
VERLO TODOS LOS DÍAS.
SI SIGUE ESTOS CONSEJOS
VERÁ AHORROS REALES
CADA MES.

¿NECESITA AYUDA PARA PAGAR LAS FACTURAS?

Todos los estados tienen programas para ayudar a las familias a pagar o reducir sus facturas de energía, incluida la ayuda con la climatización, para reducir la cantidad de energía que usan. Verifique con su agencia de acción comunitaria local para comprobar que reúne las condiciones para recibir ayuda, o llame al 866-674-6327, que es la Línea de Ayuda Nacional del Low-Income Home Energy Assistance Program (Programa de Ayuda con Energía para Hogares de Bajos Ingresos). 1-866-674-6327.



ENERO
ILUMINACIÓN



FEBRERO
ELECTRODOMÉSTICOS



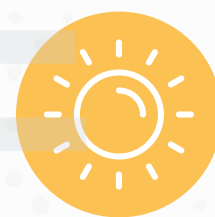
MARZO
LAVANDERÍA



ABRIL
AGUA



MAYO
PLATOS



JUNIO
VERANO



JULIO
COCINA



AGOSTO
REFRIGERADOR



SEPTIEMBRE
NIÑOS



OCTUBRE
CALEFACCIÓN



NOVIEMBRE
INVIERNO



DICIEMBRE
SEGURIDAD

ILUMINACIÓN



APAGUE LAS LUCES CUANDO NO LAS ESTÉ USANDO.

CAMBIE A BOMBILLAS LED CALIFICADAS POR ENERGY STAR®.

LED usa sólo 12 vatios para producir tanta luz como una bombilla incandescente de 60 vatios. Las LED duran más: una bombilla incandescente de 60 vatios suele durar unas 1000 horas antes de gastarse. ¡Las LED pueden durar 25 000 horas o más! Las LED le ahorrarán dinero: cuestan un poco más, pero ahorran tanta electricidad que se pagan a sí mismas con los ahorros de energía.

Una bombilla LED reduce el uso de energía en un 80% o más. Compruebe la temperatura del color. ¿Por qué? Las bombillas pueden emitir distintos colores de luz. Es importante elegir la temperatura de color que prefiera. Los fabricantes de bombillas clasifican la temperatura de color de las bombillas en tres categorías: blanco cálido, blanco frío y luz natural. Las bombillas incandescentes tradicionales están en la misma gama de temperatura de color que las bombillas de color blanco cálido.

MANTENGA LIMPIAS LAS BOMBILLAS.

El polvo puede reducir la luz en hasta un 25%.

ABRA LAS CORTINAS PARA QUE ENTRE LA LUZ NATURAL,

y apague sus luces eléctricas para ahorrar energía.



DIC 2024
 1 2 3 4 5 6 7
 8 9 10 11 12 13 14
 15 16 17 18 19 20 21
 22 23 24 25 26 27 28
 29 30 31

ENERO 2025

FEB 2025
 1
 2 3 4 5 6 7 8
 9 10 11 12 13 14 15
 16 17 18 19 20 21 22
 23 24 25 26 27 28

DOMINGO

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

SÁBADO

DOMINGO	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO
			1 Día de Año Nuevo	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20 Día de Martin Luther King Jr.	21	22	23	24	25
26	27	28	29 Año Nuevo Lunar	30	31	

ELECTRODOMÉSTICOS



NO HAY SOLO UNA ETIQUETA DE PRECIOS EN UN ELECTRODOMÉSTICO. HAY DOS.

El primero es el precio de compra y el segundo es el precio que usted paga por la energía para hacerlo funcionar. Durante la vida útil de un electrodoméstico, usted puede gastar mucho más dinero haciéndolo funcionar de lo que pagó al comprarlo.

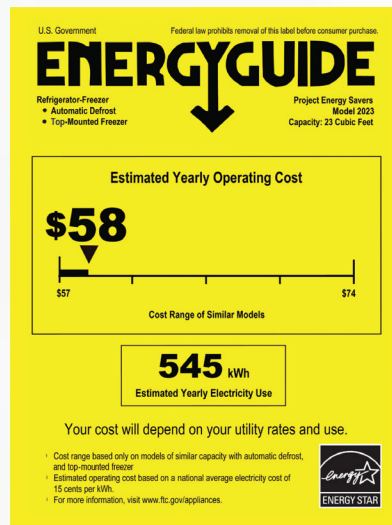
ENERGY STAR®

Los productos calificados, como electrodomésticos, ventiladores de techo, y electrónicos, deben cumplir con normas de eficiencia energética establecidas por la Agencia de Protección Ambiental y el Departamento de Energía de EE.UU.

Visite www.energystar.gov y obtendrá una lista completa de productos ENERGY STAR®.

UN ELECTRODOMÉSTICO QUE REÚNE LAS CONDICIONES PARA ENERGY STAR® CUMPLE CON EXIGENTES CRITERIOS DE EFICIENCIA EN EL USO DE LA ENERGÍA.

Por ejemplo, mire en esta página una etiqueta EnergyGuide de un refrigerador. Le indica que el refrigerador consume 545 kW/h por año, y que cuesta \$58 hacerlo funcionar. Refrigeradores similares del mismo tamaño y características cuestan entre \$57 y \$74 por año: una gran diferencia durante la vida útil del electrodoméstico.



ENE 2025							1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11				
12	13	14	15	16	17	18				
19	20	21	22	23	24	25				
26	27	28	29	30	31					

FEBRERO 2025

MAR 2025							1
2	3	4	5	6	7	8	
9	10	11	12	13	14	15	
16	17	18	19	20	21	22	
23/30	24/31	25	26	27	28	29	

DOMINGO	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO
						1
2 Día de la Marmota	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14 Día de San Valentín	15
16	17 Día del Presidente	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	

LAVANDERÍA



LAVE LA ROPA CON AGUA FRÍA EN VEZ DE CON AGUA CALIENTE.

El 90% de la energía utilizada en las lavadoras se usa en agua caliente, por lo que el ciclo de lavado en frío le ahorra dinero.

SOLO LAVE CARGAS COMPLETAS.

Muchas máquinas usan aproximadamente la misma cantidad de agua si lava una carga completa o una sola pieza.

PROGrame SUS MÁQUINAS CON LA CONFIGURACIÓN MÁS EFICIENTE.

Algunas lavadoras y secadoras le permiten programar el uso basándose en el tamaño de la carga.

USE EL SENSOR DE HUMEDAD DE SU SECADORA, SI LO TIENE.

De ese modo, no secará su ropa más de la cuenta.

LIMPIE EL FILTRO DE HILACHA DESPUÉS DE CADA LAVADA.

Los filtros tapados aumentan los costos de secado.

REVISE EL CONDUCTO DE VENTILACIÓN DE SU SECADORA.

Asegúrese de que la ventilación de escape abra y cierre sin dificultad. Sustituya la ventilación si no cierra bien, para que el aire exterior no se cuele a su casa.

CUANDO EL TIEMPO LO PERMITA, SEQUE LA ROPA AL AIRE.

La luz y calor solares son gratuitos.

ADQUIERA LAVADORAS ENERGY STAR®.

Las lavadoras con esta calificación usan cerca de la mitad del agua y la electricidad que usan las lavadoras convencionales.



							1
2	3	4	5	6	7	8	
9	10	11	12	13	14	15	
16	17	18	19	20	21	22	
23	24	25	26	27	28		

MARZO 2025

			1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12	
13	14	15	16	17	18	19	
20	21	22	23	24	25	26	
27	28	29	30				

DOMINGO

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

SÁBADO

						1 Ramadán empieza con la caída del sol
2	3	4	5 Miércoles de ceniza	6	7	8
9 Cambio de hora	10	11	12	13	14	15
16	17 Día de San Patricio	18	19	20 Primer día de la primavera	21	22 Día Mundial del Agua
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

AGUA



DISMINUIR EL USO DE AGUA EN LOS APARATOS O GRIFOS QUE USAN AGUA CALIENTE PUEDE REPRESENTAR GRANDES AHORROS.

Cuando utiliza agua, usted paga el agua y la energía necesaria para calentarla.

INSTALE UNA DUCHA DE BAJO CONSUMO.

Estas duchas usan entre un tercio y la mitad del agua que usan las duchas convencionales.

BAJE EL TERMOSTATO DEL AGUA CALIENTE A 120°F.

De este modo ahorra energía y evita quemaduras menores. Sin embargo, si el lavavajillas no tiene calentador de refuerzo, debe ponerlo en 140°F.

TOME DUCHAS CORTAS.

Al ducharse usa menos agua caliente que al bañarse.

REPARE LOS GRIFOS QUE GOTEEN.

Treinta gotas por minuto pueden desperdiciar hasta 50 galones al mes.

INSTALE AIREADORES DE GRIFO DE BAJO CONSUMO.

Reducen la cantidad de agua que sale.

USE AISLANTE PARA LOS CALENTADORES DE AGUA Y LAS CAÑERÍAS.

Lo mismo que las paredes, los calentadores de agua requieren aislante para impedir que escape el calor. Si el valor R de su tanque es menor de 24, puede evitar pérdidas de calor en un 25% a 45% con solo poner más aislante.

USE EL LAVAVAJILLAS EN EL MODO DE AHORRO DE ENERGY STAR®.

Use la función de lavado ligero para ahorrar agua y la función de secado en frío para ahorrar energía.



MAR 2025
 2 3 4 5 6 7 8
 9 10 11 12 13 14 15
 16 17 18 19 20 21 22
 23/30 24/31 25 26 27 28 29

ABRIL 2025

MAY 2025
 4 5 6 7 8 9 10
 11 12 13 14 15 16 17
 18 19 20 21 22 23 24
 25 26 27 28 29 30 31

DOMINGO	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO
		1 Día de los Inocentes	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12 La Pascua Judía empieza con la caída del sol
13 Domingo de Ramos	14	15	16	17	18 Viernes Santo	19
20 Domingo de Pascua	21	22 Día de la Tierra	23	24	25	26
27	28	29	30			

PLATOS



SOLO LAVE LA CARGA COMPLETA.

Cuesta exactamente lo mismo lavar un plato que lavar la lavadora llena.

SEQUE LOS PLATOS AL AIRE.

Si el lavavajillas tiene una opción de secado con aire, úsela.

LLENE EL LAVAVAJILLAS SEGÚN LAS INSTRUCCIONES DEL FABRICANTE.

Esto permitirá que la máquina limpie los platos adecuadamente.

SIEMPRE QUE SEA POSIBLE, USE CICLOS DE LAVADO QUE AHORREN ENERGÍA. USE LAS OPCIONES QUE AUMENTEN LA TEMPERATURA DEL AGUA.

Si la lavadora tiene un calentador de refuerzo, puede bajar el termostato del calentador de agua a 120°F. El calentador de refuerzo consume menos energía calentando el agua en el lavavajillas a 140°F que la que consume el calentador de agua para mantener toda el agua a 140°F todo el tiempo. Verifique en el manual del lavavajillas cuál es la temperatura mínima del agua recomendada.

SI LAVA A MANO, ENJUAGUE LOS PLATOS POR GRUPOS EN VEZ DE UNO A LA VEZ.

No deje el agua correr.



ABR 2025	1	2	3	4	5		
	6	7	8	9	10	11	12
	13	14	15	16	17	18	19
	20	21	22	23	24	25	26
	27	28	29	30			

MAYO 2025

JUN 2025	1	2	3	4	5	6	7
	8	9	10	11	12	13	14
	15	16	17	18	19	20	21
	22	23	24	25	26	27	28
	29	30					

DOMINGO

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

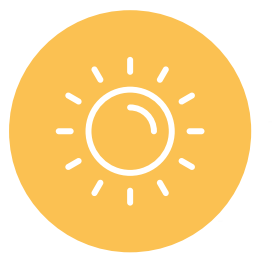
JUEVES

VIERNES

SÁBADO

				1	2	3
4	5 Cinco de Mayo	6	7	8	9	10
11 Día de las Madres	12	13	14	15	16	17 Día de las Fuerzas Armadas
18	19	20	21	22	23	24
25	26 Día de Conmemoración	27	28	29	30	31

VERANO



MANTENGA UNA TEMPERATURA AGRADABLE SIN AIRE ACONDICIONADO:

USE VENTILADORES.

Puede usar ventiladores de circulación cerca de las ventanas abiertas en la noche para que salga de la casa el calor del día. Los ventiladores de techo hacen que se sienta alrededor de 4°F más frío que la temperatura real del aire porque mueven el aire por la piel, pero no reducen la temperatura real de la habitación, así que asegúrese de apagar los ventiladores de techo cuando salga de una habitación.

CIERRE LAS CORTINAS Y VENTANAS DURANTE EL DÍA.

Por la noche, abra las ventanas opuestas entre sí para crear ventilación cruzada.

MANTENGA UNA TEMPERATURA AGRADABLE CON AIRE ACONDICIONADO:

INSTALE UN TERMOSTATO PROGRAMABLE.

Asegúrese de que esté programado para desactivar la climatización cuando no esté en casa y cuando esté durmiendo.

PONGA EL TERMOSTATO EN 78°F, O MÁS ALTO AUN SI USA VENTILADORES DE TECHO.

Se puede ahorrar entre 3% y 5% en sus costos por cada grado que suba al termostato en el verano.

MANTENGA LIMPIOS LOS FILTROS.

Revise los filtros de calefacción y aire acondicionado mensualmente, o según lo recomiende el fabricante. Límpielos o reemplácelos según sea necesario.

USE LA MODALIDAD DE VENTILADOR AUTOMÁTICO.



MAY 2025				1	2	3	
	4	5	6	7	8	9	10
	11	12	13	14	15	16	17
	18	19	20	21	22	23	24
	25	26	27	28	29	30	31

JUNIO 2025

JUL 2025				1	2	3	4	5
	6	7	8	9	10	11	12	
	13	14	15	16	17	18	19	
	20	21	22	23	24	25	26	
	27	28	29	30	31			

DOMINGO	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14 Día de la Bandera
15 Día del Padre	16	17	18	19 Juneteenth	20 Primer día del verano	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					

COCINA



AL HORNEAR, USE CACEROLAS DE VIDRIO O CERÁMICA.

Calientan más rápido que las de metal. Por esa razón las recetas de brownies que piden una temperatura de cocción de 350°F se ajustan a 325°F cuando se usa un recipiente de vidrio.

RECUERDE: TENGA MUCHO CUIDADO CUANDO COCINE.

Es la causa número uno de incendios caseros en los Estados Unidos.

MANTENGA LIBRES LAS PARRILLAS.

El papel de aluminio en las parrillas bloquea el calor y cuesta dinero.

USE LAS CACEROLAS MÁS PEQUEÑAS QUE PUEDA.

Se necesita menos energía para calentarlas.

NO DESTAPE LAS OLLAS NI ABRA EL HORNO PARA ECHAR UN VISTAZO.

Pierde calor cada vez que lo hace.

USE TOSTADORAS, OLLAS DE COCCIÓN LENTA Y MICROONDAS.

Usan menos energía que la estufa o el horno cuando está haciendo comidas de tamaño pequeño o mediano.

MANTENGA LIMPIA LA SUPERFICIE INTERNA DE SU MICROONDAS.

Esto contribuye a que se cuezan los alimentos de modo más eficiente.

TAPE LAS OLLAS Y CACEROLAS.

Ayuda a cocer los alimentos más rápido al mantener el vapor en el interior de la olla o cacerola.

LIMPIE LAS BANDEJAS DE LOS QUEMADORES DE LA ESTUFA.

Cuando están limpias, reflejan el calor hacia las ollas y cacerolas.



JUN 2025
1 2 3 4 5 6 7
8 9 10 11 12 13 14
15 16 17 18 19 20 21
22 23 24 25 26 27 28
29 30

JULIO 2025

AGO 2025
1 2
3 4 5 6 7 8 9
10 11 12 13 14 15 16
17 18 19 20 21 22 23
24/31 25 26 27 28 29 30

DOMINGO

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

SÁBADO

DOMINGO	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO
		1	2	3	4 Día de la Independencia	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

REFRIGERADOR



DECIDA LO QUE DESEA TOMAR DEL REFRIGERADOR ANTES DE ABRIR LA PUERTA, Y CIÉRRELA INMEDIATAMENTE DESPUÉS DE TOMARLO.

Cada vez que se abre la puerta del refrigerador, se pierde aire frío.

TAPE Y ENVUELVA LOS ALIMENTOS.

Los alimentos y líquidos destapados dejan escapar la humedad, lo que hace que el refrigerador necesite más energía para enfriar.

REVISE LA TEMPERATURA.

Usted está perdiendo dinero si es inferior a entre 37°F y 40°F. El congelador debe estar entre 0°F y 5°F. Para verificar la temperatura, ponga un termómetro en un vaso de agua en el centro del refrigerador y otro entre paquetes en el congelador. Léalos después de 24 horas.

DESCONGELE MANUALMENTE LOS REFRIGERADORES QUE LO REQUIERAN:

la escarcha hace que estos modelos sean menos eficientes y estropea los alimentos.

REVISE LAS JUNTAS DE LAS PUERTAS.

Cierre la puerta del refrigerador con un pedazo de papel que quede mitad dentro y mitad fuera del refrigerador. Si puede sacar el papel fácilmente sin necesidad de abrir la puerta, es necesario ajustar el cierre o cambiar las juntas.

¿VA A COMPRAR UN REFRIGERADOR NUEVO?

Adquiera un modelo ENERGY STAR®.



JUL 2025		1	2	3	4	5	
	6	7	8	9	10	11	12
	13	14	15	16	17	18	19
	20	21	22	23	24	25	26
	27	28	29	30	31		

AGOSTO 2025

SEP 2025		1	2	3	4	5	6
	7	8	9	10	11	12	13
	14	15	16	17	18	19	20
	21	22	23	24	25	26	27
	28	29	30				

DOMINGO	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

NIÑOS



APAGA LA RADIO, LA TELEVISIÓN, LA COMPUTADORA Y LOS VIDEOJUEGOS CUANDO NO VAYAS A USARLOS,

y recuerda apagar las luces.

PON TU VIDEOJUEGO EN MODO DE APAGARSE POR SÍ SOLO, PARA QUE SE APAGUE CUANDO NADIE ESTÉ JUGANDO.

Desconecta tu celular y tu reproductor de mp3 cuando termines de cargarlos, para no consumir energía innecesaria.

TOMA DUCHAS CORTAS.

Al ducharte usas menos agua caliente que al bañarte.

REVISAS SI HAY PROBLEMAS QUE MAMÁ O PAPÁ NO HAYAN VISTO,

como grifos que gotean. Los goteos también desperdician la energía que se usa para calentar el agua.

VIAJA CON AMIGOS A LAS ACTIVIDADES FUERA DE LA ESCUELA.

DECIDE LO QUE DESEAS TOMAR DEL REFRIGERADOR ANTES DE ABRIR LA PUERTA,

y ciérrala inmediatamente después de tomarlo.

¿SE SIENTE FRÍO EN LA CASA?

No subas el termostato. Mejor usa ropa más encubridora, como un suéter.



AGO 2025

					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
²⁴ / ₃₁	25	26	27	28	29	30

SEPTIEMBRE 2025

OCT 2025

			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

DOMINGO

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

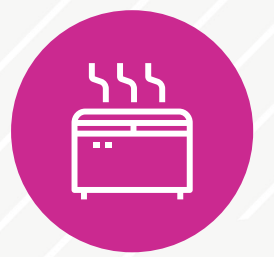
JUEVES

VIERNES

SÁBADO

	1 Día del Trabajo	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22 Primer día del otoño	23	24	25	26	27
28	29	30				

CALEFACCIÓN



BÁJELE 5 GRADOS AL TERMOSTATO.

Cada grado le ahorra aproximadamente 2% de su factura de calefacción. Cinco grados le ahorrarían \$100 de una factura anual de calefacción de \$1,000. Si instala un termostato programable, éste realizará el trabajo por usted.

HAGA QUE UN PROFESIONAL PONGA A PUNTO E INSPECCIONE SU SISTEMA DE CALEFACCIÓN.

Las calderas de aceite deben revisarse una vez por año, mientras que las de gas deben revisarse cada dos o tres años. Esto puede ahorrarle hasta 10% de sus costos de calefacción.

PIENSE EN ADQUIRIR UNA BOMBA DE CALOR PARA UNA CALEFACCIÓN CONFIABLE Y EFICIENTE.

También hay bombas de calor para clima frío.

USE UN CALENTADOR QUE CUMPLA CON LAS NORMAS MÁS RECIENTES.

Recientemente se han actualizado las normas para garantizar mayor seguridad.

SI TIENE UNA SISTEMA DE CALEFACCIÓN CON CALDERA DE AIRE A PRESIÓN O UNA BOMBA, REVISE EL FILTRO MENSUALMENTE.

Límpielo o reemplácelo según sea necesario.

¡NUNCA USE LA ESTUFA PARA CALENTAR LA CASA!

Es caro y muy peligroso.

SI TIENE UN SISTEMA DE AGUA CALIENTE O DE VAPOR, REVISE LOS NIVELES DE AGUA.

Un contratista de calefacción puede indicarle cómo agregar más agua. Pídale al contratista más consejos para que su sistema funcione mejor.

COLOQUE LOS CALENTADORES EN UN ÁREA ABIERTA

Deben colocarse en una superficie plana, dura y no inflamable para que el aire pueda circular alrededor. Manténgalos por lo menos a 3 pies de distancia de materiales inflamables.

APAGUE EL CALENTADOR CUANDO SALGA DE LA HABITACIÓN O SE VAYA A DORMIR.

No coloque el calentador cerca de nadie que esté durmiendo.



SEP 2025	1	2	3	4	5	6	
	7	8	9	10	11	12	13
	14	15	16	17	18	19	20
	21	22	23	24	25	26	27
	28	29	30				

OCTUBRE 2025

NOV 2025						1	
	2	3	4	5	6	7	8
	9	10	11	12	13	14	15
	16	17	18	19	20	21	22
	23	24	25	26	27	28	29

DOMINGO	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO
			1 Yom Kippur empieza con la caída del sol	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13 Día de la Hispanidad Día de los Pueblos Indígenas	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31 Halloween	

INVIERNO



INSTALE UN TERMOSTATO PROGRAMABLE.

Se usa para controlar automáticamente la temperatura cuando no está en casa y durante la noche mientras duerme.

REVISE SI ENTRA AIRE FRÍO A LA CASA.

Si hay corrientes de aire en la casa, debe sellar las fugas de aire e instalar aislante adicional.

HAGA QUE UN AUDITOR DE ENERGÍA CERTIFICADO EVALÚE LA CASA Y SUGIERA MEJORAS.

USE CORTINAS.

Allí donde las ventanas den al sol, mantenga las cortinas abiertas durante el día. Cierre todas las cortinas en la noche. Esto permite que el sol caliente la casa durante el día y reduce las corrientes de aire en la noche.

INSTALE VENTANAS Y PUERTAS DE PROTECCIÓN CONTRA TORMENTAS.

Se pagan solas, pues mantienen fuera el aire frío e impiden que se acumule humedad en las ventanas. Recuerde quitarlas cuando comience el verano.

REPARE LAS GRIETAS Y ENMASILLE Y PONGA BURLETE EN LOS MARCOS.

Una pequeña grieta aumenta los gastos de combustible. ¿Tiene una ventana floja? Instale burletes. Ayudan a mantener el aire frío fuera de la casa. Si los marcos de las ventanas tienen huecos, probablemente estén dejando pasar el aire frío a la casa.

CUBRA LA CAMA DE AGUA.

Puede usar tanta electricidad como su refrigerador. Para ahorrar más del 30% de ese costo, arregle la cama de forma rutinaria y cúbrala con un edredón.

AVERIGÜE SI REÚNE LAS CONDICIONES PARA EL PROGRAMA DE AYUDA CON LA CLIMATIZACIÓN O PARA CRÉDITOS FISCALES PARA MEJORAS ENERGÉTICAS



OCT 2025

			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

NOVIEMBRE 2025

DIC 2025

							1	2	3	4	5	6	
7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31			

DOMINGO

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

SÁBADO

							1
2	3	4	5	6	7	8	
Cambio de hora							
9	10	11	12	13	14	15	
		Día de los Veteranos					
16	17	18	19	20	21	22	
23	24	25	26	27	28	29	
30				Día de Acción de Gracias			

SEGURIDAD

INVIERTA EN DETECTORES DE HUMO Y ALARMAS DE MONÓXIDO DE CARBONO.

Instale detectores de humo en cada piso de la casa y fuera de cada dormitorio. Reemplace las pilas dos veces al año. NOTA: algunos de los nuevos detectores de humo vienen con una batería de 10 años. Están diseñados para que se reemplace la unidad, por lo que no tendrá que cambiar las pilas. Las alarmas de monóxido de carbono le avisan si un calentador defectuoso que funcione con gas natural, aceite, gas propano, madera o queroseno está emitiendo este gas inodoro en su casa.

NOTA: los síntomas de intoxicación por monóxido de carbono son, entre otros, mareos, cansancio, dolor de cabeza, náuseas, respiración irregular y confusión. Si cree que tiene gripe, pero mejora cuando sale de la casa, el monóxido de carbono podría ser la causa.

NUNCA DEJE UN MOTOR EN MARCHA EN UN GARAJE CONTIGUO.

Esto quiere decir máquinas quitanieve, cortadoras de césped, automóviles, o cualquier otra cosa con un motor de combustión interna. No lo haga ni siquiera si la puerta del garaje está abierta.

NO PERMITA QUE NADIE SE ACERQUE A CABLES DERRIBADOS.

Llame al 911 si se cae un cable eléctrico en las cercanías de su casa.

NO SOBRECARGUE TOMACORRIENTES ENCHUFANDO DEMASIADOS APARATOS EN UNO SOLO.

COMPRUEBE QUE LOS CABLES ESTÉN EN BUEN ESTADO.

Debe reemplazarlos si están agrietados o desgastados. Puede evitar daños si nunca hala los enchufes por el cable.

TENGA CUIDADO CUANDO MANIPULE ELECTRODOMÉSTICOS Y EQUIPOS ELÉCTRICOS.

Nunca introduzca objetos metálicos en aparatos (como un cuchillo en una tostadora) y siempre desenchufe los electrodomésticos antes de manipularlos. Nunca toque aparatos, cables o interruptores eléctricos con las manos mojadas.

HAGA PRUEBAS PARA COMPROBAR QUE NO HAYA RADÓN EN CASA,

e instale un sistema de reducción de radón si los niveles son demasiado altos. El radón es un gas radiactivo que en altas concentraciones puede provocar cáncer de pulmón. Se encuentra en estado natural en el suelo en muchas zonas de Estados Unidos y puede llegar a su casa a través de grietas, juntas y huecos en el sótano.

USE TAPAS PLÁSTICAS DE SEGURIDAD EN LOS TOMACORRIENTES ELÉCTRICOS,

especialmente si hay niños pequeños en casa.



NOV 2025

							1
2	3	4	5	6	7	8	
9	10	11	12	13	14	15	
16	17	18	19	20	21	22	
²³ / ₃₀	24	25	26	27	28	29	

DICIEMBRE 2025

ENE 2026

						1	2	3
4	5	6	7	8	9	10		
11	12	13	14	15	16	17		
18	19	20	21	22	23	24		
25	26	27	28	29	30	31		

DOMINGO	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14 Hanukkah empieza con la caída del sol	15	16	17	18	19	20
21 Primer día del invierno	22	23	24	25 Navidad	26 Primer día de Kwanzaa	27
28	29	30	31 Nochevieja			

RECURSOS

Visite estos sitios para informarse mejor sobre el modo de ahorrar energía en casa:

El Consejo Americano para una Economía con Eficiencia Energética

www.aceee.org

Departamento de Energía de EE.UU.

www.energy.gov

ENERGY STAR®

www.energystar.gov

Alianza para el Ahorro de Energía

www.ase.org

AVISO: este calendario ha sido producido por The Education & Outreach Company. Ni The Education & Outreach Company ni sus autores, ni ninguna persona que actúe en nombre o representación de The Education & Outreach Company hacen ninguna garantía, expresa o implícita, con respecto al uso de cualquier información divulgada en este calendario, asume ninguna responsabilidad con respecto al uso de, o los daños producidos por el uso de, cualquier información contenida en este calendario. Las recomendaciones, las estadísticas utilizadas y la información proporcionadas tienen estrictamente el propósito de informar al usuario. Los ahorros mencionados se calculan sobre la base de investigaciones y otra información. Tienen el propósito de servir como sugerencias. Los ahorros reales dependerán del clima, el tamaño de la casa y otros factores.

© 2025 por The Education & Outreach Company. Todos los derechos reservados.