

TEST DEL SUPERENERGÉTICO EFICIENTE

¿TÚ TIENES EL CONTROL! AHORRA ENERGÍA.

Contesta estas 15 preguntas añadiendo una X a la respuesta (SI/NO) y comprueba qué tipo de **SUPERENERGÉTICO** eres, con la puntuación obtenida.

		SI	NO	PUNTOS
1	Apago los aparatos electrónicos (consola, TV, ordenador, equipo de música...) al terminar de usarlos, sin dejarlos en "stand by".			
2	Dejo mi ropa y otros objetos encima de los radiadores en invierno.			
3	Apago las luces cuando salgo de las habitaciones.			
4	Cuando no veo la televisión, procuro que esté apagada.			
5	Contemplo la nevera abierta, cierro y vuelvo a abrir, sin encontrar nada nuevo que comer.			
6	Aprovecho al máximo la luz del día, abriendo persianas y cortinas.			
7	Uso agua fría y cierro el grifo mientras me cepillo los dientes y me lavo las manos o la cara.			
8	No abro las ventanas cuando la calefacción esté encendida para evitar la pérdida del calor.			
9	Evito usar agua caliente para lavar vajilla, frutas o verduras.			
10	Juego y me divierto encendiendo y apagando las luces rápidamente.			
11	Pongo en modo "reposo" la pantalla del ordenador cuando me ausento durante un momento.			
12	Cuando voy a beber, dejo el agua correr.			
13	Dejo la puerta de la nevera abierta mientras bebo, como algún alimento o estoy haciendo algo.			
14	Antes de ducharme, abro el grifo de agua caliente con fuerza y durante un buen rato, mientras me entretengo con algo.			
15	Ventilo mi habitación abriendo la ventana durante aproximadamente 10 minutos.			
SUMA LOS PUNTOS				

TIPO DE SUPERENERGÉTICO



1 a 5
puntos

Superenergético en proceso



6 a 9
puntos

Superenergético junior



10 a 13
puntos

Superenergético sénior



14 a 15
puntos

SUPERENERGÉTICO

COMPRUEBA TU Puntuación

1. SI = 1 punto. NO = 0 puntos.	4. SI = 1 punto. NO = 0 puntos.	7. SI = 1 punto. NO = 0 puntos.	10. SI = 0 puntos. NO = 1 punto.	13. SI = 0 puntos. NO = 1 punto.
2. SI = 0 puntos. NO = 1 punto.	5. SI = 0 puntos. NO = 1 punto.	8. SI = 1 punto. NO = 0 puntos.	11. SI = 1 punto. NO = 0 puntos.	14. SI = 0 puntos. NO = 1 punto.
3. SI = 1 punto. NO = 0 puntos.	6. SI = 1 punto. NO = 0 puntos.	9. SI = 1 punto. NO = 0 puntos.	12. SI = 0 puntos. NO = 1 punto.	15. SI = 1 punto. NO = 0 puntos.

Confederación Española
de Cooperativas
de Consumidores
y Usuarios



**HISPA
COOP**



GOBIERNO
DE ESPAÑA

MINISTERIO
DE SANIDAD, CONSUMO
Y BIENESTAR SOCIAL

SECRETARÍA GENERAL
DE SANIDAD Y CONSUMO

DIRECCIÓN GENERAL
DE CONSUMO