

#consumoresponsable



***LA ENERGÍA MÁS BARATA,
Y QUE MENOS CONTAMINA,
ES LA QUE NO UTILIZAMOS.***

coopelectricas.com



**Federación
Cooperativas Eléctricas**
Comunidad Valenciana

#yomeplanto

CAMBIO CLIMÁTICO: Ya está aquí y no es broma. No tenemos que esperar a que nadie haga el trabajo por nosotros. Cada un@ tenemos que interiorizar nuestra propia aportación.

RECURSOS FINITOS DEL PLANETA: No es únicamente un cambio de fuentes energéticas o de tecnología, hay que cambiar nuestra forma de usar la energía porque el planeta no admite este ritmo de consumo y desperdicio.

DESARROLLO SOSTENIBLE: es más que posible, e incluso mejor a medio y largo plazo, cambiar el paradigma de crecimiento permanente por el de desarrollo sostenible.

TRANSICIÓN ENERGÉTICA: se ha iniciado ya esta necesaria transición, con cambios importantísimos en nuestra relación con la energía.

TRES USOS BÁSICOS DE USO ENERGÉTICO POR EL SER HUMANO: ALIMENTACIÓN, HABITABILIDAD Y TRANSPORTE.

MOTIVACIONES DE LA FEDERACIÓN Y LAS COOPERATIVAS: Una nueva visión que estas entidades sociales reconocen y por tanto, se proponen enfatizar para destacar la ventaja de acometer este reto, siendo propietarios de las redes de distribución energética.

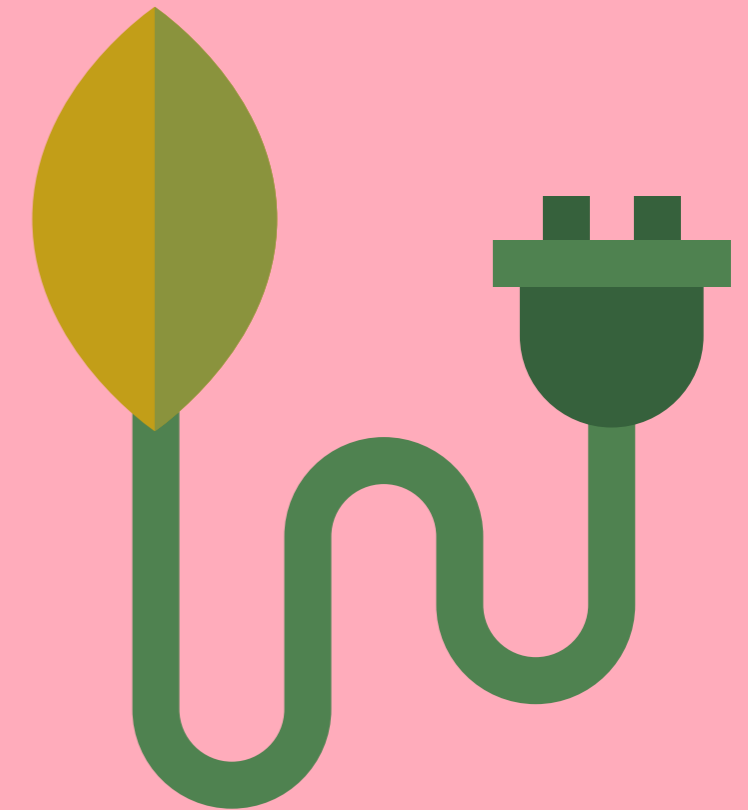


#casaeficiente

EFICIENCIA EN CASA: EL CONCEPTO NZEB

Se pueden definir los edificios de consumo de energía casi nulo NZEB (nearly Zero-Energy Building) como edificaciones que: poseen un consumo de energía muy bajo, procedente en su mayoría de fuentes renovables in situ o del entorno. Para el diseño óptimo de un edificio NZEB es necesario aplicar los principales criterios de bioclimatismo, con el objetivo de reducir considerablemente la demanda energética del edificio. Estos criterios se resumen en:

Orientación / Compacidad / Aislamiento / Protecciones solares / Ventilación natural / Ventilación controlada
Objetivo final: reducir la demanda energética.



#sostenible

***EL CONCEPTO NZEB ES UNA LEGISLACIÓN EUROPEA TRANSPUESTA EN ESPAÑA QUE IMPLICA QUE EN ENERO DE 2020 NO SE PODRÁ CONSTRUIR NINGÚN EDIFICIO QUE NO CUMPLA ESTE REQUISITO. EXISTEN GRANDES PLANES DE REHABILITACIÓN.**

coopelectricas.com

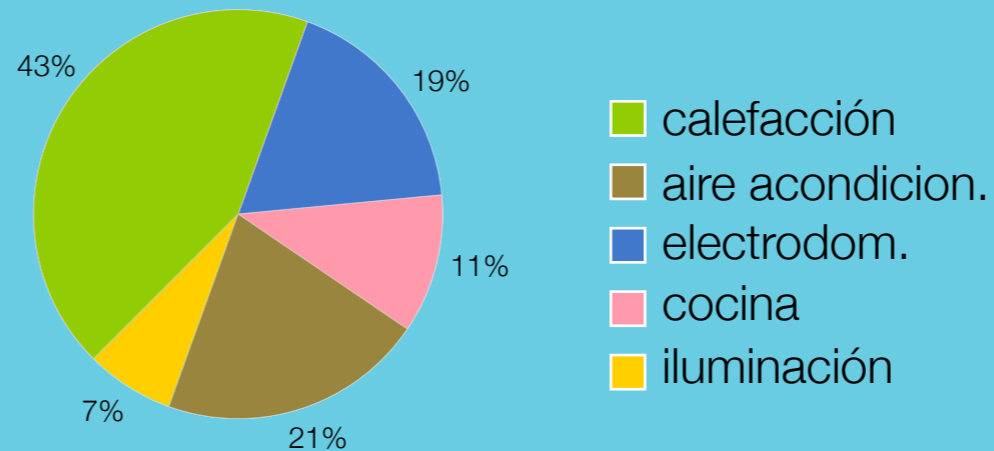
#casaeficiente

QUÉ PODEMOS HACER EN CASA?



NECESITO POCO → GASTO POCO → PRODUZCO MI ENERGÍA

El 20% de la energía que se consume en España la necesitan las viviendas y recae sobre las familias.



ELECTRODOMÉSTICOS

Controlas a tu nevera o ella te controla a ti?

La nevera representa el 27% del consumo de los electrodomésticos. La etiqueta A+ o A+++ puede suponer una reducción de más de 100€ anuales.

TIPO DE NEVERA	+ 15 AÑOS	A +	A +++
ENERGIA ANUAL	730 kWh	330 kWh	180 kWh
COSTE ANUAL	140 €	62 €	35 €

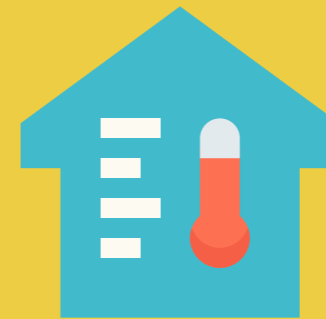


FILOSOFIA SOSTENIBLE

NECESITO POCO:
Medidas pasivas en mi hogar.

PARA NECESITAR POCO

- ✓ Averigua si la casa en que vives se construyó antes de 1979, en caso afirmativo plantéate acometer una reforma profesional.
- ✓ Ventilar 10 min es más que suficiente para renovar el aire de la casa sin perder frío o calor.
- ✓ Vigila las fugas en puertas, ventanas y cajones de persianas. Coloca bajo-puertas y burletes donde haga falta.
- ✓ Coloca doble ventana o doble cristal sobre todo en los espacios en que haces vida. En los dormitorios utiliza mantas o edredones que te permitan dormir sin calefacción.
- ✓ Utiliza cortinas y persianas para aislar durante las noches.
- ✓ Identifica y aísla los muros al norte. Cuidado con las humedades.
- ✓ Coloca paneles reflectores en cristales que estén orientados al sur.



TEMPERATURAS
DE CONFORT



Invierno 20-21°C



Verano 25-26°C



NECESITO POCO → GASTO POCO → PRODUZCO MI ENERGÍA



EFICIENCIA ENERGÉTICA



GASTO POCO:

Medidas **ACTIVAS** que ayudan a ahorrar sin renunciar al confort en mi hogar

CÓMO PUEDO REDUCIR LA CANTIDAD DE ENERGÍA QUE NECESITO?

Recuerda que intervienen dos factores:

1. La potencia que usa cada elemento de consumo en el momento que lo conecto.
2. El tiempo durante el que lo tengo conectado.

Como reglas generales, no dejes de tener en cuenta que:

- A.** Comprar electrodomésticos eficientes (A+++) vale un poco más de dinero en la compra, pero nos proporciona un ahorro a lo largo de su vida útil.
- B.** Cualquier electrodoméstico que lleve motor, mejor si utiliza sistema “inverter”.
- C.** Para limitar el tiempo de uso a lo imprescindible, y evitar consumos fantasma (stand-by), instala regletas con interruptor independiente en todos los elementos de consumo de tu casa. Y utilízalas.
- D.** En tu cocina, separa siempre elementos de emisión de calor: encimera, horno, microondas... de elementos de frío como nevera o congelador.
- E.** En **ILUMINACIÓN** cambia a LED.

***CAMBIAR POR LUMINARIAS
LED TODOS AQUELLOS
PUNTOS DE LUZ QUE TENGA-
MOS ENCENDIDOS MÁS DE
3 HORAS AL DÍA. EL RESTO LOS
IREMOS CAMBIANDO
CONFORME SE FUNDAN O
ESTROPEEN.***





NECESITO POCO → GASTO POCO → PRODUZCO MI ENERGÍA

EFICIENCIA ENERGÉTICA



GASTO POCO:

Medidas **ACTIVAS** que ayudan a ahorrar sin renunciar al confort en mi hogar

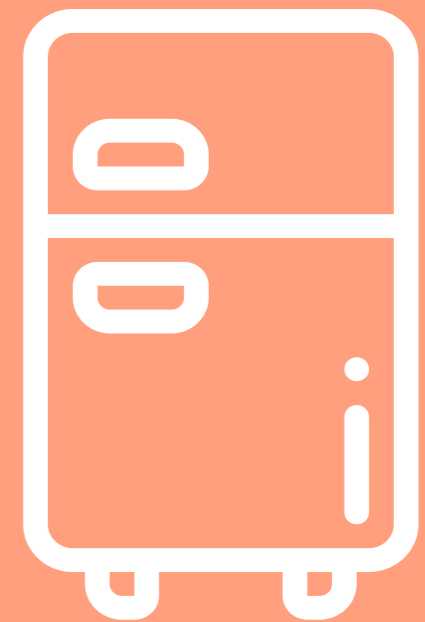
ESPECIAL ATENCIÓN A LOS MAYORES CONSUMIDORES:

Nevera (vale para el congelador. Intenta no duplicar elementos de frío en casa si no es necesario).

Tiene una potencia baja, pero está enchufada siempre.

- ✓ Planifica y ordena lo que sacas y metes de la nevera antes de abrir la puerta.
- ✓ Controla que no esté demasiado llena, ni demasiado vacía. Si tienes bandejas vacías introduce botellas de agua para que se pierda menos frío cada vez que abrimos.
- ✓ Ajusta el termostato en los márgenes medios de trabajo, no lo lledes a los extremos térmicos.
- ✓ No introduces comida caliente y descongela pasando, el día anterior, los alimentos del congelador a la nevera para aprovechar el frío de descongelación.
- ✓ Si es de las que genera hielo, retíralo periódicamente sin que se haga una capa gruesa en el interior. Vigila que las gomas cierren perfectamente y no haya fugas de frío.

Nevera





NECESITO POCO → GASTO POCO → PRODUZCO MI ENERGÍA

EFICIENCIA ENERGÉTICA

2

GASTO POCO:

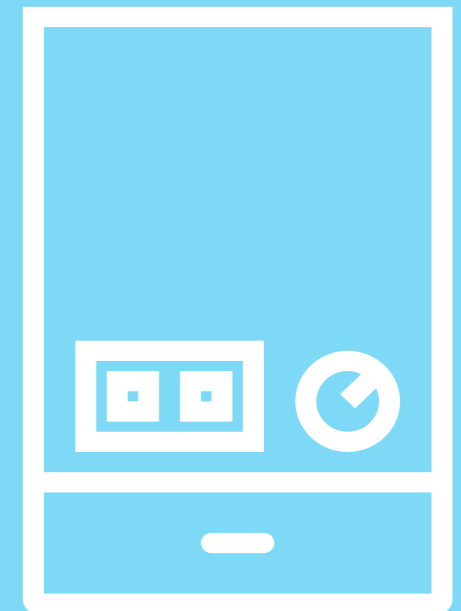
Medidas ACTIVAS que ayudan a ahorrar sin renunciar al confort en mi hogar

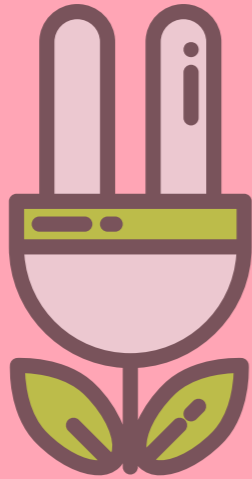
ESPECIAL ATENCIÓN A LOS MAYORES CONSUMIDORES:

TERMO ELÉCTRICO. Tiene una potencia alta, pero podemos gestionar el tiempo de funcionamiento.

- ✓ Instálalo lo más cerca posible del punto de consumo. Nunca en exteriores ni lugares muy fríos.
- ✓ Sólo interesa tenerlo siempre enchufado si necesitamos cantidad de agua caliente a cualquier hora del día.
- ✓ Adapta su tiempo de funcionamiento a tus hábitos de uso instalando un temporizador en la base del enchufe.
- ✓ Ajusta la temperatura a los niveles más bajos para que tengas que añadir el mínimo de agua fría mientras abres el grifo.

Termo





NECESITO POCO → GASTO POCO → PRODUZCO MI ENERGÍA

EFICIENCIA ENERGÉTICA

2

GASTO POCO:

Medidas ACTIVAS que ayudan a ahorrar sin renunciar al confort en mi hogar

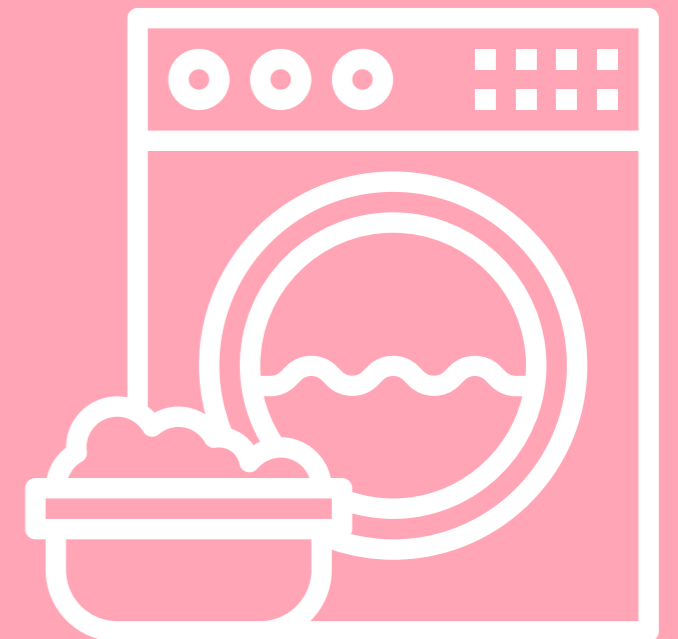
ESPECIAL ATENCIÓN A LOS MAYORES CONSUMIDORES:

LAVADORA / LAVAVAJILLAS Tiene una potencia alta, pero podemos decidir cuándo los conectamos.

Tres consejos para la lavadora/ lavavajillas

- ✓ Siempre que puedas lava con carga completa.
- ✓ Elige temperaturas bajas.
- ✓ Usa programas eco: menos consumo de agua y luz.
- ✓ **CONSEJO DE REGALO:** Seca la ropa al sol, aprovechémoslo!

Lavadora Lavavajillas





NECESITO POCO → GASTO POCO → PRODUZCO MI ENERGÍA

EFICIENCIA ENERGÉTICA

2

GASTO POCO:

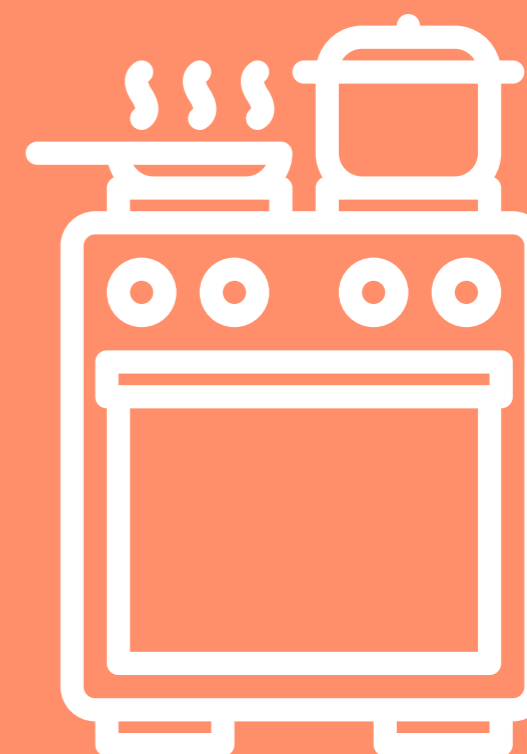
Medidas **ACTIVAS** que ayudan a ahorrar sin renunciar al confort en mi hogar

ESPECIAL ATENCIÓN A LOS MAYORES CONSUMIDORES:

COCINA / HORNO. Tiene una potencia alta, pero podemos decidir cuándo la conectamos. **ALGUNOS CONSEJOS:**

- ✓ No precalientes el horno durante mucho tiempo y apágalo 5-10 minutos antes de acabar la cocción.
- ✓ No abuses de la función grill.
- ✓ Cuando estés cocinando, trata de abrir la puerta lo menos posible. Si necesitas vigilar cómo va lo que tienes dentro, hazlo a través del cristal de la puerta.
- ✓ Hornea varios alimentos al mismo tiempo.
- ✓ Inducción o vitrocerámica.. Inducción más eficiente energéticamente.
- ✓ Usa cacerolas del mismo tamaño que la placa y procura taparlas para que se mantenga más el calor.

Cocina





NECESITO POCO → GASTO POCO → PRODUZCO MI ENERGÍA

EFICIENCIA ENERGÉTICA

2

GASTO POCO:

Medidas ACTIVAS que ayudan a ahorrar sin renunciar al confort en mi hogar

ESPECIAL ATENCIÓN A LOS MAYORES CONSUMIDORES:

MICRO ONDAS. Potencia media y un tiempo de uso reducido.

- ✓ Podemos cocinar con él con un consumo energético muy inferior al horno convencional.
- ✓ No descongelar en micro ondas a no ser que sea imprescindible.

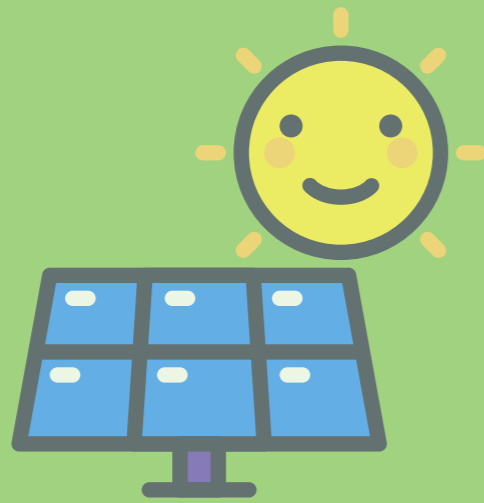
TELEVISIÓN. Potencia muy baja pero muchas horas de uso.

- ✓ La eficiencia de las nuevas televisiones de pantalla plana justifica jubilar los viejos aparatos de tubo de vidrio mucho más grandes y pesados.
- ✓ No la utilices como “animal de compañía”. Apágala cuando no la veas expresamente.

Micro / Tv



NECESITO POCO → GASTO POCO → PRODUZCO MI ENERGÍA



3

AUTOCONSUMO SOSTENIBLE PRODUZCO MI ENERGÍA!

Necesito poco, gasto poco, y el poco que me hace falta lo genero en mi tejado... o el del vecino ;)

QUÉ ES EL AUTOCONSUMO?

La posibilidad de producir cada uno su propia energía. Con unos pocos metros de tejado ya podemos generar la energía que necesitamos.

QUIÉN PUEDE HACER AUTOCONSUMO?

Cualquiera que tenga posibilidades de hacer la instalación en su casa, o en el tejado del vecino si está de acuerdo, también en la terraza común si vives en una comunidad de propietarios.

YA SE PUEDE?

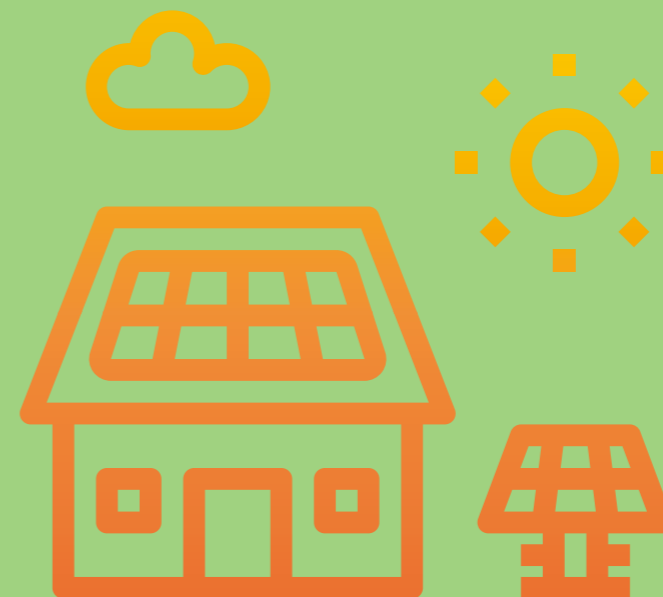
Siempre se ha podido. A partir del RD 244/2019 se ha simplificado mucho la burocracia necesaria. Por debajo de 15 kW de instalación, lo único que tengo que hacer es inscribirme en un registro de la GV.

MEJOR COMPARTIDO!

Mucho más provechoso si la instalación la compartimos entre varios vecinos o pymes.

DESDE LA COOPERATIVA!!

Siendo soci@s y propietarios de las redes de nuestro municipio, las ventajas se multiplican. **INFÓRMATE!**





***ELIGE BIEN:
CONTRATA ENERGÍA 100% RENOVABLE
CON COMERCIALIZADORAS LOCALES
QUE SOLO COMPRAN VERDE.***

NECESITO POCO → GASTO POCO → PRODUZCO MI ENERGÍA

coopelectricas.com

#casaeficiente

TIPS CONTRATACIÓN INTELIGENTE:

Ajustamos la potencia contratada al máximo de acuerdo a nuestro uso y comparamos tarifas para pagar el precio del kW al menor precio posible

NUNCA A LA VEZ

SIEMPRE

TOMA NOTA:
SI SIGUES ESTAS PAUTAS DE
FUNCIONAMIENTO PARA EL USO
DE TU ENERGÍA, PODRÁS AJUS-
TAR LA POTENCIA CONTRATADA
AL VALOR (Y UN POCO MÁS) DEL
ELECTRODOMÉSTICO QUE MA-
YOR POTENCIA NECESITE EN
TU HOGAR...



Neveras A+++
Menor Consumo



GRAN CONSUMO
(Aparatos con consumos mayor a u 1KW)

SOLO SI USAMOS



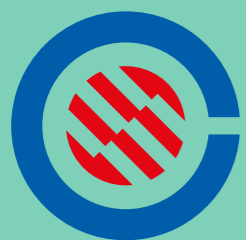
BAJO CONSUMO
(Resto electrodomésticos)

#casaeficiente

TIPS CONTRATACIÓN INTELIGENTE:

A qué precio te cobran el kWh contratado?

- ✓ Que no te mareen, lo importante es saber qué compramos: kWh, y que su precio final sea el más bajo posible.
- ✓ Ajusta el horario de tus usos energéticos y contrata la tarifa que más te convenga.
- ✓ Anula los servicios adicionales que no sepas a qué corresponden o no has contratado tú.
- ✓ Para disfrutar el bono social has de ser titular de la contratación del suministro y contratar la tarifa PVPC con una compañía de referencia.
- ✓ Contrata energía 100% renovable con comercializadoras que sólo compren verde.
- ✓ Desconfía de las ofertas que hablan de descuentos en vez de precio final de kW y kWh.
- ✓ Valora las ventajas de ser socio de la compañía que te suministra la energía de tu hogar.



**Federación
Cooperativas Eléctricas**
Comunidad Valenciana

LA FEDERACIÓN DE COOPERATIVAS ELÉCTRICAS DE LA COMUNIDAD VALENCIANA representa y defiende a nivel institucional los intereses generales de las cooperativas eléctricas voluntariamente asociadas

Uno de sus objetivos fundacionales consiste en promover la educación y formación de los socios de las cooperativas federadas, generalmente en materias de consumo y en especial en el uso y el aprovechamiento sostenible de la energía, y la información y defensa de los derechos de los consumidores.

Caballeros 26, 46001 Valencia
T. 963 519 756 fax: 963 381 835
info@coopelectricas.com
www.coopelectricas.com

Co-editor:

aeioluz
EVOLUCIÓN ENERGÉTICA

Diseño:

Angela Sabio

