

Conservando Verde:

Contrato de Conservación



Energía



Agua



Interior
Saludable



Reciclaje

Maneras Para Ahorrar:



Energía

- Voy a utilizar mi termostato adecuadamente
- Voy a desenchufar los electrónicos que no estoy utilizando

¡Ajustes del termostato para ahorrar dinero!	
Cuando No Está En Casa	¡Apágalo!
Cuando Estás En Casa (En el verano)	75°-80°
Cuando Estás En Casa (En el invierno)	68°-73°



Agua

- Tomaré duchas de 5 minutos
- Voy a utilizar una lavavajilla llena en lugar de lavar los platos a mano



Interior
Saludable

- Voy a utilizar productos de limpieza caseros
- Abriré mis ventanas para refrescar el aire en vez de usar aerosoles



Reciclaje

- Haré uso de bolsas, vasos, contenedores de comida, y las servilletas reutilizables siempre que puedo
- Voy a reciclar o donar elementos antiguos

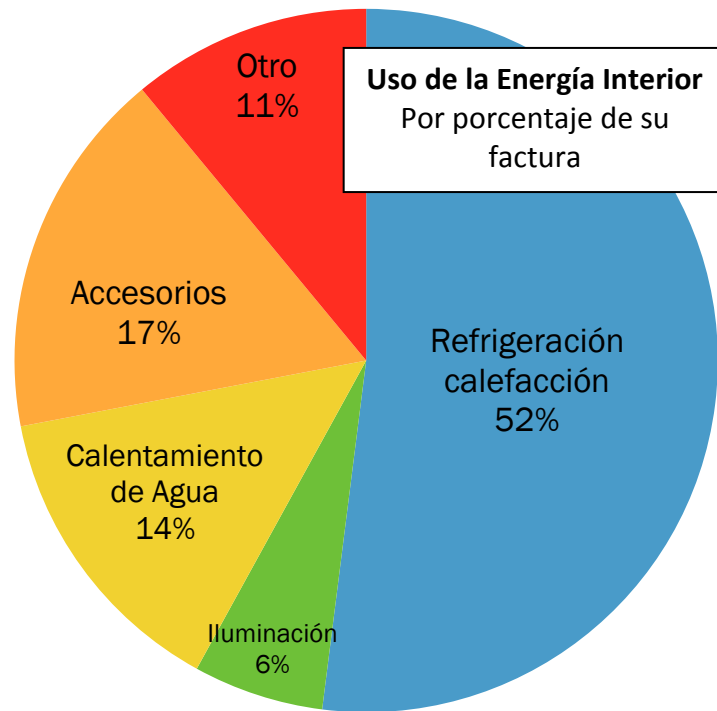
Conservando Verde: Energía



¡Utilizar el termostato adecuadamente!



El gráfico (a la derecha) muestra un desglose del uso de energía en el hogar estadounidense. El promedio mayor usuario de energía (¡la mitad del uso total!) es su calefacción y refrigeración, así que la mejor manera de ahorrar dinero es ajustando el termostato. ¡La tabla siguiente da los mejores consejos para la configuración del termostato que equilibrar ahorro y comodidad!



Desenchufe Los Aparatos Para Evitar Sobrecargar Los Enchufes



Muchas aplicaciones utilizan electricidad incluso cuando están desconectados, esto es un sobrecargo. Sobrecargos de enchufe se encuentran principalmente con la electrónica de entretenimiento como DVD, televisores, estéreos, computadoras y cajas de cable. Para evitar sobrecargos, usted puede desenchufar los electrónicos que no están usando o ponerlos en una regleta eléctrica y pagarlo cuando no se esté usando.

- Apaga los ventiladores cuando no están en la habitación. Es un mito que los ventiladores circulan el aire.
- Usando agua caliente utiliza energía. Ahorra electricidad tomando duchas de cinco minutos.

Apuntes:



Conservando Verde: Energía

Calefacción y refrigeración es el mayor consumidor de energía en su hogar. Completa esta hoja para ver cuánto se puede ahorrar simplemente ajustando el termostato. ¡Si ajustas el termostato más puedes ahorrar más!

*Nota: Estos ahorros se basen en cifras proporcionadas por el Departamento de Energía de los Estados Unidos. Dicen que hay un promedio de **3% de ahorro** por cada grado de aumento de las 24 horas del termostato.

¡Ajustes del termostato para ahorrar dinero!	
Quando No Está En Casa	¡Apágalo!
Quando Estás En Casa (En el verano)	75°-80°
Quando Estás En Casa (En el invierno)	68°-73°

1. Calcular su Ajuste:

Encuentra la diferencia entre la temperatura de su configuración actual y la temperatura nueva de su configuración que está dispuesto a intentar.

<input type="text"/>	-	<input type="text"/>	=	<input type="text"/>
Temperatura Nueva		Temperatura Actual		Ajuste

¿Inseguro?
Intente 80°
(ajuste en el verano)

2. Calcular su Ahorro Mensual:

<input type="text"/>	X	<input type="text"/>	X	<input type="text"/>	=	<input type="text"/>
3% Ahorros		Ajuste		Factura Promedia		Ahorro Mensual

¿Inseguro?
Intente \$100

3. Calcular Su Ahorro de Energía Anual:

¡No se olvide! Usted puede ahorrar más subiendo su termostato o apagarlo cuando no esté en casa.

<input type="text"/>	X	<input type="text"/>	=	<input type="text"/>
Ahorro Mensual		12 Meses		Ahorro de Energía

Conservando Verde: Agua



Tomar una ducha de 5 minutos

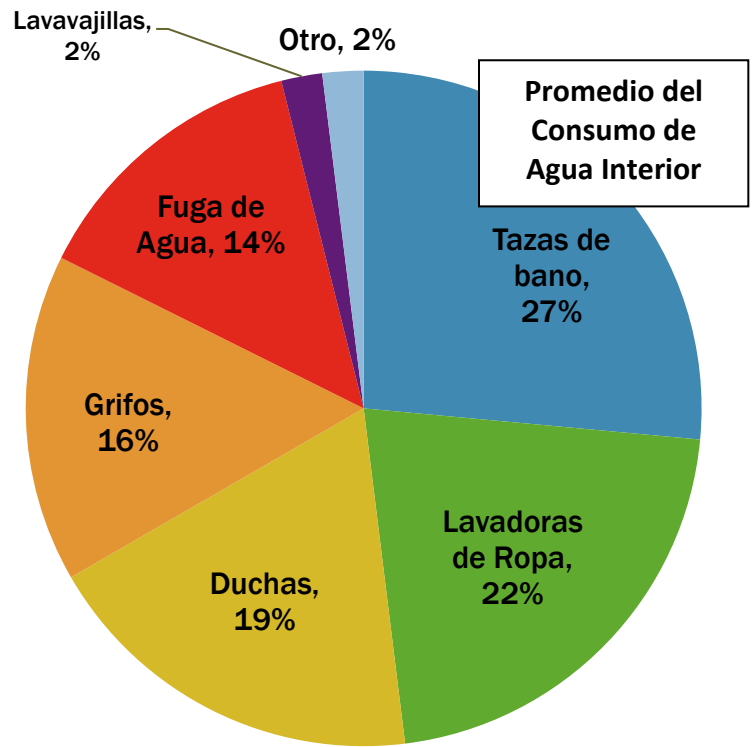


La utilización de un temporizador de la ducha le puede ahorrar entre 13 y 25 galones de agua por ducha. Ahorren aún más apagando el agua cuando se enjabonan su pelo o cuerpo.

Usar el Lavavajillas en lugar de Lavar a Mano



Lavar los platos a mano puede utilizar hasta 5 veces más agua que usar su lavavajillas. Ahorre aún más, evitando lavar los platos a mano.



- Colocar ordenes de trabajo para las tazas de baño, el lavabo y duchas. Una taza de baño puede costar más de \$800 al año.
- Utilizar solamente la lavadora de ropa si está completamente llena. Las lavadoras de ropa utilizan casi $\frac{1}{4}$ de uso de agua.
- Apagar el agua cuando te estas lavando los dientes y las manos.

Apuntes:



Conservando Verde: Agua

Duchas, grifos y fugas representan la mitad de su factura de agua.
¡Vamos a ver cuánto puede ahorrar haciendo algunos cambios! Sabías que...

- Una ducha de 5 minutos puede ahorrar 2,700 galones de agua por persona cada año.
- Lavando platos a mano gasta 23 galones de agua más que una carga en la lavavajilla.
- Los grifos que gotean una gota por segundo gastan 3,000 galones por año. Una taza de baño que está goteando gasta 200 galones de agua cada día.

Duchas

Completa las casillas sombreadas para encontrar sus ahorros personales.

$$\frac{\text{minutos}}{\text{El promedio de tiempo que actualmente pasa en la ducha}} \times .021 \text{ centavos } \frac{\text{Costo por Galón por Minuto}}{\text{por Minuto}} \times 365 \text{ dias } \frac{\text{Dias por Año}}{\text{Dias por Año}} = \$ \text{Costo por Año (por persona)}$$

$$\left(\$ \text{Costo por Año (por persona)} - \$65.43 \right) \times \frac{\text{Numero de personas en su}}{\text{Numero de personas en su}} = \$ \text{Ahorro Anual de Duchas}$$

Costo Anual de duchas de 5 minutos (por persona)

Grifos y Platos

Circula las afirmaciones verdaderas.

- Usualmente lavo los platos a mano \$121
- Usualmente enjuago los platos antes que ponerlos en el lavavajillas + \$86
- Usualmente deajo el agua prendida cuando me cepillo los dientes + \$58

Fuga de Agua

Circula las afirmaciones verdaderas.

- Tengo una taza de baño que gotea + \$840
- Tengo un lavabo que gotea + \$43

Costo total anual de cada artículo que usted circulo= $\$ \text{B}$

Grifos, Platos y Fugas de Agua Anual

$$\$ \text{A} + \$ \text{B} = \text{Ahorro de Agua}$$

Limpiar Con Productos Caseros De Limpieza




Estudios han demostrado que muchos de los químicos en los productos de limpieza están relacionados con el asma, enfermedades respiratorias, defectos de nacimiento y cáncer. Usted puede mantener su casa limpia por mucho menos dinero, proteger su salud personal y hasta proteger el medio ambiente usando lo básico. Utilizando la receta de vinagre y bicarbonato de sodio como es sugerido en la página 10 y 11 de este paquete.

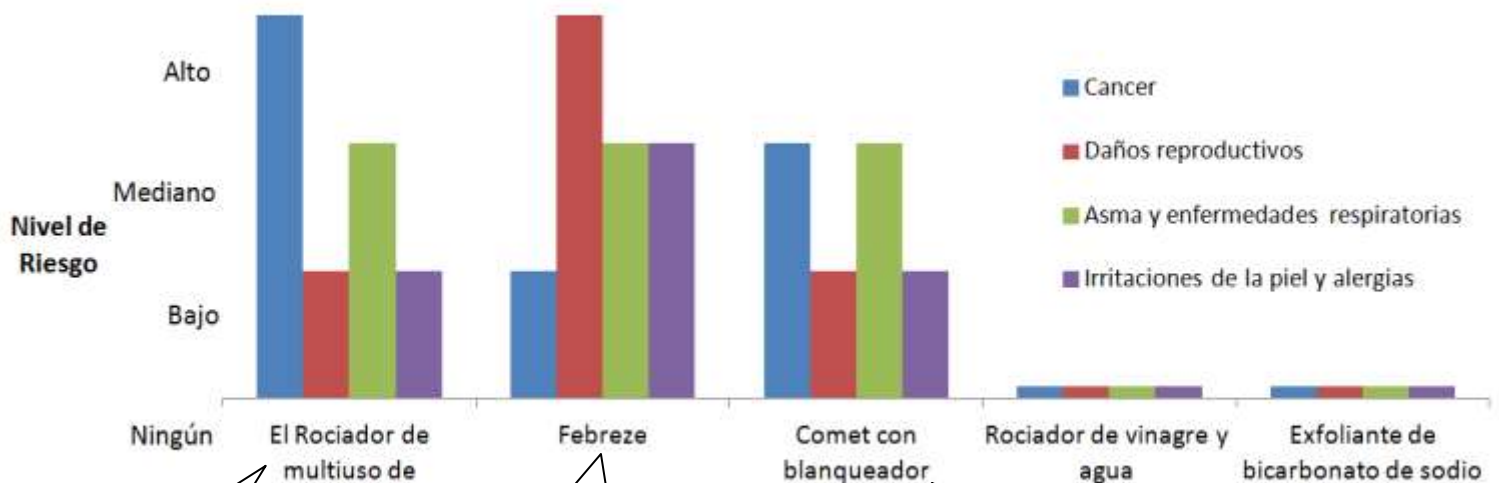
Deje de Usar Aerosoles



Las fragancias de aerosoles de casa a menudo contienen compuestos orgánicos volátiles (VOCs) que incluyen productos químicos repugnantes como formaldehído y petróleo destilado. VOCs puede provocar irritación en los ojos y respiratorias, dolores de cabeza y mareo. ¡Un hogar limpio debe oler absolutamente a nada!

 Abre las ventanas o correr los ventiladores para obtener aire fresco. Esto diluye los contaminantes interiores.

Riesgos de salud para los limpiadores convencionales comparado a los limpiadores



¡No se deje engañar por "Greenwashing"!

Riesgos similares para la mayoría de los aerosoles convencionales, velas, y enchufes

Artículos de Limpieza

Analizado en un laboratorio, "Comet" emitió 146 productos químicos diferentes.

Apuntes:

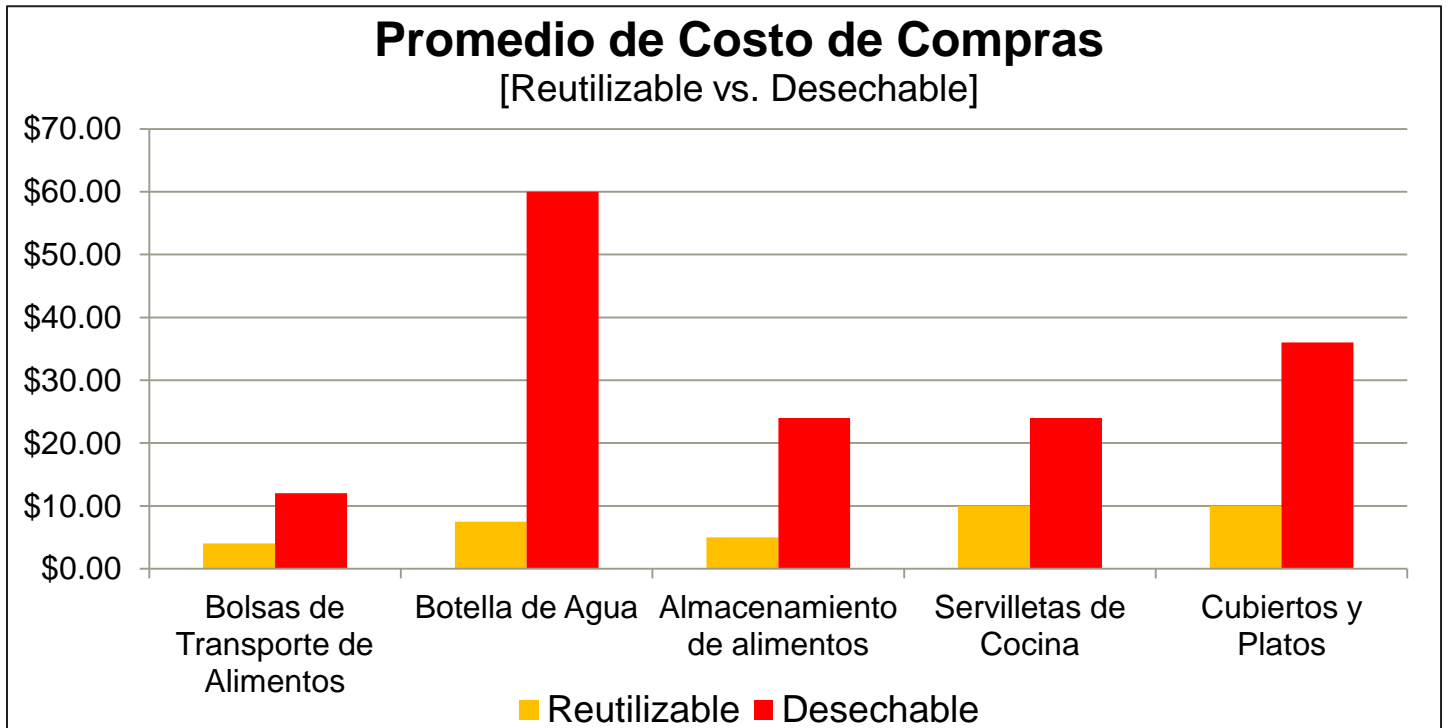
Conservando Verde: Reciclaje



¡Utilizar Todo Reusable!



Compre reutilizables en lugar de artículos desechables. Busque artículos que pueden ser reutilizados; las pequeñas cosas pueden tener sentido. Por ejemplo, puede traer su propios cubiertos y vaso al trabajo, en lugar de usar artículos desechables.



Reciclar



El reciclaje es el proceso de recolección y procesamiento de materiales que de otra manera hubieran sido arrojados como basura y convertidos en nuevos productos. Reciclaje puede beneficiar a su comunidad y el medio ambiente.

- Comprar alimentos por mayoreo ahorrara un promedio de 89% en los costos de compra de alimentos.
- Comprar productos usados. Usted puede encontrar artículos de cocina, ropa y hasta materiales de construcción.

Apuntes:



Conservando Verde: Reciclaje

De acuerdo con estimaciones de la EPA (Environmental Protection Agency), cada persona en los EE.UU. crea un promedio de 4.5 libras de basura al día, por un total de 1,35 millones de libras de basura / día, o 6.750 ballenas azules.

Responda las siguientes preguntas. Circule su respuesta y luego registre el costo subrayado en la línea correspondiente.

Ejemplo: ¿Estás listo para aprender cómo puede ahorrar?

a. ¡Si! \$0.00 para completar esta hoja! → \$ 0.00

b. ¡No! \$XX.XX siempre usar materiales desechables.

+

1. ¿Usted utiliza bolsas reutilizables en el supermercado?

a. ¡Si! \$4.00 costo anual de bolsas reutilizables del supermercado \$ _____

b. ¡No! \$12.00 costo anual de bolsas de papel o plástico

+

2. ¿Usted utiliza una botella de agua reutilizable?

a. ¡Si! \$7.50 costo anual de una botella de agua reutilizable \$ _____

b. ¡No! \$60.00 costo anual de botellas de agua desechables

+

3. ¿Usted utiliza 'zip-lock bags' o bolsas de papel para empaquetar alimentos?

a. ¡Si! \$24.00 costo anual de bolsas desechables \$ _____

b. ¡No! \$5.00 costo anual de contenedores de 'Rubbermaid'

+

4. ¿Usted utiliza servilletas de papel cuando come?

a. ¡Si! \$24.00 costo anual de servilletas desechables \$ _____

b. ¡No! \$10.00 costo anual de servilletas lavables

+

5. ¿Usted utiliza utensilios de plástico o platos de papel cuando come en casa, recibe amigos o empaqueta comida?

a. ¡Si! \$36.00 costo anual de utensilios y platos de plástico \$ _____

b. ¡No! \$10.00 costo anual de utensilios y platos reusables

=

\$ _____

A

Sus Gastos

Costo anual si solo usa reusables



\$ _____

A

-

\$ 36.50

=

Ahorros de Reciclaje

Conservando Verde: Recursos Adicionales

Limpiar con Vinagre y Bicarbonato de Sodio

Limpiador Multiuso de Vinagre

(32 oz. botella)

- ¼ taza de vinagre blanco
- 4 tazas de agua caliente
- 6-10 gotas de aceite esencial (opcional)



En una botella atomizadora, combinar el vinagre y agua. Agregar gotas de aceites esenciales (Menta, Limón, té de árbol). Agitar antes de cada uso.

Receta de Bicarbonato de Sodio

- 1/2 taza de bicarbonato de sodio
- Agua



Vierta 1/2 taza de bicarbonato de sodio en un recipiente y agregue bastante agua para hacer una textura como glaseado. Colocar la mezcla en una esponja y lavar la superficie. Esta es la receta perfecta para la limpieza de la bañera porque se enjuaga fácilmente y no deja polvo.

	Vinagre	Bicarbonato de Sosa
Limpieza General	Vidrio – Remover el residuo del vidrio, floreros y botellas dejando al vinagre por varias horas. Añada un poco de arroz o arena y ajite vigorosamente para soltar manchas obstinadas. Repita si es necesario.	Plata – Limpiar usando 3 partes de bicarbonato de sodio y 1 parte de agua.
	Metal Empañado – Hacer una pasta con cantidades iguales de vinagre y sal de mesa.	La Alfombra – Refrescar la alfombra rociando con bicarbonato de sodio, esperar 15 minutos, y luego pasar la aspiradora.
	Esponjas – Colocar suficiente agua para cubrirlos. Luego agregar 1/4 taza de vinagre. Dejar a remojo durante la noche.	Manchas de Grasa – Pre-tratar las manchas de grasa con pasta de bicarbonato de sodio antes del lavado.
	Madera – Quitar marcas de agua con una solución de cantidades iguales de vinagre y aceite vegetal. Frotar la madera.	Refuerzo de Lavandería – Añade ½ taza de bicarbonato de sodio a su carga de ropa blanca antes del lavado.
	Tijeras – Limpiar el residuo pegajoso con un paño mojado en vinagre.	Limpieza de Paredes – Rociar la esponja con bicarbonato de sodio para limpiar las paredes. ¡Incluso quita Crayola!
	Manos – Limpiar sus manos con vinagre para extraer aromas fuertes como la cebolla y el ajo, así como manchas de jugos de fruta.	Suavizante de Telas – Añade 1/2 taza de bicarbonato de sodio al ciclo de enjuague para servir de suavizador de tela natural.
	Polvo – Utilizar atomizadora con la mitad de vinagre y mitad agua y pulverizar ligeramente un paño para el polvo en todas las superficies.	Fumigación – El Bicarbonato de Sodio repelerá hormigas y cucarachas donde lo rocíe.
	Moho – Rociar las paredes y las cortinas de la ducha con la mitad de vinagre y mitad de agua para ayudar a prevenir el moho.	Absorba la Humedad – Coloque una taza de bicarbonato de soda en cualquier lugar que haiga un problema de humedad. El bicarbonato de sodio absorberá la humedad en el aire.
Olores – Coloque una taza de vinagre en la habitación durante la noche.	Limpiar Pisos – Limpiar pisos con una solución de 1/2 taza de bicarbonato de sodio disuelto en una cubeta de agua tibia.	

	Vinagre	Bicarbonato de Sodio
Cocina	Mostradores – Limpiar con un trapo y vinagre.	Legumbres – Limpiar con bicarbonato de sodio antes del lavado para obtener extra limpieza.
	Microondas – Mezcla partes iguales de vinagre y agua en un recipiente apto para microondas. Poner a hervir en el microondas. Y limpie.	Ollas Sucias – Rociar bicarbonato de sodio en el fondo de las ollas quemadas con comida. Llenar con agua caliente y remojar toda la noche. Exfoliante para limpiar.
	Refrigerador – Limpiar con una solución de una parte de agua y una parte de vinagre.	Contenedores de la Comida Plásticos – Remojar las manchas difíciles con 4 partes de bicarbonato de sodio y 1 parte de agua.
	Lavavajillas – Vierta una taza de vinagre dentro de una máquina vacía y empiece el ciclo	Lavavajillas – Rociar bicarbonato de sodio en la parte inferior de su lavadora de platos antes de su próxima carga para deshacerse de los olores.
	Envases Plásticos de Alimentos – Limpian con una tela mojada con el vinagre para quitar manchas y olores.	Espojas – Moje esponjas en 1 litro de agua mezclada con 4 cucharadas de bicarbonato de sodio para mantener un fresco olor.
	Tablas – Tablas de madera limpie con vinagre.	Tabla de Cortar – Espolvorear un limón cortada con bicarbonato de sodio y frota la madera de la tabla de cortar para eliminar las manchas.
	Grasa – Utilice una esponja empapada en vinagre.	Triturador de Basura – Proceso de bicarbonato de sodio y rodajas de limón en el triturador de basura para mantener un fresco olor. Fregaderos Metálicos – Lavabos de acero inoxidable brillará después de limpiar con una mezcla de bicarbonato de sodio y vinagre.

	Vinagre	Bicarbonato de Sodio
Baño	La Lechada – Deje vinagre concentrado durante unos minutos y frote con un cepillo de dientes.	Desodorizar – Coloque una caja abierta en el refrigerador, congelador, armario, armarios, o en cualquier lugar que quiere quitar los olores.
	Gérmenes – Rociar con plena fuerza el vinagre. Limpiar con un paño húmedo.	Inodoro – Las manchas se pueden limpiar con una taza de bicarbonato de sodio y dejar sentado por 30 minutos. Rocíe con vinagre luego friega.
	Restos de moho y jabón – Limpie con vinagre, luego enjuague.	Puertas de Ducha – Eliminar las manchas de agua de las puertas de la ducha con bicarbonato de sodio y una esponja húmeda.
	Taza de Baño – Vierta en una taza o más de vinagre y déjela sentarse varias horas o toda la noche. Frote bien y enjuague.	Lechada – Usa bicarbonato de sodio para limpiar las boquillas.
	Olores Rancio – Limpiar con vinagre en un trapo o un tazón de vinagre en la habitación durante la noche.	

CAN I RECYCLE THIS?

A quick guide for the City of Austin recycling cart

¿PUEDO RECICLAR ESTO?

Una guía rápida sobre el recipiente de reciclaje de la Ciudad de Austin

Whether you are at home, at work or out and about in Austin look for recycling options before you toss these items in the trash. Austin Resource Recovery provides curbside recycling for most houses in Austin.

You can mix paper, plastic, metal, glass and cardboard in your blue recycling cart - there is **no sorting required**.

Mientras estás en casa, en tu trabajo, dentro o fuera de la Ciudad de Austin siempre ten en cuenta opciones de reciclaje antes de tirar tu basura. Austin Resource Recovery te brinda la recolección de basura en casi todas las casas en Austin.

Puedes mezclar papel, plástico, metal, glass y cartón en tu bote azul de reciclaje - **no tienes que separarlo**.

RECYCLE/RECICLE PLASTIC CONTAINERS/ ENVASES DE PLÁSTICO



Water bottles
Botellas de agua



Soda bottles
Botellas de soda



Jars and tubs
Envases

12



Plastic milk jugs
Envases de plástico para leche



Detergent and all purpose cleaner bottles
Botellas de detergente y limpiadores multiuso



Soap and shampoo bottles
Botellas de jabón y champú



Corrugated cardboard and boxboard boxes
Cartón corrugado y cajas de cartón



Freezer boxes
Cajas de comida congelada



Shoe boxes
Cajas de zapatos



Gift boxes
Cajas de regalo



Soda and other beverage boxes
Cajas de soda y otras bebidas



Paper towel and toilet paper cardboard roll
Rollos de cartón de toallas de papel y papel higiénico

VISIT AUSTINRECYCLES.COM TO LEARN MORE
VISITA AUSTINRECYCLES.COM PARA APRENDER MÁS

RECYCLE/RECICLE GLASS/VIDRIO



Glass jars
Frascos de vidrio



Glass bottles
Botellas de vidrio

RECYCLE/RECICLE METALS/METALES



**Aluminum foil
(balled 2 inches
or larger)**
Papel de
aluminio
(enrollado en
bolas de 2
pulgados o más)



**Aluminum foil
baking pans, pie
plates and trays**
Bandejas para
hornear, moldes y
recipientes de
papel aluminio



**Food cans and
caps/lids**
Latas de comida y
tapas



Soda cans and caps
Latas y chapas de sodas



Steel and tin cans
Acero y latas de hojalata

RECYCLE/RECICLE PAPER/PAPEL



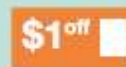
Junk mail
Correo no
solicitado



Envelopes
Sobres



Home office paper
Papel de oficina



Coupons
Cupones



Paper bags
Bolsas de papel



Magazines
Revistas



Greeting cards
Tarjetas de
felicitaciones



Newspapers
Periódicos



Posters
Afiches



KEEP OUT/¡NO SE PUEDE RECICLAR!



Plastic bags
Bolsas de plástico



Garden hoses
Mangueras



**Clothing, fabric
and textiles**
Ropa, tela y textiles



Pizza boxes
Cajas para pizza



Electronics
Electrónicos



Food scraps
Sobras de
alimentos



Clothes hangers
Ganchos de ropa



Hazardous waste
Desechos peligrosos



Rope
Cuerdas



Paint cans
Latas de pintura



Styrofoam
Poliestireno
Expandido



Helium tanks
Tanques de helio