



VOLUNTEER TO SERVE.org

LOCALLY IS GLOBALLY

AHORRANDO ENERGÍA EN SU CASA Y HACIENDO QUE OTROS AHORREN ENERGÍA EN LAS SUYAS

EFICIENCIA EN EL USO DE ENERGÍA: LOS HECHOS

Cada año, más de 13 billones se pierden debido a la energía que se filtra de las casas a través de pequeños agujeros y grietas. ¡Esto es más de \$150 por familia!

Un foco compacto fluorescente usa 75 por ciento menos energía que un foco común. Y puede durar hasta 4 años.

A lo largo de América, los refrigeradores de casa usan la electricidad de 25 plantas de electricidad cada año.

¡Algunos refrigeradores están tan bien pensados en lo que se refiere a ahorro de energía, que usan menos electricidad que un foco!

Una llave de agua caliente que desperdicia una gota por segundo puede sumar hasta 165 galones en un mes. Esto es más de lo que una persona usa en dos semanas.

¡Una lavadora de ropa diseñada para ahorrar energía puede economizar más agua en un año que el que una persona bebe en toda su vida!

¡Una filtración de aire tan pequeña como un 16avo de pulgada en el marco de una ventana, deja entrar la misma cantidad de aire helado que si la ventana estuviese abierta 3 pulgadas!

Una lavadora de platos automática usa menos agua caliente que si se lavan los platos a mano – un promedio de seis galones menos, más de 2,000 galones al año.

Este verano, comprométase junto a un grupo de amigos, familiares y vecinos a ahorrar energía en su casa y a ayudar a otros a hacer lo mismo. Únase a “ Volunteer To Serve”. Este conjunto de herramientas le dará la información básica para comenzar a reducir su consumo de carbón, reclutar un equipo, organizar un grupo y a realizar un impacto positivo este verano.

CÓMO COMENZAR

Cada proyecto de Volunteer To Serve será único, dependiendo de la localidad, objetivos e intereses de los voluntarios. Un equipo sólido:

- ☐ Establece una estructura que comparte los esfuerzos de planificar una actividad de servicio.
- Traza objetivos específicos basados en resultados.
- ☐ Acepta la responsabilidad por el cumplimiento de estos objetivos.

El reto: Numerosas organizaciones locales no tienen la capacidad necesaria para manejar un gran número de voluntarios, por ello requieren que usted se organice en coordinación con ellos. Este paquete de información está diseñado para ayudarle a organizar un grupo y ser un agente de cambio positivo junto a una organización basada en la comunidad. Si no existe tal organización, formar un grupo independiente bien organizado que llena una necesidad clara en la comunidad.

A continuación, encontrará una guía, paso por paso, para iniciar y llevar a cabo las actividades del servicio. Volunteer To Serve es sólo el comienzo del llamado a Servir – nos hacen falta sus comentarios para saber qué es lo que funciona y cómo podemos mejorarlo. Por favor, déjenos saber cómo está funcionando su proyecto y lo que ha aprendido. Visite: volunteertoserve.org.

PRIMER PASO: IDENTIFIQUE LOS SOCIOS LOCALES

Infórmese sobre las organizaciones en su área que ya están haciendo un buen trabajo. Muchos de los grupos de servicio existentes ya han establecido las necesidades de las comunidades y acumulado las experiencias que brindan soluciones.

- Llame o visite las páginas web de energía local y nacional y grupos sobre el medio ambiente y pregúnteles cómo pueden contribuir los voluntarios. Los ejemplos pueden ser: la oficina de energía estatal, la compañía local de servicios, La Alianza para ahorrar energía (The Alliance to Save Energy), El Departamento de Energía y el club Sierra.
- “Obtenga una guía para encontrar socios locales”
- Si no existe una organización sobre el medio ambiente en su comunidad, tiene todas las herramientas necesarias para comenzar un equipo de auditoría. La información sobre cómo efectuar una auditoría puede encontrarla en: Department of Energy's website.
- Si quiere aprender más sobre cómo ahorrar energía, una simple búsqueda en Internet sobre eficiencia en energía le brindará una variedad de recursos e información sobre cómo puede economizar energía.
- También puede contactar a tiendas locales de Mejoras para el Hogar, tales como Home Depot, Lowe's, Wal-Mart, etc. para encontrar información sobre productos que ellos ofrecen para ayudarle a ahorrar dinero en su hogar.

SEGUNDO PASO: FORME UN EQUIPO

Los equipos pueden ayudar a apoyar y motivar a los miembros y a hacer que cada cual sea responsable. Los equipos forman comunidades. Pida a sus familiares, amigos, colegas, vecinos y miembros de grupos religiosos que presten servicio con usted.

- Organice en su casa una reunión o una comida para trazar objetivos, reclutar voluntarios y planificar los pasos siguientes.
- “Obtenga una guía para organizar una reunión en su casa”
- ☐ Registre sus actividades de servicio en VolunteerToServe.org para reclutar voluntarios

TERCER PASO: ESTABLEZCA UN OBJETIVO

Establezca un objetivo de servicio para el período del 22 de junio al 11 de septiembre y acepte la responsabilidad de cumplirlo. Comprométase como individuo y como equipo a reducir la cantidad de emisiones de carbón y a hacer una auditoría de cierto número de hogares. Sea ambicioso con sus

metas para esforzarse. Luego, manténgase pendiente de su desarrollo y asigne a alguien la responsabilidad de actualizar al grupo sobre el progreso hacia su meta. Le va a sorprender lo mucho que puede lograr cuando existen el compromiso, el enfoque y el seguimiento.

- “Obtenga una guía para establecer objetivos”

CUARTO PASO: AL SERVICIO DE SU COMUNIDAD

La clave para un servicio eficaz es la planificación. Organice sus materiales, haga llamadas de confirmación y, si tiene el tiempo, antes de ofrecerse de voluntario lea los materiales complementarios.

- Hable con sus vecinos y colegas para reducir emisiones de carbón.
- “Obtenga una página de consejos para su actividad de servicio”

QUINTO PASO: REPORTE Y CELEBRE CADA ÉXITO

Los miembros de su equipo, la comunidad y Volunteer To Serve quieren enterarse de sus éxitos igual que de lo que ha aprendido en el proceso a través de sus errores. Comparta sus logros, reportando resultados y anécdotas. Destacaremos las mejores narraciones a través del verano y ofreceremos recompensas especiales para aquellos que han realizado labores admirables y nos las hacen saber. Infórmenos sobre sus éxitos y las lecciones que ha aprendido, o solo cuéntenos la historia de su servicio en: volunteertoserve.org.

SEGUIMIENTO

EXPANDA EL SERVICIO

- Una vez que concluya cada evento, agradezca a los voluntarios y participantes, inscríbalos para la próxima actividad y pídales que inviten a un amigo a asistir.
- Comparta las mejores prácticas en volunteertoserve.org.

ENCONTRANDO SOCIOS LOCALES: AUDITORÍAS EN HOGARES

Contacte a las organizaciones que ya están haciendo una labor destacada. Usted y su grupo pueden vincularse en vez de tratar de hacerlo todo. Muchos de los grupos de servicio existentes han identificado las necesidades de la comunidad y acumulado la experiencia que provee soluciones. Unas cuantas llamadas telefónicas pueden resultar en la información que necesita para comenzar.

- Busque organizaciones locales que trabajan en conservación de energía tales como su oficina de energía estatal, capítulo local del Sierra Club o “Public Interest Research Group (PIRG por sus siglas en inglés)”, tiendas de mejoras del hogar y su compañía local de servicios.
- Identifique organizaciones dentro de su propia comunidad y encuentre cómo puede ayudarlos en sus necesidades
 - *¿Qué tipo de grupos debería contactar que sean expertos?*
 - *¿En qué tipo de grupos debería enfocarme para una base de voluntariado? audiencia (ejemplo de guía telefónica a continuación)*
 - *Pregunte cómo puede ayudarlos a que más gente se preocupe de ahorrar energía.*

EJEMPLO DE GUÍA TELEFÓNICA:

- Hola, mi nombre es _____ y estoy interesado en apoyar el gran trabajo que su organización está realizando en nuestra comunidad. A algunos amigos y a mí nos gustaría ofrecernos de voluntarios para apoyar la conservación y eficiencia de la energía. ¿Hay algún área en la que pueda ayudar un grupo de dedicados voluntarios, con deseo de trabajar unas horas?
- *¿Cuál es la mejor forma de reducir el consumo de energía en los hogares de nuestra comunidad?*
- *¿Tienen información sobre cómo puede cada uno ahorrar energía en su casa y hacer auditorías?*
- *¿Proporcionan algún entrenamiento o materiales para el ahorro de energía en las casas?*
- *¿Tienen algún grupo al que me pueda unir? ¿Cuáles son las necesidades locales en nuestra comunidad?*
- *¿Hay literatura e información sobre la conservación de energía que yo pueda ayudar a distribuir?*
- *¿Estoy hablando con la persona apropiada?*

Recuerde de mantener un registro de las personas a quienes ha contactado para hacer el seguimiento necesario. Puede usar el cuadro siguiente o crear uno que sea más adecuado para su proyecto.

Nombre del Grupo	Nombre del Contacto	Número del Contacto	Actividades de los voluntarios	Número de voluntarios que se necesitan

CÓMO ESTABLECER LOS OBJETIVOS DE CONSERVACIÓN DE ENERGÍA

Un foco compacto fluorescente usa 75 por ciento menos energía que un foco común. Y puede durar hasta 4 años.

A lo largo de América, los refrigeradores de casa usan la electricidad de 25 plantas de electricidad cada año.

Una llave de agua caliente que desperdicia una gota por segundo puede sumar hasta 165 galones en un mes. Esto es más de lo que una persona usa en dos semanas.

¡Una filtración de aire tan pequeña como un 16avo de una pulgada en el marco de una ventana deja entrar la misma cantidad de aire helado que si la ventana estuviese abierta 3 pulgadas!

Cada año, más de 13 billones se pierden debido a la energía que se filtra de las casas a través de pequeños agujeros y grietas. ¡Esto es más de \$150 por familia!

¿Qué va a hacer usted para reducir su consumo de carbón?

ESTABLEZCA OBJETIVOS CONCRETOS

El establecer objetivos y ser responsable por su cumplimiento también aumenta la responsabilidad del grupo. Los objetivos claros al comienzo de un proyecto también le permitirán determinar cómo va a trabajar su proyecto y cuál será el papel de cada miembro del grupo. Una vez que se han establecido los objetivos, usted podrán seguir su progreso, comparar resultados con los otros miembros del grupo y ver qué es lo que mejor funciona para que todos puedan alcanzar (o exceder) sus objetivos.

Así que establezca una meta del 22 de junio al 11 de septiembre y manténgase responsable

Estos son algunos objetivos impactantes que puede establecer para usted o con su equipo este verano: determine el objetivo, manténgase al día y comparta el progreso con el grupo:

- ***Como individuo reemplazaré ___ focos con CFLs en las casas de amigos y familiares.***
- ***Me comprometeré a apagar las luces en todas las habitaciones y todos los artefactos como TVs y DVDs que no estén siendo usados***
- ***Bajaré mi calentador de agua a 120 grados.***
- ***Educaré a mis amigos, familia y compañeros de trabajo en ahorro de energía***
- ***Como individuo, pediré a ___ amigos, familiares, colegas que se unan para prestar servicio este verano.***

MIDA EL PROGRESO DEL GRUPO HACIA LA META

- Establezca una fecha límite semanal o quincenal para reportar el progreso. Por ejemplo, “nuestro equipo reportará su progreso cada viernes. La persona responsable de reportar los resultados de su equipo es_____.”
- Asegúrese de que todos los miembros del grupo están al tanto. Designe un miembro del grupo para que mida y comparta los resultados. Por ejemplo, “Nuestro equipo compartirá el progreso con todos los miembros por correo electrónico/teléfono todas las semanas. La persona responsable de compartir el progreso es_____.”

Hágale un seguimiento a su progreso. Las hojas de puntaje como la de abajo pueden ser muy útiles. Puede convertir sus actividades diarias de ahorro de energía en la cantidad de carbón ahorrado al usar esta calculadora: http://www.epa.gov/climatechange/emissions/ind_calculator.html

Actividad	Yo	Vecino/amigo 1	Vecino/amigo 2	Vecino/amigo 3
Número de focos cambiados				
Desenchufando artefactos que no están en uso y apagando luces				
Grados de calentador de agua apagado				
Número de artefactos reemplazados con “energy star”				
Número de ventiladores de techo instalados				
Número de filtros de ventanas				
Número de árboles plantados para sombra				
Número de veces de ropa lavada con agua fría				

CONSEJOS: REDUZCA SU EMISIÓN DE CARBÓN

Doce cosas simples que debería revisar en su casa

☒ ¿Qué tipo de focos usa?

Y Focos compactos fluorescentes (CFLs) con la etiqueta ENERGY STAR® proveen luz brillante, cálida y utilizan 75% menos energía que los comunes. Cada foco produce 75% menos calor, dura hasta 10 veces más y puede ahorrarle \$30 o más por foco, respecto a su duración. Existen CFLs para uso interior y exterior.

Y Infórmese sobre otras maneras de ahorrar energía con iluminación eficiente [lighting](#).

☒ ¿Usa una fuente de poder para ahorrar energía en electrodomésticos?

Y Enchufe electrodomésticos tales como TVs y reproductores de DVD en Fuentes centrales de poder, apague la fuente de poder cuando el equipo no está en uso (TVs y DVDs en suspenso usan bastantes vatios de potencia al estar apagados).

Y Encuentre más maneras de hacer que sus electrodomésticos sean más eficientes en cuanto a ahorro de energía [home electronics](#)

☒ ¿Cuál es la temperatura de su calentador de agua?

Y Revise el termostato de su calentador de agua. Los calentadores de agua a veces vienen de fábrica con la temperatura establecida en lo más alto, pero si la coloca a 120°F esta temperatura es agradable para todos los usos.

Y Encuentre estrategias adicionales para eficiencia de energía [water heating](#).

☒ ¿Cuál es la temperatura de su refrigerador y congelador?

Y Para revisar la temperatura del refrigerador, ponga un termómetro en un vaso con agua en el centro del refrigerador. Lea la temperatura después de 24 horas. Para revisar la temperatura del congelador, ponga un termómetro entre paquetes congelados. Lea la temperatura después de 24 horas. Las temperaturas recomendadas son 37° a 40°F para el compartimiento de comida fresca del refrigerador y 5°F para la sección del congelador. Si tiene un congelador separado para almacenamiento de tiempo ilimitado, debe ponerlo en 0°F.

Y Encuentre más consejos sobre ahorro de energía para refrigeradores y congeladores [refrigerators and freezers](#).

☒ ¿A su refrigerador y congelador se les filtra aire helado?

Y Asegúrese que las puertas de su refrigerador al cerrar queden totalmente selladas. Pruébelas cerrando la puerta con un papel en el medio o un billete de un dólar, de manera que quede una parte adentro y una afuera del refrigerador. Si puede sacar el papel o el billete fácilmente, la puerta necesita ajuste, el sello de goma necesita ser repuesto o debería considerar comprar otro.

Y Encuentre más consejos de ahorro de energía para refrigeradores y congeladores [refrigerators and freezers](#).

☒ ¿Sus electrodomésticos hacen que su aire acondicionado funcione tiempo extra?

Y Evite poner lámparas o televisores cerca del termostato del aire acondicionado. El termostato detecta calor emitido por estos artefactos, lo que hace que el aire acondicionado funcione más de lo necesario.

Y Busque consejos adicionales para hacer funcionar un aire acondicionado en forma eficiente [room air conditioner](#).

☒ **¿Usa persianas en las ventanas para mantener su casa más fría en el verano?**

Y Mantener las persianas cerradas durante el día reduce el calor solar. En particular las cortinas blancas y persianas harán que el calor se refleje y no entre en la casa.

Y Lea sobre cubiertas y cortinas que mejoran la eficiencia de energía [window treatments and coverings](#).

☒ **¿Usa un ventilador de techo?**

Y Si usa aire acondicionado, un ventilador de techo le permitirá subir el termostato sobre 4°F sin reducir la comodidad.

Y Aprenda más sobre cómo usar un ventilador de techo [using a ceiling fan](#) y otras formas [other ways](#) de incrementar la eficiencia al enfriar su casa.

☒ **¿En qué modalidad pone la lavadora de ropa?**

Y Lave su ropa con agua fría usando detergentes para agua fría lo más frecuentemente que pueda. Más de un 90% de la energía que se usa al lavar ropa en una carga de lavadora es para calentar el agua. Cambiar la temperatura de caliente a tibia puede disminuir el uso de energía por carga a la mitad. Aprenda sobre lavado de ropa más eficiente [laundry](#).

☒ **¿Seca los platos con aire?**

Y Deje que tus platos se sequen con el aire. Si no tiene un interruptor automático de secado con aire, apague la manija de control después del último lavado y deje la puerta abierta para que así los platos se sequen más rápido. Aprenda más sobre lavado de platos más eficiente [dishwashing](#).

☒ **¿Tiene un termostato programable?**

Y Puede instalar un termostato programable para mantener su casa más tibia en el invierno y más fresca en el verano. Puede ahorrar más de un 10% al año en sus cuentas de enfriamiento y calentamiento de su hogar, simplemente al encender de vuelta su termostato 10% a 15% por 8 horas; por ejemplo, apagando el aire acondicionado cuando está en el trabajo. Encuentre más información sobre cómo manejar su termostato [operate your thermostat](#) para sacar el máximo provecho en su ahorro de energía. Mire este podcast: [ENERGY STAR's June 5, 2008, podcast](#) con instrucciones en video de cómo manejar su termostato programable.

☒ **¿Está pensando comprar un artefacto eléctrico este verano?**

Y Busque la etiqueta ENERGY STAR en los electrodomésticos y productos. ENERGY STAR cumple con las normas más estrictas de eficiencia establecida por El Departamento de Energía de Estados Unidos "U.S. Department of Energy" y la Agencia de Protección del Medio Ambiente "Environmental Protection Agency".

Y Asegúrese de revisar sus compras en [major appliance shopping guide](#).

¿Quiere hacer más?

☒ **Encuentre más formas de ahorrar energía y dinero en el hogar**

Y Visite <http://energysavers.gov/seasonal/> para más enterarse de más formas de ahorrar energía este verano.

Y Descargue este simple folleto "hágalo usted mismo" [Energy Savers booklet](#) y encuentre más consejos en <http://energysavers.gov> tales como sellar filtros de aire [find and seal air leaks](#).



Y Calcule el uso de energía en su hogar usando esta herramienta: [Home Energy Saver tool](#).

☒ **Para hacer una auditoría de energía en la casa**

Y Averigüe si usted califica para el Programa de Ayuda para Climatización (DOE por sus siglas en inglés)

Y Infórmese en cuanto a que le hagan una auditoria profesional o a hacerla usted mismo.

CELEBRE SUS LOGROS Y REPÓRTELOS

Su trabajo este verano debe celebrarse. Una vez terminado el proyecto, asegúrese de mantener un registro de lo que funcionó y no funcionó. Lo que aprenda este verano le servirá para cuando organice su próximo proyecto de servicio.

Recuerde de ir a volunteertoserive.org y contarnos la historia de servicio más significativa que tiene de este verano. Cuéntenos que funcionó y qué se puede mejorar.

La traducción de esta información es posible, gracias a AARP. Para leer más acerca de esta iniciativa, visite nuestra página en el Internet: www.aarp.org/espanol