

## Controla el consumo y gasto energético

Este año la puesta en marcha de calefacciones se ha retrasado por las altas temperaturas que hemos disfrutado. No obstante, ante los problemas derivados por la crisis económica y el precio de los combustibles, muchos ciudadanos están ajustando sus sistemas de calefacción para hacer un consumo controlado de energía, lo que les permitirá reducir su gasto en un 20 %.

Los procedimientos para la reducción de las fugas de calor en la vivienda se consigue a través de dos pautas fundamentales: mediante el aislamiento y la mejora de los rendimientos de los aparatos de calefacción. Estas medidas proporcionan ahorro pero además producen importantes beneficios para nuestra salud y la mejora del medio ambiente, porque al incrementar la eficacia de la energía, reducimos el consumo de combustibles fósiles y la emisión a la atmósfera de sustancias contaminantes. Con objeto de mejorar la eficiencia energética y optimizar los recursos, la Unión de Consumidores de Castilla-La Mancha-UCE ofrece una

serie de recomendaciones para ahorrar energía en los hogares.

-Instale un conjunto de sistemas capaces de automatizar una vivienda, aportando servicios de gestión energética, seguridad y bienestar social. Los termostatos, servirán para controlar que los radiadores se apaguen cuando alcancen la temperatura deseada. Recuerde que no se necesita el mismo calor en todas las habitaciones, y que debe controlar los termostatos, así para el salón es recomendable tener una temperatura de unos 20 grados, en los dormitorios 16 y en los baños 23. Un grado más o menos, supone un ahorro de un 7% en la factura y un 6 % de combustible. También debe utilizar ropa de abrigo y, aunque se encuentren en su domicilio, evite ir en manga corta.

-No deje que el calor se escape, cierre bien las cortinas y ventanas. La ventilación debe ser rápida: diez minutos una vez al día. Entre el 25 y 30 % de nuestras necesidades de calefacción son debidas a las pérdidas que se originan en las ventanas. Ponga burletes, además

de tiras aislantes en puertas y ventanas; al eliminar la abertura por donde circula el aire se reduce radicalmente la transmisión de calor a través de la ventana.

-Instale doble acristalamiento en las ventanas, la cámara de aire entre los cristales reduce la conductividad, o coloque una doble ventana a unos 20 cms de la original, aprovechando el espacio del alféizar. Coloque una lamina de aluminio detrás de los radiadores para que relance el calor a la habitación en vez de a la pared. Mejore el aislamiento de los conductos que distribuyen el calor, asegure su rendimiento con un correcto mantenimiento.

-Elija electrodomésticos con etiqueta de eficiencia energética A, que consume poca energía y produce abundante calor.

-A pesar de las medidas individuales que tenga en su casa, no olvide que en calefacciones centrales las medidas deben ser tomadas por la comunidad de vecinos. Recuerde a su comunidad que las inversiones dedicadas a mejoras en las instalaciones se recuperan con el ahorro de combustible.

## Restaurante ABRASADOR

*Del campo a la parrilla*

### RESTAURANTE ABRASADOR

Teléfono de reservas: **925 21 24 21**  
Avda. de Europa, 8 · 45003 · TOLEDO  
E-mail: [local.europa@abrasador.com](mailto:local.europa@abrasador.com)  
[www.abrasador.com](http://www.abrasador.com)



## CELEBRA ESTAS NAVIDADES TU COMIDA O CENA DE EMPRESA EN ABRASADOR

Reserva ya tu mesa para degustar los productos ABRASADOR de CRIANZA PROPIA

Para disfrutar *Restaurante*  
**ABRASADOR**

*Tienda*  
**ABRASADOR** Para llevar



La carta de ABRASADOR goza de gran variedad de entradas y platos principales acompañados de una gran selección de vinos y postres. Además de ofrecerles menús de la casa, parrilladas para compartir y Menús degustación, así como menús diseñados a medida para reservas de grupos y empresas.



En la Tienda Abrasador encontrarás las mejores ensaladas, los más apetitosos platos para llevar y la más alta calidad de productos frescos de ternera y cerdo ibérico para poder disfrutar donde desees. LLÉVATE ABRASADOR A CASA.