

GUIA DE L'ESTALVI A LA LLAR



RACC

GUIA DE L'ESTALVI A LA LLAR

Tenir i mantenir un habitatge és una de les despeses més importants per a la majoria de persones. No obstant això, amb alguns trucs és possible gastar menys i, alhora, tenir una llar més sostenible i més respectuosa amb el planeta i amb nosaltres mateixos.

En aquest document trobaràs consells bàsics per estalviar en les factures d'aigua, llum i gas, en la decoració, en les compres o en l'assegurança.

- 1** Gastar menys i ser més sostenibles
 - D'aigua, només la que calgui
 - Estalviar electricitat: ni a les fosques ni enlluernats
 - Calefacció i aire condicionat: confortables però sense abusar-ne
- 2** Escollir bé l'assegurança: no pagar de més ni de menys
- 3** Prevenir és estalviar
- 4** Trucs per decorar i reduir les despeses
- 5** Ajudes per accedir a l'habitatge i per mantenir-lo



GASTAR MENYS I SER MÉS SOSTENIBLES

El primer pas per estalviar a casa és reduir el consum que fem de l'aigua, la llum o el gas. Podem fer-ho sense reduir el confort i, alhora, protegint els nostres estalvis i uns recursos naturals que no són infinits.

D'AIGUA, NOMÉS LA QUE CALGUI:

Tancar bé les aixetes i arreglar-les, si gotegen:

una gota cada dos segons pot suposar la pèrdua de 6.000 litres d'aigua a l'any.

Utilitzar airejadors o reductors del cabal a les aixetes:

mantenen la mateixa potència i utilitat i pots estalviar fins a un 50% d'aigua.

Cisternes de doble càrrega:

poden suposar uns 4.000 litres menys d'aigua a l'any. I si el teu vàter no té aquest mecanisme, també pots posar dins una ampolla de litre plena de sorra.

Tancar l'aixeta mentre...

et rentes les dents o la cara, t'afaites o rentes els plats.

Dutxa abans que banyera:

omplir la banyera suposa uns 300 litres d'aigua. Una dutxa de 5 minuts, uns 80 litres. I amb airejador a l'aixeta, 60 litres.

Posar el rentaplats i la rentadora plens del tot,

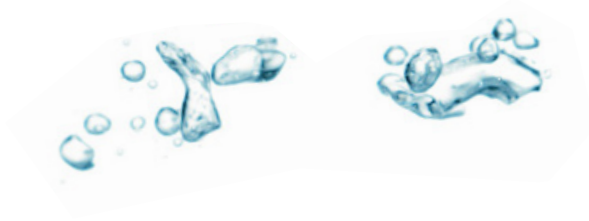
o fer servir programes de mitja càrrega, suposa utilitzar menys aigua que rentar a mà.

Regar les plantes

amb l'aigua de bullir el menjar o la del raig d'aigua freda que llencem mentre esperem que s'escalfi l'aigua de la dutxa.

Mantenir l'aigua de la piscina

sempre en perfectes condicions. Evitarà haver-la de buidar i malgastar aigua.



ESTALVIAR ELECTRICITAT: NI A LES FOSQUES NI ENLLUERNATS

Utilitzar bombetes

LED o de baix consum permet estalviar fins a un 80% d'energia i duren més que les bombetes convencionals.

Instal·lar sensors de moviment o reguladors de llum.

I, si no, apagar els llums quan sortim d'una habitació.

Les energies renovables, com plaques solars o una caldera fotovoltaica, suposen una inversió inicial, però també un estalvi a llarg termini.

Prioritzar els horaris més barats: amb tarifa de discriminació horària, si s'adapta a les teves rutines, o consultant a quines hores és més barata l'electricitat, si tens un comptador intel·ligent.

Contractar la potència realment necessària, suficient per endollar alhora els aparells que consideris, però no més alta: com més potència, més despesa.

LA IMPORTÀNCIA DELS ELECTRODOMÈSTICS

Són els responsables d'entre el 20% i el 60% del consum total d'energia de la llar:

Els de classe A, A+ i A++ són els més eficients. I mantenir-los nets i en bon estat ajuda al fet que funcionin bé i estalvia energia.

Apaga'ls si no els has de fer servir. Deixar-los endollats o en espera té un cost.

Al forn i a la cuina elèctrica aprofita la calor residual. I tingues en compte que cada vegada que s'obre la porta del forn perd un 20% d'energia, o que a la vitro els recipients amb tapa suposen un bon estalvi.

El microones consumeix menys que el forn: entre el 60% i el 70% menys.

Una bona organització de la nevera, col·locant els aliments a la zona més adequada per a cada un, redueix el consum elèctric.

COM COL·LOCAR ELS ALIMENTS A LA NEVERA PER ESTALVIAR ENERGIA

La temperatura ideal d'una nevera és de:

5°

NO OMPLIU LA NEVERA EXCESSIVAMENT

NO HI INTRODUÏU ALIMENTS CALENTS

Al primer prestatge
Begudes

Al segon prestatge
Lactis
Restes de menjar

Prestatges de més avall
Carns i peixos frescos

Als calaixos
Fruïtes i verdures



A la porta
Begudes
Llet
Sucs
Aigua
Ous

CALEFACCIÓ I AIRE CONDICIONAT: CONFORTABLES PERÒ SENSE ABUSAR

Les factures de la calefacció o l'aire condicionat són de les més temudes. Que no s'estengui el pànic, en podem reduir la despesa si sabem com:

ERRORS QUE SURTEN CARS

Passar-se amb la temperatura:

es recomana posar la calefacció a 20-21° de dia i 16-17° a la nit. Cada grau de més és un 8% més d'energia. Amb l'aire condicionat, l'òptim són 25°.

Deixar la calefacció oberta a

temperatura constant no ajuda a estalviar. És millor encendre-la i apagar-la o programar-la perquè funcioni només quan la necessitis i a les habitacions que utilitzis.

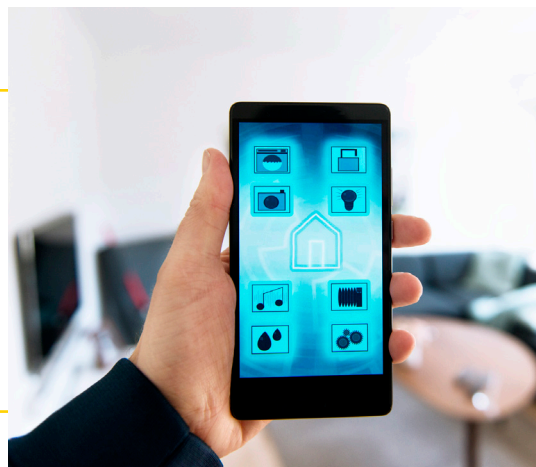
No tenir un bon aïllament

a casa: no n'hi ha prou amb tancar portes i finestres per retenir la calor o el fred. Posar doble vidre i rivet a les finestres, abaixar les persianes o tancar les cortines marca la diferència.

LA CLIMATITZACIÓ A L'ABAST DE LA MÀ

No hi ha res que sigui més pràctic que un termòstat que permeti controlar la calefacció o l'aire condicionat des del telèfon mòbil. Podem posar-los en marxa o apagar com, quan i des d'on vulguem. I això es nota en el confort però, sobretot, en la tranquil·litat i en l'estalvi.

S'ha acabat preocupar-se per si ens hem oblidat d'apagar la calefacció!



CONSELLS ÚTILS PER A L'HIVERN

Aprofita al màxim

el sol per consumir menys llum elèctrica i menys calefacció.

Tancar bé persianes i cortines a la nit

serveix com a barrera perquè no s'escapi la calor de dins i que no entri el fred de fora.

No eixuguis la roba als radiadors, ja que es dificulta l'emissió d'energia i se'n redueix el rendiment.

CONSELLS ÚTILS PER A L'ESTIU

Crea corrents d'aire:

ventila a primera hora del matí i crea corrents jugant amb portes i finestres.

Posar tendals i

para-sols ajuda a rebotar el sol directe cap a altres parets i baixa la temperatura a l'interior.

Desendolla el que no facis servir perquè els aparells elèctrics en marxa contribueixen a caldejar l'ambient. Les bombetes de baix consum produeixen menys calor.

ESCOLLIR BÉ L'ASSEGURANÇA: PAGAR PEL VALOR JUST

Contractar una bona assegurança és molt important per evitar ensurts. Això sí, cal tenir clar què s'està assegurant. Què és el continent i què el contingut? Com calcular-ne el valor? L'assegurança ho cobreix tot? Te'n donem les respostes:

QUÈ ÉS EL CONTINENT?

És l'habitatge en si: les parts fixes de la casa; les instal·lacions; elements de decoració com moquetes, parquet, persianes o tendals i aparells o elements de seguretat.

- Persianes
- Portes i finestres
- Cobertes i sostres
- Parets, envans
- Sòls
- Moquetes
- Parquet
- Instal·lació elèctrica
- Garatge
- Instal·lacions i aparells de seguretat
- Instal·lació d'aigua
- Sanitaris
- Piscines i jardins
- Construccions auxiliars i trasters
- Instal·lacions fixes d'aigua, sanitàries, de gas, d'energia elèctrica o solar, calefacció, refrigeració, d'imatge o so, antenes fixes de TV o ràdio, calderes, escalfadors, acumuladors, radiadors

QUÈ INCLOU EL CONTINGUT?

Inclou tots aquells objectes que no són fixos: Electrodomèstics, equipament, mobiliari i objectes de valor.



- Electrodomèstics
- Cuina
- Mobles
- Joies i objectes de valor especial
- Estris personals

COM CALCULAR EL CONTINGUT?

Fent inventari amb el preu real dels electrodomèstics, aparells, mobiliari i objectes de valor. Amb una estimació a ull podem pagar de més o pagar menys i no tenir-ho tot cobert.

QUIN ÉS EL VALOR DE L'HABITATGE?

Per a l'assegurança, no compta el preu de venda de l'immoble sinó el cost de reconstruir-lo si hi ha un sinistre.

QUINES COBERTURES TINC?

S'especifiquen en la pòlissa i es poden negociar de més i de menys. Atenció, perquè els danys relacionats amb el manteniment de la llar no s'acostumen a incloure!

QUÈ PUC ELIMINAR?

Sobretot, aquelles coses que ja ens cobreixin altres assegurances personals. En cas d'habitatge de lloguer, també cal evitar les duplicitats entre l'arrendador i l'arrendatari.



PREVENIR ÉS ESTALVIAR

Diuen que "val més prevenir que curar". Per això, si prenem senzilles precaucions, ens podem estalviar algun disgust i més d'una despesa extra.

Prevenir incendis

A la cuina, evita les distraccions i apaga bé els fogons. Si s'encén l'oli de la paella, no hi tiris d'aigua. Cal tapar-la i apagar el foc.

En cas d'olor de gas, cal obrir les finestres i tancar la clau de pas del gas. No encengueu mai llums o interruptors.

Compte amb la instal·lació elèctrica! Només han de manipular-la els professionals. I res de sobrecarregar els endolls o de cobrir llums amb teles, papers o plàstics.

A l'hivern, vigila xemeneies, espelmes, estufes i calefactores: comprova que funcionin bé, mantén-los nets i aparta'n qualsevol material combustible. Si tenen flama, apaga'ls bé abans d'anar a dormir, de sortir de casa o de llençar-los.

Prevenir danys per aigua

Evita obstruccions en desguassos i embornals i, si és el cas, desembussa'ls.

Combat les humitats ventilant bé i revisant les vores de l'enrajolat.

No permetis pèrdues d'aigua. Si una aixeta degota, l'has de fer arreglar com més aviat millor. També has de tenir precaució si fas servir abrasius per netejar: poden danyar les canonades i provocar una fuga.

Tanca la clau de pas si hi ha una avaria o has de marxar durant un període llarg.

I el que no s'ha d'oblidar abans de marxar de vacances

- ☒ Neteja per evitar plagues
- ☒ Tancar clau de gas i aigua
- ☒ Desconnectar nevera (que no quedi cap resta de menjar)
- ☒ Llençar escombraries
- ☒ Tancar persianes
- ☒ Avisar el veí
- ☒ Tancar amb doble clau

TRUCS PER DECORAR I REDUIR LES DESPESES

Decorar la casa pot suposar una despesa. Però amb imaginació, ganes i uns consells bàsics, també és possible fer-ho sense gastar i, fins i tot, reduir algunes factures. T'ho expliquem.

Els colors clars a les parets donen més sensació de lluminositat, la qual cosa es nota en el consum elèctric.

Les catifes, les cortines o la fusta donen calidesa i poden ajudar a reduir la despesa per calefacció. Això sí, a l'estiu, fora tot el que faci escalfor.

Separar les escombraries, reciclar i reutilitzar no només és bo per al planeta. També suposa un estalvi i pot potenciar la creativitat.

Les plantes decoren i ajuden contra la calor. Quan es reguen, refresquen l'ambient i generen oxigen, amb la qual cosa fan la temperatura més suportable.



RECICLA I DEIXA ANAR LA IMAGINACIÓ

Actualment, a internet pots trobar un munt d'idees d'aquesta mena...

Fes servir ampolles de vidre de gerro, peixera o espalmatòria. Les de plàstic es poden utilitzar com a revister, testos o, fins i tot, regadora.

Dona una nova vida als taps de suro usant-los per decorar un bol de vidre o tallats, enganxats i convertits en catifa de bany.

Converteix pneumàtics vells en una butaca.

Només cal netejar-los, pintar-los d'algun color i posar un coixí a sobre.

Fes un joier amb un ratllador, amb tela de mosquitera o una caixa de fusta.

Les caixes de fusta i els palets serveixen tant de suport per a fotos com a penjadors, sabaters, testos o un paravent. I amb una escala de fusta es pot fer una llibreria o un sabater.

Decora amb els records de vacances: imprimeix i penja les fotos o fixa-les en imants, posagots o coixins; fes servir petxines o pedres per decorar gerros, prestatges o miralls; emmarca i penja els mapes o fes un collage amb entrades, bitllets i fulletons.



AJUDES PER ACCEDIR A L'HABITATGE I PER MANTENIR-LO

Més enllà de tots els trucs per estalviar a la llar, l'administració pública disposa de programes d'ajuda per facilitar l'accés a l'habitatge i possibilitar-ne rehabilitació als col·lectius més vulnerables. Aquí tens la relació d'ajudes i com demanar-les.

Ajudes per al lloguer:

per a menors de 35 anys, majors de 65 o persones amb dificultats econòmiques que compleixin els requisits marcats.

Ajudes per a la compra:

dirigides a menors de 35 anys que vulguin comprar en municipis de menys de 5.000 habitants, per combatre la despoblació de zones rurals.

Ajudes per a la millora d'eficiència energètica i la sostenibilitat tant per a habitatges unifamiliars com per a edificis d'habitatges.

Ajudes a les persones afectades per desnonaments: perquè puguin accedir a un habitatge de lloguer social i costejar-lo, si no poden fer-ho pels seus propis mitjans.



Ajudes a la conservació, a les millores i a l'accessibilitat en habitatges unifamiliars o edificis d'habitatges.

Ajudes a la rehabilitació i la renovació o nova construcció que substitueixi edificis enderrocats a la mateixa zona, tant urbana com rural.

Habitatges de protecció oficial: no són ajudes pròpiament dites, però contribueixen a facilitar l'accés a l'habitatge a preus més assequibles que els del mercat, sempre que es compleixin uns requisits concrets.

Garanties per a propietaris que lloguin un habitatge: algunes comunitats disposen d'ajuts en cas d'impagament per animar els propietaris a posar els seus habitatges a lloguer social.

COM I

ON DEMANAR-LES:

Les encarregades de tramitar aquestes ajudes són les comunitats autònomes. Consulta la teva administració autonòmica o l'oficina d'habitatge de la teva localitat.

També pots consultar el Pla Estatal d'Habitatge al web del Ministeri de Foment:

www.fomento.gob.es

Aquests són només alguns consells i trucs per estalviar a la llar, però n'hi ha molts més.

Utilitzant el sentit comú i una mica d'imaginació, podem aprofitar molts recursos al nostre abast per reduir les despeses, alhora que contribuïm a conservar millor el nostre planeta.

Això sí, no hem d'oblidar que la primera mesura d'estalvi és la precaució per evitar ensurts i despeses inesperades. El primer, primer de tot, és el nostre benestar i la nostra seguretat i la de la nostra llar.

RACC