



Greening My Footprint

Queridas Hermanas y Asociados,

(Please Scroll Down for the English version)

La primavera ha llegado y pronto el verano le seguirá. En Michigan el verano parece haber llegado ya con temperaturas cálidas y humedad alta. Sé que queremos continuar viviendo con sostenibilidad en el verano y poder escoger actos que minimicen nuestras huellas de carbono. El pasar el verano conscientes de ello es simple y pueden economizar dinero al mismo tiempo siguiendo unas sugerencias del Departamento de Energía de los Estados Unidos.

El ventilar su casa o apartamento es apropiado, especialmente si vive en un clima en el cual las noches son frescas y las brisas normales. La ventilación natural depende del viento y el efecto de la chimenea para mantener el hogar fresco. Para aprender mas sobre ventilación natural, [señale aquí](#).

Casi todo lo que hacemos tiene impacto en el ambiente. El estar conscientes de esto y al hacer pequeños cambios, podemos proteger nuestro planeta y economizar algunos dólares también. "[Cuando usa su aire acondicionado](#), ponga su termóstato lo mas alto que puede soportar en el verano. Mientras mas pequeña la diferencia entre la temperatura del interior y del exterior, mas baja la cuenta eléctrica será. Mantenga su casa mas caliente de lo normal cuando salga y baje su termóstato alrededor de 78 F (26 C) cuando esté en su casa y necesite el aire" según el departamento del energía del gobierno.

Otras sugerencias de Smart Energy para vivir con sostenibilidad este verano son:

- [Lave con agua fría o tibia](#). 90% de la energía usada por la máquina de lavar va para calentar el agua, el lavar con el ciclo de fría o tibia le economizará grandemente el costo de electricidad. Cuando termine, aprovéchese de la temperature caliente del exterior y seque su ropa afuera en vez de usar la secadora. Así se economizará la energía y mantendrá la temperature de la casa libre de máquinas que generan calor.
- Trate de preparar comidas que no requieran usar el horno o la estufa. El mantenerse fresco y que la casa esté fresca son objetivos recomendables y hay [recetas fantásticas](#) que no requieren cocinar. Otra forma de no calentar la cocina es el usar el barbecue. Sin embargo asegúrese de que su parilla use gas, no carbon.
- [Use abanicos de techo](#). El Consejos de Recursos Naturales dice que un abanico de techo puede ayudar a que una habitación se sienta 10 grados mas fresca y usa solo 10% de la energía de un aire acondicionado central; Ud. economiza cuando no tiene que cambiar su termóstato tan bajo para refrescar su habitación. Asegúrase de que el abanico está fijado en el sentido contrario al de las agujas del reloj para que el pueda levantar el aire fresco de piso y circularlo en la habitación. Recuérdese de apagar el abanico cuando salga de la habitación.
- [Aquí está la lista ahorros de energía](#). Note cuantas prácticas de vida sostenibles ya pone Ud. en práctica y encuentre nuevas formas de aminorar sus huellas de carbono.

Por favor anote que la carta, *Greening My Footprint*, va a hacer una pausa en el verano y nuestra próxima carta empezará nuevamente en septiembre.

Esta información les llega de parte de los Promotores de Justicia y Corinne Sanders, OP Directora de la Oficina de Sostenibilidad.

Dear Sisters and Associates,

Spring has finally come and summer will soon follow. In Michigan, summer seems to have already arrived with warm temperatures and high humidity. I know we want to continue to live sustainably through the summer and make choices

that will minimize our carbon footprint. Having an eco-conscious summer is simple and you can save money at the same time by following a few simple tips from the U. S. Department of Energy.

Natural ventilation of your home or apartment might be appropriate for you especially if you live in a climate with cool nights and regular breezes. Natural ventilation relies on the wind and “chimney effect” to keep a home cool. To learn more about natural ventilation, [click here](#).

Nearly everything we do can have an impact on our environment. By being aware and making even minor changes, we can help protect our planet and save a few dollars too. “[When using your air conditioning](#) set your thermostat as high as comfortably possible in the summer. The smaller the difference between the indoor and outdoor temperatures, the lower your overall cooling bill will be. Keep your house warmer than normal when you are away, and lower the thermostat setting to 78°F (26°C) only when you are at home and need cooling.”

Here are several more suggestions for living sustainably this summer:

- [Wash with Cold or Warm Water](#). 90% of the energy used by your washing machine goes toward heating the water, doing your laundry on either the cold or the warm cycle will save you a tremendous amount of electricity. When you're done, take advantage of the warm weather and dry your clothes outside instead of putting them through the dryer. You'll both save energy and avoid raising the temperature of your home with heat-generating appliances.
- Try preparing meals that don't require using your stove or oven. Keeping cool and keeping the house cool is a worthy goal and there are [many fantastic recipes](#) to choose from. Another way to keep the heat out of the kitchen is to use the barbeque. However, make sure your grill uses propane gas and not charcoal.
- [Use a Ceiling Fan](#). The National Resources Defense Council says a ceiling fan can help a room feel up to 10 degrees cooler, and it uses just 10 percent of the energy of a central air conditioner' you save money when you don't have to set your thermostat as low to keep cool. Make sure you fan is set in the forward (counterclockwise) so that it will pull up the cooler air from the ground and circulate it around the room/ Kist remember to turn the fan off when you leave the room.
- Here is a home energy [checklist](#). See how many sustainable living practices you already do and find new ways to lower your carbon footprint.

Please note the *Greening My Footprint* newsletter will be taking a summer break and our next newsletter will start up again in September.

This information is brought to you by the Justice Promoters and Corinne Sanders, OP, Director of the Office of Sustainability.