

## **Asistencia de Energía Programa Li-Heap 2023**

**Por favor, circule un tipo de asistencia de calefacción que está solicitando.**

Propano – Aceite de Calefacción – Queroseno – Diésel – Leña – Pellets – Electricidad

**Favor de Indicar la compañía que quiere que se pague**

Ed Staubs – Amerigas – Harbert Oil – ACE – Leo Jones – Surprise Valley – Pacific power – Wood Voucher

## **Por favor, lea antes de llenar la aplicación**

**Regrese con la Aplicación adjunta (complete paginas 1-9):**

- **Verificación de ingresos actuales de los últimos 30 días para todos los miembros de su hogar.** Si recibe asistencia en efectivo/cupones de alimentos necesitamos un pasaporte de servicios de DSS, trabajadores por cuenta propia necesitamos los formularios de declaraciones de impuestos del año pasado (Programa C/1040).
- **La factura de electricidad del mes actual no puede ser una facture de cierre; la facture actual es necesaria incluso si no está solicitando asistencia con su factura de electricidad.** Si utiliza un Generador o Solar, traiga una copia de sus impuestos sobre la propiedad más actuales.
- **Si no tiene una cuenta con Amerigas, Harbert Oil, Leo jones o Ed Staubs, usted tendrá que abrir una antes de que podamos hacer pago a ese vendedor.**
  - **Llene pagina 4 –Todas las fuentes de calefacción -**
  - **Cualquier persona mayor de 18 años sin ingresos debe llenar la Pagina 8- Por favor pida más si es necesario**
  - **Firmar la pagina 9 De Educación del Cliente**

**Devuelva todas las páginas de la solicitud y asegúrese de que todos los formularios estén firmados y fechas con toda la información solicitada. Si no se adjunta toda la documentacion necesaria, retrasara su asistencia. El proceso toma 4-8 semanas.**

**Si tiene alguna pregunta llame al (530) 233-3111**  
**Pregunte por Lola**

**Departamento de Servicios Comunitarios y Desarrollo**  
**Formulario de ingresos para la prestación de energía**  
**CSD 43 (10/2017)**

Solo para uso oficial! **Página 2**

Puntos de prioridad	
A.C.C.	
Fecha de cert. de aptitud	

Agencia: **T.E.A.C.H., Inc.** Iniciales de admisión: Fecha de admisión:

Nombre	Inicial del segundo nombre	Apellido	Fecha de nacimiento DD/MM/AA
--------	----------------------------	----------	---------------------------------

**DOMICILIO DE SERVICIO – Domicilio de residencia (no casilla de correo)**

Domicilio de servicio			Número de unidad
Ciudad	Condado	Estado	Código postal

¿Ha vivido en este domicilio durante los últimos 12 meses de corrido?.....  Sí  No  
 ¿Su domicilio de servicio es el mismo que su domicilio de residencia?.....  Sí  No

Domicilio postal			Número de unidad
Ciudad	Condado	Estado	Código postal

Número de seguridad social (SSN):										Número de teléfono ( )
-----------------------------------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	------------------------

Correo electrónico:

<b>PERSONAS QUE VIVEN EN EL HOGAR</b> Ingrese la cantidad total de personas que viven en el hogar, incluido usted →	○	<b>INGRESO</b> Ingrese la cantidad total de personas que reciben ingresos →	○
--	---	--	---

*Datos demográficos: ingrese la cantidad total de personas en su hogar con las siguientes características.* *Indique el ingreso mensual **bruto** total de **todas** las personas que viven en el hogar:*

0 a 2 años de edad		TANF / CalWorks	\$
3 a 5 años de edad		SSI / SSP	\$
6 a 18 años de edad		SSA / SSDI	\$
19 a 59 años de edad		Cheque(s) de pago	\$
60 años de edad o más		Intereses	\$
Discapacitado		Pensión	\$
Nativo americano		Otro	\$
Trabajador agrícola estacional o migrante		<b>Ingreso mensual total</b>	<b>\$</b>

**INTEGRANTES DEL HOGAR**  
 INGRESE LA SIGUIENTE INFORMACIÓN DE **TODOS** LOS INTEGRANTES DEL HOGAR.  
 Si en su hogar viven más de 7 personas, incluya la información en una hoja adicional.

Nombre	Apellido	Relación con el solicitante	Fecha de nacimiento DD/MM/AA	Monto del ingreso bruto total (Antes de impuestos y deducciones)	Fuente de ingresos
		Usted			
<b>Monto del ingreso bruto mensual total del hogar</b>				<b>\$</b>	

¿Usted o alguien de su familia recibe ACTUALMENTE CalFresh (Cupones para alimentos)?  Sí  No

**FACTURA DE PAGO**

¿A qué factura de energía (ELIJA SOLO UNA) desea que se aplique el beneficio LIHEAP? (Adjunte una copia completa de la factura o recibo más reciente)

- Gas natural  Electricidad  Madera  Propano  Aceite combustible  Kerosene  Otro combustible

Ingrese la empresa de energía y el número de cuenta:

Nombre de la empresa: \_\_\_\_\_ Nro. de cuenta: \_\_\_\_\_

¿Su servicio público está interrumpido?  Sí  No

¿Recibió una notificación por atraso?  Sí  No

¿Sus servicios públicos están incluidos en la renta o cuenta con medidor adicional?  Sí  No

¿Sus servicios públicos son todos eléctricos?  Sí  No

¿Su empresa de gas natural es la misma que su empresa eléctrica?  Sí  No

**SERVICIO DE MADERA, PROPANO o ACEITE COMBUSTIBLE (WPO)**

¿Actualmente no tiene combustible? (Madera, propano, aceite, kerosene, otros combustibles)  Sí  No  N/C

Indique la cantidad aproximada de días que quedan antes de que se quede sin combustible (Madera, propano, aceite, kerosene, otros combustibles). Cantidad de días: \_\_\_\_\_  N/A

**INFORMACIÓN SOBRE ENERGÍA**

Las siguientes preguntas son **OBLIGATORIAS**. Marque todas las fuentes de energía utilizadas para calentar su hogar. **Debe** presentar una copia de **todas** las facturas o recibos de energía recientes por todos los costos de energía doméstica.

NOTA: debe incluirse una copia de una factura eléctrica aun cuando no use electricidad para calentar su hogar.

¿Cuál es el combustible que más utiliza para **CALENTAR** su hogar? **DEBE** marcar una fuente principal.

- Gas natural  Electricidad  Madera  Propano  Aceite combustible  Kerosene  Otro combustible

Además de su fuente de calefacción principal, ¿usa alguno de los siguientes para calefaccionar su hogar? (puede elegir más de uno):

- Gas natural  Electricidad  Madera  Propano  Aceite combustible  Kerosene  Otro combustible  N/C

Usted es el titular de: la factura de electricidad  Sí  No la factura de gas natural  Sí  No

La información de la presente solicitud se utilizará para determinar y verificar mi elegibilidad para recibir asistencia. Al firmar a continuación, otorgo mi consentimiento (permiso) al CSD, sus contratistas, consultores y otras agencias federales o estatales (socios del CSD) y a mi empresa de servicios públicos y a sus contratistas para compartir información acerca de mi cuenta de servicios públicos doméstica, consumo de energía u otra información necesaria para prestarme los servicios y beneficios descritos al final del presente formulario. Mi consentimiento tendrá vigencia por un plazo que comienza 24 meses antes de la fecha de firma que se consigna a continuación y que continúa hasta 36 meses después. Entiendo que si mi solicitud para los beneficios o servicios LIHEAP/DOE es denegada, o si recibo una respuesta fuera de término o una prestación no satisfactoria, podré presentar una apelación escrita ante el proveedor del servicio local, y esta apelación será evaluada no más de 15 días después de su recepción. De no estar conforme con la decisión del proveedor del servicio, podré apelar ante el Departamento de Servicios Comunitarios y Desarrollo conforme al Artículo 100805 del Título 22 del Código de Normas de California. Si corresponde, autorizo la instalación de medidas de climatización en mi residencia sin costos a mi cargo. Declaro, bajo pena por falso testimonio, que la información que se incluye en la presente solicitud es verdadera y correcta, y que los fondos recibidos se utilizarán exclusivamente para los pagos de mis costos de energía.

<b>X</b>	<b>*** FIRMA DEL SOLICITANTE ***</b>	Fecha
----------	--------------------------------------	-------

NOMBRE DE LA AGENCIA: Departamento de Servicios Comunitarios y Desarrollo (CSD). UNIDAD RESPONSABLE DEL MANTENIMIENTO: Programa de Asistencia en Energía Doméstica (HEAP). AUTORIDAD: el Artículo 16367.6 (a) del Código de Gobierno designa al CSD como la agencia responsable del manejo del HEAP. OBJETO: la información que usted proporciona se utilizará para decidir si resulta apto para el pago de LIHEAP o los servicios de climatización. ENTREGA DE INFORMACIÓN: este programa es voluntario. Si decide solicitar asistencia, debe entregar toda la información solicitada. OTRA INFORMACIÓN: el CSD emplea definiciones estadísticas de la actualización anual de las Pautas sobre Pobreza, Ingresos Federales e Ingresos Medios del Estado del Departamento de Servicios Sociales y de Salud para determinar la aptitud para el programa. Durante el procesamiento de la solicitud, el subcontratista designado del CSD podría necesitar más información para decidir respecto de su aptitud para uno o ambos programas. ACCESO: el subcontratista designado del CSD conservará su solicitud completa y toda otra información, de ser utilizada, para determinar su aptitud. Tiene derecho a acceder a todos los registros que contengan información sobre usted. El CSD no discrimina al momento de prestar sus servicios por motivos de raza, religión, color, nacionalidad, ancestros, discapacidad física, discapacidad mental, enfermedad, estado civil, sexo, edad ni orientación sexual.

**SOLICITANTE: NO COMPLETE LA SIGUIENTE INFORMACIÓN. ESTA SECCIÓN ES SOLO PARA USO OFICIAL.**

Asistencia para servicios públicos que se proporciona a través de qué programa →  HEAP  Fast Track  HEAP WPO  ECIP WPO

Beneficio base \$ \_\_\_\_\_ Complemento \$ \_\_\_\_\_ Beneficio total \$ \_\_\_\_\_

Costo total de energía \$ \_\_\_\_\_ Porcentaje de ingresos invertido en energía \_\_\_\_\_

Servicios de energía restablecidos después de la desconexión:  Sí  No Desconexión de los servicios de energía evitada:  Sí  No

Hogar referido para WX:  Hogar climatizado:

T.E.A.C.H., Inc.  
 Programa de Asistencia Energética para el Hogar  
 Todas las fuentes de calefacción

Nuestro/ Mi hogar utiliza aproximadamente \_\_\_\_\_ Cuerdas de leña durante los meses de invierno para calentar nuestro/mi hogar.

Gastamos \$ \_\_\_\_\_ por cuerda, Una cuerda de leña dura aproximadamente \_\_\_\_\_ meses.

N/A

¿Su residencia ha sido climatizada?  Sí  No

¿En qué tipo de residencia vive en?

Casa  Apartamento  Dúplex  Casa Móvil  Otra \_\_\_\_\_

¿Y Usted Es dueño o Renta? Cuánto paga mensualmente \$ \_\_\_\_\_

N/A	Estimaciones	Cantidad Mensuales	Cantidad Anuales
	PPL / SVE		
	Propano, Keroseno, Aceite, Diésel- Ed Staub's / AmeriGas / Leo Jones / Habert Oil		
	Leña		
	Pellets- ACE		

\* Si no tiene un costo de su propio bolsillo para los servicios públicos, no es elegible para el programa de asistencia de servicios públicos. Usted debe ser responsable del costo de energía y proporcionar copias de todas las facturas de energía.

Office use only:

Electric: _____	P/K/O/D: _____	Wood: _____	Pellets: _____	TOTAL: _____
-----------------	----------------	-------------	----------------	--------------

T.E.A.C.H., Inc.  
Programa de Asistencia Energética para el Hogar  
Declaración de Responsabilidad

**ESTE FORMULARIO SOLO SE UTILIZA SI LA FACTURA DE ELECTRICIDAD NO  
ESTÁ BAJO SU NOMBRE**

Yo, \_\_\_\_\_,  
Vivo en: \_\_\_\_\_ CA \_\_\_\_\_.

Mi factura de electricidad está bajo el Nombre de: \_\_\_\_\_  
EL / ELLA es mi \_\_\_\_\_. Yo soy responsable del pago de la  
factura de servicios de la dirección anterior.

Certifico que toda la información anterior es verdadera y correcta a mi leal saber y entender.  
Soy consciente de que la falsificación intencional y a sabiendas de la información puede  
conducir a un proceso penal.

También certifico que soy la única persona en mi hogar que ha solicitado el programa de  
Asistencia Energética este año calendario.

Firma: \_\_\_\_\_ Día: \_\_\_\_\_

\* Además de este formulario:

La Persona cuyo Nombre se encuentra, debe completar el Formulario de Consentimiento  
adjunto en **Página 7**.

T.E.A.C.H., Inc.  
Programa de Asistencia Energética para el Hogar  
Electricidad incluida en la Renta

**ESTE FORMULARIO SOLO SE UTILIZA SI LA ELECTRICIDAD ESTÁ INCLUIDA EN SU ALQUILER**

Estimado Propietario o Gerente de la Propiedad,  
El Programa de Asistencia Energética para el Hogar ayuda a los hogares de bajos ingresos a pagar sus gastos de servicios públicos. Debido a un cambio en la forma en que se administra HEAP, los solicitantes deben mostrar cuánto de sus ingresos familiares se paga por los costos de energía antes de recibir asistencia. Esta solicitud es de conformidad con la Ley del Programa de Asistencia Energética para Hogares de Bajos Ingresos de 1994, Ley Pública 97-35 modificada.

Por lo tanto, de acuerdo con la intención de la Ley Federal, ahora se pide a los arrendadores y administradores de propiedades que proporcionen, previa solicitud, a los solicitantes de HEAP la cantidad de dólares de alquiler se gastan para pagar la calefacción y la refrigeración.

Si no puede determinar el coste real de energía por unidad, puede estimar el costo de dividir el coste de energía actual en la factura de servicios públicos por el número de unidades atendidas por la factura. Además, su compañía de servicios públicos es una buena fuente de información y puede ayudarle a obtener esta información.

Agradecemos sinceramente su cooperación.

Nombre del Administrador de la Propiedad: \_\_\_\_\_

Dirección: \_\_\_\_\_ Teléfono: \_\_\_\_\_

Nombre del Solicitante: \_\_\_\_\_

Dirección: \_\_\_\_\_ Teléfono: \_\_\_\_\_

Cantidad mensual de alquiler pagado para la factura de energía: \$ \_\_\_\_\_

Firma de los propietarios: \_\_\_\_\_ Día: \_\_\_\_\_

**NOMBRE Y DIRECCIÓN POSTAL DEL TITULAR DE LA CUENTA**

Nombre completo del titular de la cuenta		
Dirección postal del titular de la cuenta (número y calle)		Número de unidad (si tiene)
(Ciudad)	Estado	Código postal
¿La dirección donde recibe servicios públicos es la misma que la dirección del titular de cuenta? <input type="checkbox"/> Sí <input type="checkbox"/> No		
Nombre completo del solicitante de beneficios (del formulario 43)		
Dirección donde recibe el servicio público (número y calle)		Número de unidad (si tiene)
(Ciudad)	Estado CA	Código postal

**INFORMACIÓN DE LOS SERVICIOS PÚBLICOS**

Escriba el nombre de la empresa de servicios públicos y su número de cuenta a continuación (puede encontrar el número de cuenta en la factura). Si diferentes empresas le proveen los servicios de gas y electricidad, escriba el nombre y número de cuenta de ambas empresas.

Nombre de la empresa de servicios públicos	Número de cuenta del servicio
Nombre de la empresa de servicios públicos (si tiene una segunda empresa que le provee servicios públicos)	Número de cuenta del servicio

**AUTORIZACIÓN Y CONSENTIMIENTO**

Al firmar este formulario, usted (el titular de la cuenta) da su autorización y consentimiento (permiso) a CSD, sus contratistas, consultores, otras agencias federales o estatales (asociados de CSD) y a su empresa de servicios públicos y sus contratistas, para que compartan la información sobre la cuenta de servicios públicos, información del medidor de uso y el consumo de energía y otra información según sea necesario de su propiedad durante el período que inicia 24 meses antes y finaliza 36 meses después de la fecha firmada abajo. La información que nos autoriza a obtener y compartir se usará para fines de evaluar el uso doméstico de energía de los beneficiarios del programa para que CSD pueda: a) medir la efectividad de los servicios que proporcionamos al determinar cuánto se reducen sus facturas de servicios públicos y cuánto nuestros servicios reducen las emisiones de carbono (contaminación atmosférica) y b) informar estos resultados a las autoridades federales y estatales que financian y supervisan los programas de asistencia de energía de California. CSD, sus contratistas, consultores, otras agencias estatales o federales y programas afiliados (asociados de CSD), en colaboración con su empresa de servicios públicos y sus contratistas, utilizan esta información para brindar servicios que ayudan a familias de bajos ingresos, como la del solicitante, a pagar sus facturas de energía de consumo doméstico y administrar estas necesidades energéticas para los fines indicados en esta autorización.

Firma del titular de la cuenta	Fecha	Nombre del contratista/organización asociada de CSD
--------------------------------	-------	---

**REVOCACIÓN DE LA AUTORIZACIÓN Y EL CONSENTIMIENTO**

Usted acepta que su consentimiento permanecerá en vigencia por 36 meses a partir de la fecha en que firma esta autorización, a menos que lo revoque mediante una notificación escrita enviada a: CSD Energy & Environmental Services Division, 2389 Gateway Oaks Drive, Suite 100, Sacramento, CA 95833. La revocación entrará en vigor tras su recepción, pero no se aplicará a ninguna información que fue compartida mientras esta autorización estaba vigente.

**PROGRAMAS APLICABLES**

Algunos de los programas que CSD supervisa o con quienes está asociado incluyen a:

- CSD Federal Low-Income Home Energy Assistance Program (LIHEAP)
- CSD Federal Department of Energy Weatherization Assistance Program (DOE WAP)
- State Low-Income Weatherization Program (LIWP)
- Department of Housing and Urban Development (HUD) Lead Hazard Control and Healthy Homes Program
- Utility Company Energy Savings Assistance (ESA) Program
- Utility Company California Alternate Rates for Energy (CARE) Program

## CERTIFICACIÓN de ingresos y gastos

Se le pide completar este formulario, ya que usted ha solicitado ayuda, y se informó que su hogar no puede dar prueba de ingresos. El Estado de California requiere que el solicitante informe de todas las fuentes de ingresos. Este formulario nos ayudará a entender cómo usted cumple con los gastos. Por favor, complete la siguiente información:

**Información del solicitante**

Nombre: \_\_\_\_\_

Dirección: \_\_\_\_\_

**Sección 1: Usted tiene fuentes de ingresos que se le olvidó informar?**

- |    |    |   |
|----|----|---|
| Sí | NO | Durante el mes anterior, ha sido empleado a tiempo parcial?   |
| Sí | NO | Durante el mes anterior, ha trabajado por cuenta propia?  |
| Sí | NO | Durante el mes anterior, ha recibido dinero por cualquier trabajo que se realiza sólo de vez en cuando, como trabajar en el jardín, cuidado de niños, la donación de sangre, etc? |
| Sí | NO | Durante el mes anterior, ha recibido algún regalo de dinero? Si la respuesta es sí, por favor escriba el nombre y número de teléfono de la persona que le entregó el regalo:      |
| Sí | NO | Durante el mes anterior, ha recibido alguna de las siguientes: (marque lo que corresponda)  |
|    |    | <input type="checkbox"/> COMPENSACION DEL DESEMPLEO <input type="checkbox"/> PROGRAMA DEL GOBIERNO <input type="checkbox"/> MANUTENCIÓN DE LOS HIJOS                              |
| Sí | NO | Ha recibido alguna de las siguientes: (marque lo que corresponda)   |
|    |    | <input type="checkbox"/> PAGOS DE PENSIÓN <input type="checkbox"/> PAGOS TRIBALES DE <input type="checkbox"/> LOS INGRESOS POR <input type="checkbox"/> BENEFICIOS DE             |

**Sección 2: Está gastando sus ahorros o dinero prestado para cubrir sus gastos mensuales?**

- |    |    |   |
|----|----|---|
| Sí | NO | Está utilizando ahorros o un préstamo con garantía hipotecaria? Cuánto? _____ |
| Sí | NO | Está utilizando algún otro activo (dinero)? Cuánto? _____                     |
| Sí | NO | Está pidiendo prestado de las tarjetas de crédito? Cuánto? _____              |
| Sí | NO | Está pidiendo prestado de alguna otra fuente? Cuánto? _____                   |

**Sección 3: Por favor, díganos cómo usted pagó estos gastos mensuales durante los meses anteriores:**

GASTOS	GASTOS MENSUALES	CÓMO EL GASTO HA SIDO PAGADO?	SI ALGUIEN PAGA POR SUS GASTOS, POR FAVOR COMPLETE LA SIGUIENTE INFORMACIÓN:
Alquiler o Hipoteca	\$		Nombre: _____ Teléfono: _____ Dirección: _____
Facturas de servicios públicos	\$		Nombre: _____ Teléfono: _____ Dirección: _____
Alimentos	\$		Nombre: _____ Teléfono: _____ Dirección: _____

**Sección 4: Si nada de lo anterior se aplica a usted, por favor explique cómo sus gastos mensuales se pagan:**

**Firma:**

Al firmar este formulario, yo afirmo que yo creo que estos hechos son exactos y veraces. Doy al Proveedor de Servicios mi permiso para verificar esta información y puedo ser responsable bajo la ley federal o estatal por dar declaraciones falsas o fraudulentas.

\_\_\_\_\_  
Firma del solicitante

\_\_\_\_\_  
Fecha

**CLIENT EDUCATION CONFIRMATION OF RECEIPT**

Name of Occupant	Age of Dwelling
------------------	-----------------

Address of Dwelling

**Confirmation of Receipt**

I have received the following information:

- Lead-Safe Education** – A copy of the pamphlet, *Renovate Right: Important Lead Hazard Information for Families, Child Care Providers, and Schools*, informing me of the potential risk of the lead hazard exposure from weatherization/renovation activity to be performed in my dwelling unit.
- Energy Education** – Information regarding changes I can make in order to reduce the energy consumption of my household.
- Mold and Moisture Education** - A copy of the pamphlet, *A Brief Guide to Mold and Moisture In Your Home*, informing me of how to clean up residential mold problems and how to prevent mold growth.
- Budget Counseling** - Information regarding personal financial management.
- Radon Education** - A copy of the pamphlet, *A Citizen's Guide to Radon*, informing me of the potential risk of radon and how to lower the radon level in my dwelling unit.

Signature of Recipient	Date
------------------------	------

**Self-Certification Option**

I certify that I attempted to deliver the following educational information to the dwelling listed above:

- Lead-Safe   
  Energy   
  Mold/Moisture   
  Budget Counseling   
  Radon

*If the information was delivered but a signature was not obtainable, you may check the appropriate box below.*

**Refusal to Sign** — I certify that I have made a good faith effort to deliver the information to the dwelling unit listed above at the date and time indicated and that the occupant refused to sign the confirmation of receipt. I further certify that I have left a copy of the information at the unit with the occupant.

**Unavailable for Signature** — I certify that I have made a good faith effort to deliver the information to the dwelling unit listed above and that the occupant was unavailable to sign the confirmation of receipt. I further certify that I have left a copy of the information at the unit by sliding it under the door.

Attempted delivery dates and times

Date	Time	Date	Time	Date	Time
//////////	//////////	//////////	//////////	//////////	

Signature (Agency Representative) //////////////////////////////////////	Print name //////////////////////////////////////
---	--

**Mailing Option:**

I certify that I have mailed the following educational information to the dwelling listed above (attach copy of Certificate of Mailing for lead-safe education only):

- Lead-Safe   
  Energy   
  Mold/Moisture   
  Budget Counseling   
  Radon

Signature (Agency Representative) //////////////////////////////////////	Print name //////////////////////////////////////	Date mailed
---	--	-------------

# Plomo

El envenenamiento infantil por plomo continúa siendo un gran problema de salud ambiental en los Estados Unidos. Aún los niños que parecen estar saludables pueden tener niveles peligrosos de plomo en sus cuerpos. Por dicha razón se recomienda que los niños sean sometidos a la prueba del plomo en la sangre.

El plomo puede entrar en el cuerpo si las personas:

- Se llevan a la boca las manos u otros objetos cubiertos con polvo de plomo.
- Comen partículas de pintura o tierra que contengan plomo.
- Respiran el polvo de plomo (especialmente durante las renovaciones que alteran las superficies pintadas).

El plomo es aún más peligroso para los niños que los adultos porque:

- Los bebés y los niños pequeños se llevan las manos y otros objetos a la boca con frecuencia. Dichos objetos pueden estar cubiertos de polvo que contiene plomo.
- El cuerpo en crecimiento de los niños absorbe más plomo en proporción a su cuerpo.
- A esta edad el cerebro y el sistema nervioso de los niños son más sensitivos a los efectos dañinos del plomo ya que sus sistemas en vías de crecimiento.

Si no es detectado temprano, los niños con altos niveles de plomo en sus cuerpos pueden sufrir de:

- Daño al cerebro y al sistema nervioso.
- Problemas de comportamiento y de aprendizaje (tales como hiperactividad).
- Crecimiento retardado.
- Problemas de audición.
- Dolores de cabeza.

El plomo es dañino para los adultos también. Los adultos pueden sufrir:

Aún los niños que parecen estar saludables pueden tener niveles peligrosos de plomo en sus cuerpos. Por dicha razón se recomienda que los niños sean sometidos a la prueba del plomo en la sangre.

- Complicaciones durante el embarazo.
- Otros problemas reproductivos (en hombres y mujeres).
- Alta presión sanguínea.
- Problemas digestivos.
- Desórdenes nerviosos.
- Problemas de memoria y concentración.
- Dolores musculares y articulares.

Esta página Web contiene enlaces con información tanto del sitio Web de la EPA como de otras entidades conocidas fuera de epa.gov. También incluye enlaces informativos sobre la prevención de la contaminación por el plomo y acerca de varios estudios de salud ambiental hispana.

**Manténgase informado:** [Centro Nacional de Información sobre el Plomo](#) Para obtener información sobre el plomo llame al 800-424-LEAD (424-5323). Personal bilingüe (inglés/español) está disponible de lunes a viernes, 8:00am a 6pm, tiempo del este. En inglés [Estandar nacional de calidad de aire ambiental de plomo en idioma simple](#) – publicado en octubre del 2008.



## EPA en español

### Moho

El moho (hongos) se reproduce por medio de pequeñas esporas. Estas esporas se transportan continuamente en el aire libre así como en interiores. Cuando las esporas se depositan en una superficie húmeda comienzan a crecer y a alimentarse de la superficie a la cual están adheridas. Hay hongos que crecen en madera, papel, alfombras y comida. Estos crecen cuando se acumula la humedad o exceso de agua dentro de las casas y edificios. No hay una forma específica para eliminar todo el moho y las esporas que los ocasionan. No obstante, la clave en evitar su propagación es eliminar la fuente de humedad en dicha superficie.



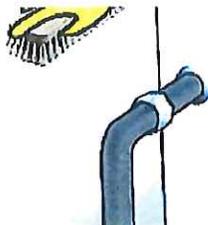
Esta página Web contiene enlaces con información acerca tanto del sitio Web de la EPA así como de otras entidades conocidas fuera de [del sitio Web de las EPA](#), enlaces informativos de cómo el moho puede afectar su salud y enlaces de información acerca de varios estudios de salud ambiental hispana.

#### Diez cosas que usted debe saber acerca del moho

1. Los síntomas asociados con exposición al moho incluyen reacciones alérgicas, asma y otros problemas respiratorios.
2. No hay una forma efectiva de eliminar el moho o sus esporas del ambiente interior; la mejor forma de controlar su crecimiento es controlando la humedad.
3. Si usted tiene problemas de moho en su casa o su escuela, tiene que limpiar el moho y eliminar la fuente de humedad.
4. Arregle problemas en las tuberías de agua para prevenir el crecimiento del moho.
5. Para reducir el crecimiento del moho, reduzca la humedad (30-60%) en su casa al ventilar los baños, secadoras de ropa y cualquier otra fuente de humedad. También pueden usar acondicionadores de aire y de-humidificadores, aumentando la ventilación y usando extractores de aire cuando cocine o use la lavadora de platos.
6. Limpie y seque (24-48 horas) los materiales y equipo de construcción mojados para prevenir el crecimiento del moho.
7. Limpie el moho de las superficies con agua y detergentes y deje secar completamente. Cambie los materiales absorbentes, como losetas de techo, que estén mohosos.
8. Trate de prevenir la condensación: reduzca el potencial de condensación en las superficies frías (ventanas, paredes exteriores, tuberías de agua, techos o pisos) instalando materiales aislantes.
9. No instale alfombras en las áreas donde la humedad es constante (cerca de fuentes de agua, fregaderos o áreas donde la condensación es frecuente).
10. El hongo se encuentra casi en todas partes; pueden crecer en casi cualquier superficie o sustancia siempre y cuando haya humedad. Hay hongos que pueden crecer en madera, papel, alfombras y comida.

#### Información adicional sobre el moho

##### Información de la EPA



[Breve Guía para el Moho, la Humedad y su Hogar](#) (PDF, 796 KB, 20 pp.) Documento de la agencia EPA número 402-K-03-008. Esta guía brinda información y directrices para los propietarios e inquilinos sobre cómo limpiar los problemas de moho donde usted reside y cómo evitar el crecimiento de moho.

[Como eliminar el moho de las escuelas y edificios de comercio](#) **en Inglés**

##### Otros Recursos

[Directrices de la OMS para la calidad del aire interior: La humedad y Molde](#) (PDF) Organización Mundial de la Salud, 2009 (248 pp, 2,65 M).

[Oficina de la EPA de la División de Evaluación de la Exposición Química Investigación y Desarrollo, Exposición Nacional Research Lab, microbiológicos y, exposición microbiana Sección de Investigación: Distribución geográfica del Índice Ambiental relativa Fungosidad \(ERMI\) en los núcleos familiares](#)

##### [Arriba de la página](#)

Cómo solicitar publicaciones

Puede ordenar las publicaciones de calidad del aire interior del centro de EPA Servicio Nacional de Publicaciones Ambientales (NSCEP):

Agencia de Protección Ambiental de EE.UU.

Servicio Nacional Centro de Publicaciones Ambientales (NSCEP)

[Sitio Web: www.epa.gov/nscep](http://www.epa.gov/nscep)

Teléfono: 1-800-490-9198

Fax: (301) 604-3408

Email: [nscep@bps-lmit.com](mailto:nscep@bps-lmit.com)

[NSCEP opera un servicio telefónico gratuito para la Asistencia de publicación de la EPA](#) con el servicio al cliente en vivo representante de asistencia de lunes a viernes de hora del este de 9:00 am a 17:30. Correo de voz está disponible después de las horas de funcionamiento. Usted puede enviar por fax o e-mail sus solicitudes de publicación. Para obtener asistencia técnica con las páginas web NSCEP, escriba a: [nscep\\_nepis.tech@epa.gov](mailto:nscep_nepis.tech@epa.gov). Utilice el número de documento de la EPA en el pedido de NSCEP.

## Consejos Para Ahorrar Energía De Invierno

- \* Baje el termostato a 68 grados o menos durante el día y la noche (Permiso de la Salud) y los 55 grados o apagar por la noche o cuando está lejos de casa.
- \* Llevar ropa de abrigo (jersey, bata, pijama termal, calcetines, zapatillas, etc.)
- \* Utilizar unas cobijas
- \* Abra las cortinas para que el sol calienta su hogar durante el día y cerrarlas por la noche para ayudar a aislar
- \* Cerrar habitaciones no utilizadas y las rejillas de ventilación que calientan esas habitaciones
- \* Tome una ducha en lugar de bañarse y tomar duchas más cortas
- \* Apague cocina, baño, y otros fans de ventilación después de haber hecho su trabajo
- \* Limpie los registros de aire caliente, zócalos calentadores y radiadores, según sea necesario. Asegúrese de que no estén bloqueados por muebles, alfombras o cortinas.
- \* Cierre el tiro de la chimenea cuando no esté en uso.
- \* Ajuste su calentador de agua a la configuración normal o 120 grados, a menos que su lavavajillas requiera un ajuste más alto
- \* Lavar los platos a mano y llenar el fregadero con agua en lugar de dejar que se ejecute.
- \* No sólo cargas completas cuando se utiliza el lavavajillas y la lavadora de ropa  
Use agua→ fría para lavar la ropa→ Utilice el control de ahorro de energía en su lavaplatos si tiene uno→ Que los platos se sequen al aire→Cuelgue la ropa para secar
- \*Limpie pelusa→ trampa de su secadora de ropa después de cada uso

# En estos tiempos difíciles, el pago de su factura de electricidad puede ser un desafío.

## Sabemos cómo ayudar.

Pacific Power tiene una variedad de opciones para ayudar a aquellos que enfrentan dificultades financieras:

- La elaboración de un plan para distribuir los pagos a lo largo de un período más largo.
- Definiendo un Plan de Igualdad Salarial para igualar la cantidad adeudada cada mes.
- El cambio de fecha de vencimiento a un día más conveniente para usted, si la fecha de vencimiento mensual actual es un problema.
- Ayudando a las familias de ingresos limitados encuentran agencias de asistencia de energía locales.
- Asistencia en la gestión de su consumo general de energía.

Por favor denos una llamada a la primera señal puede no ser capaz de pagar su factura de electricidad, mientras que sigue siendo más fácil de manejar. Hemos entrenado muy bien informados las personas que quieren ayudar.

Mira a nosotros para obtener ayuda en la búsqueda de las respuestas que necesita.

Llámenos al número gratuito: 1-888-221-7070  
o Visite: [pacificpower.net / ayuda](http://pacificpower.net/ayuda)



© 2009

 **PACIFIC POWER**  
*Hagamos brillar las soluciones*

# Todos los días de Presupuesto y Consejos para ahorrar dinero



Gastos del Hogar	Promedio % de Ingresos
Vivienda y Servicios Públicos	34%
Transportación	17%
Comida (Compras y Comiendo Afuera)	13%
Seguros de Personas y Retiro	11%
Otras Cosas	10%
Cuidado de la Salud	6%
Entretenimiento	5%
Ropa y Servicios	4%

Source: US Dept of Labor, Bureau of Labor Statistics' Consumer Expenditure Survey 2007

## Vivienda y Servicios Públicos

Si usted está luchando con una hipoteca inasequible o pago de alquiler, de trasladarse a un lugar más barato o conseguir un compañero de piso puede ser opciones. De lo contrario, aquí hay algunas otras maneras de reducir sus costos de vivienda:

- Refinanciar su hipoteca para obtener una tasa más baja, o cambiar de un año 15 de un préstamo a 30 años.
- Anime a su valoración  
Impuesto a la propiedad.
- Investigar si la agrupación de servicios (teléfono, cable, internet) podría ahorrarle dinero, o si se puede hacer sin algunos de estos servicios.
- Lave sólo cargas completas de platos o la ropa.
- Apague las luces y aparatos electrónicos cuando no estén en uso y apagar el fuego o A / C cuando no hay nadie en casa.
- Instale un termostato programable para tener más control sobre sus costos de calefacción y refrigeración.

## Transporte

La compra de coches de segunda mano y les conduce desde hace años es una gran manera de reducir sus gastos de transporte de por vida. Para más maneras a corto plazo para reducir los costos, pruebe estos consejos:

- Aumentar los deducibles de su póliza de seguro de auto.
- Esforzarse por obtener un seguro, como buen conductor, de buen estudiante, y las cuentas de varios coches.
- Investigar transporte colectivo y el transporte público, y ver si su empleador ofrece ninguna subvención.
- Evite las facturas de reparación mediante el mantenimiento de su vehículo correctamente con los cambios de aceites, filtros.
- Planee sus recados alrededor de su ruta de conducción para evitar múltiples viajes, el ahorro de gas.

## Comida

Salir a cenar utiliza casi la mitad de los gastos en alimentos de la familia promedio, por lo que comer más en casa a menudo es una de las formas más sencillas para recortar su presupuesto para alimentos. Otras formas de controlar los costos incluyen:

- Lleve el almuerzo y aperitivos para trabajar.
- Revise su refrigerador para que los artículos utilizan antes de que vayan mal.
- Renunciar a un vicio malsano (refrescos, dulces, botanas, salados, etc.)

- Use las circulares semanales de tiendas de comestibles para encontrar artículos de la venta y comprar en consecuencia.
- Crear un libro de precios, para saber cuándo estarán a la venta los artículos, y lo que es un buen negocio.

## Seguros de Personas y Retiro

Usted puede tener la tentación de recortar sus 401K contribuciones para pagar la deuda, pero evitarlo de ser posible. Empresas con planes 401K ofrecen fondos de contrapartida, para no contribuir significa que usted perderá de dinero gratis.

Aquí hay mejores zonas para buscar ahorros:

- Considere refinanciar su seguro de vida a término. Las tasas han disminuido en la última década, por lo que pueden calificar por una prima más baja.
- Si usted tiene una póliza de incapacidad a largo plazo, investigar los ahorros si se opta por un período de espera más largo para reducir las primas (siempre y cuando usted tiene un fondo de emergencia).
- Suspender las contribuciones a las rentas vitalicias y otras cuentas que no ofrecen los fondos de contrapartida o incentivos fiscales.

## Cuidado de la Salud

Con cada vez más altos costos de atención de la salud, los empleadores están pidiendo a sus trabajadores a asumir una mayor parte de los gastos.

Pruebe estos consejos para ahorrar en los gastos de cuidado de la salud:

- Comprar genérico / Marca de la Tienda
- Solicitar recetas por correo o por Internet.
- Busque las clínicas gratuitas o de bajo costo.
- Seguro de monitor pretende asegurarse de que no está consiguiendo pegado con facturas.
- Cuida de ti mismo (hacer ejercicio con regularidad, evitar hábitos poco saludables como el tabaquismo y el alcohol, y lávate las manos con frecuencia para evitar que se enfermen).

## Ropa y Servicios

Muchas personas actualizan su armario con las últimas tendencias de la moda. Otros simplemente se niegan a llevar la misma ropa por mucho tiempo. Pruebe estos consejos para limitar sus gastos de ropa y de servicios:

- Llevar a cabo un inventario de su guardarropa, y sólo comprar los artículos que trabajan con lo que ya posee.
- Evite la ropa sólo limpia y seca.
- Trate de conseguir su pelo cortado en una escuela de belleza por un precio mucho más bajo que un salón de belleza.
- Cancelar su club / membresía de un gimnasio de salud y encontrar maneras de hacer ejercicio en casa (caminar / correr al aire libre, la compra algunas pesas, entrenamiento con amigos)
- Comprar ropa fuera de temporada, cuando los almacena Descuento (abrigos de invierno en verano, pantalones cortos en otoño, etc.)

*Si usted desea más Información [ConsumerCredit.com](http://ConsumerCredit.com)*