I'm not a robot

Omi tuto para refrescar la casa

TIEMPO DE LECTURA 4 MINS26 de julio de 2021 | culmiaSostenibilidad Ahorrar energía en casa durante los meses de más calor parece imposible pero cambiando ciertos hábitos y poniendo en práctica unos trucos básicos podrás enfriar la casa sin recurrir al aire acondicionado Los mercurios no dan tregua. La época estival deja tras de sí temperaturas que, por momentos, pueden convertir el hogar en un auténtico infierno. Lo más habitual es recurrir al aire acondicionado para aplacar los calores. Sin embargo, cuando el objetivo es ahorrar energía en casa, esta solución puede ser contraproducente. La pregunta de cómo refrescar la casa sin hacer que la factura energética se dispare es recurrente. No obstante, en contra de lo que pueda parecer, tiene una respuesta relativamente sencilla. Cambiar ciertos hábitos es el primer paso. Aunque para resolver con éxito la cuestión, hace falta algo más. Si aún no sabes cómo refrescar la casa, esta guía rápida no solo te ayudará a conseguirlo fácilmente sino también a ahorrar energía en casa. ¡Toma nota! 1. Toldos, persianas y cortinas, grandes aliados Como refrescar la casa cuando hace mucho calor puede ser una tarea harto complicada, lo mejor es hacer lo posible por evitar que los interiores se calienten. En esta tarea toldos, persianas y cortinas son grandes aliados. La razón es simple: su uso bloquea la entrada de calor del exterior, sobre todo durante las horas de mayor incidencia que, por lo general, suele ser entre las 3 y las 5 de la tarde (aunque la orientación de la vivienda afectará a esta cuestión). Utilizarlos cada día de manera correcta evitará que tengas que recurrir a otros sistemas de refrigeración y, en consecuencia, es un buen primer paso para ahorrar energía en casa. Aunque hay ciertos matices que debes tener presentes. Por ejemplo, en el caso de los toldos existe un amplio elenco de tejidos con mayor o menor grado de protección frente al sol. Sin embargo, con independencia de cuál de ellos elijas, optar por uno en color claro evitará que el mismo acumule calor. 2. Ventilar a primera hora del día La ventilación del hogar es otro clásico a la hora de dar respuesta a cómo enfriar la casa. Los expertos recomiendan hacerlo a primera hora de la mañana, dado que es uno de los momentos del día en los que la temperatura es más baja. Si renuevas el aire de las habitaciones temprano te resultará más sencillo mantener un ambiente fresco durante el resto del día. No obstante, al margen de los dormitorios, en espacios como la cocina o el salón puedes recurrir a la ventilación vespertina. De hecho, aprovechar las corrientes propias de la vivienda contribuirá a refrescar la casa. Un truco que regala la sabiduría popular al respecto tiene que ver, precisamente, con la combinación de esta recomendación y la anterior. Siempre que tu hogar disponga de una ventilación cruzada puedes humedecer las cortinas y ventilar para multiplicar el efecto e inundar los espacios de frescura. 3. Ahorrar energía en casa (y bajar la temperatura) gracias a los electrodomésticos Parece una contradicción pero lo cierto es que es posible ahorrar energía en casa mientras rebajas varios grados la temperatura del hogar. Como puedes imaginar, elegir electrodomésticos energéticamente eficientes es un primer paso. Pero para no quedarse solo en la reducción de la factura de la luz hay que saber cuándo y cómo utilizarlos. Tener claras las horas en las que el consumo energético resulta más caro es fundamental. A partir de ahí, si quieres resolver cómo refrescar la casa con un uso apropiado de los electrodomésticos bastará con cambiar ciertos hábitos muy extendidos. Estos aparatos irradian calor por lo que la recomendación general es usarlos por la noche o, al menos, evitar las horas centrales del día. 4. Cocinar de manera eficiente Seguro que has oído hablar de ello. Puede incluso que lo practiques sin saberlo. Pero si aún no sabes lo que es el batch cooking, toma nota porque es otra de las respuestas a cómo enfriar la casa cuando hace mucho calor. En esencia, se trata de optimizar el tiempo en la cocina o, lo que es lo mismo, aprovechar tus ratos ante los fogones para organizar varias recetas a la vez. Hacer un sofrito mientras termina de cocerse un puré, hervir unas judías verdes mientras va haciéndose un pollo asado, dejar preparados los ingredientes de la ensalada del día siguiente… Apostar por esta práctica permite ahorrar energía en casa, así como tiempo y esfuerzo en cocinar. Si no estás ante los fogones todos los días evitarás una de las principales fuentes de calor del hogar. Eso sí, siempre que vayas a cocinar, procura conectar la campana extractora. No solo eliminará humos y malos olores. También te ayudará a renovar el aire de la cocina, expulsando el calor acumulado durante el tiempo en que estés trabajando además de reducir la humedad. 5. Cómo enfriar la casa usando ventiladores Salvo que estés pensando en cómo refrescar la casa sin ventilador, estos aparatos son una alternativa interesante al aire acondicionado. Si bien no refrescan el aire -solo lo mueven- hay ciertos trucos que pueden multiplicar su efectividad. Gracias a ellos no solo podrás ahorrar energía en casa sino que disfrutarás de un ambiente más fresco. Si usas, por ejemplo, un ventilador de techo procura que las aspas giren en el sentido contrario a las agujas del reloj. El aire removido bajará mientras que el caliente subirá consiguiendo así una mayor sensación de frescor. También puedes emplear otros trucos como colocar un bol con hielo y sal frente a un ventilador de pie o suelo para refrescar el aire. 6. Otros trucos básicos para refrescar la casa Los textiles se cuelan también entre los aliados a la hora de refrescar la casa cuando hace mucho calor. Cambiar las telas sintéticas y los tejidos gruesos por tejidos naturales como el algodón o el lino -mejor en colores claros- te ayudará a refrescar el interior del hogar. Lo mismo ocurre con la iluminación. Si tienes que cambiar las bombillas apuesta por unas tipo led. Además de ahorrar energía en casa, emitirán mucho menos calor aunque lo ideal es reducir al mínimo el uso de fuentes de luz artificial para no añadir fuentes de calor al hogar. Si a todas estas recomendaciones sumas riegos nocturnos a tus plantas de la terraza, patio o jardín, no tendrás que recurrir al aire acondicionado para disfrutar de un hogar razonablemente climatizado ¡y ahorrando energía! Para finalizar un resumen en vídeo con consejos para refrescar tu casa y así ahorrar energía Para Eleggua OMi tuto,Ona tuto,tuto laroye, tuto Ilé, Eshu Agogo, Eshu Alagguana, Eshu Agotipongo, Eshu Ayomamaqueño, Moyubao Iyalocha Moyubao Iyabbona. Quincamanché Camaricú, Cama Omó, Cama Ifi, Cama Oña, Cama Ayaré Unló Ona quebofi queboada. Te refresco a ti para que me abras el camino, con el permiso de mis mayores, yo toco la campana para que tu me abras la puerta contando también con mi Ángel Guardian,Padrino, Madrina y todos los presentantes del Tablero Yorubá. Salud para mí y todos mis hijos Babá Mi Changó Ikawo ilé mi funi alaya titanchani nitosi ki kogmanu mi oro nigbati wa ibinú ki kigbe ni na orun atí gbogbo.Omó nijin gbogbo wi kuele kuokuo nitosi dilowo ikawo ilé mi, iwo bagbe,Babá mi ki awa nakue ni okán nitosi kunle ni re elese atí wi Changó alanú obá layo ni na ilé ogbeo mi. Padre Mío, Dios del trueno, controle mi casa, déme la salvación radiante para que no me coja su palabra, cuando esté bravo,que grita en el cielo y todos mis hijos aquí abajo decimos con mucho respeto, para acatar control, controle mi casa. Usted recuérdese Padre Mío que nosotros lo llamamos de corazón para arrodillarnos delante de sus pies y decirle Dios del Trueno, Misericordioso Rey, alégrese en la Tierra,Ampárame a mi. Yemaya Orisha Obunrin dudú,kuelú re meye abayá ni re oyú, ayaba awó gba oki mi, Iyá ogá ni gbogbo okuo, Yeye Omó eyá,lojunoyina ni re ta gbogbo akun nini iwo ni re olowo, nitosi re Omó terriba, adukue Iyá Mi. Santa mujer negra, con sus sietes Rayas en su cara, Reina Adivina, reciba el saludo, Madre Dueña de todos los mares ,Madre hijo del pescado, allá lejos tiene su asiento o trono, bajo el mar donde usted tiene sus riqueza para su hijo(a) obediente, Gracias Madre mia. Orichanlá Okonrin ati Obinrin ni layé, eledá no gbogbo ni gbogbo na darandara, atí burukú, Obá ati Ayaba afin, Ogá ni na tala gbgbo na cheche, Babá wa afin alano jekua Babá Mí Santo grande, Hombre y Mujer de mundo ,creador de todos los buenos y Malos,Rey y Reina albino,Dueño de la pureza y de todos los justicieros,Padre grande del mundo, Protector Mio y de todas las casas buenas sanas,Padre Nuestro,Albino MIsericordioso, Viva, Padre Mio, Gracias Oggún ataré agua bebenille Omó canilé cobi cobi, Oggún Aguanillé Omó atabale afebefun Ochosi elquiveca, albure fun inya iré quien illan iré quien edyó bani oké cuemi otolaya Todo ésto Mi Padre, tu que tienes tanto poder en la tierra, Yo tu hijo, vengo a saludarte, no con el interés de que me des tu fuerza, sino para que venzas las dificultades de la vida. Ochosi Olugba ni gbogbo na oda ati aricha cheche ode mata si mi ati gbogbo omá uile funci okán ona iré ati kuelure ofá duro gbogbo burukú ki wa nitosi ni oduke Babá Mí. Dueño de todos los cazadores y santo Justiciero, Cazador, no me vendas a mi,y a todos hijos de la tierra, déme un camino bueno y con sus flechas, para todo mal que venga para mi,Gracias Padre Mío Oya yegre Iyá biesa oyó orun afete ikúlebebi oké ayaba gbogbo loya abinrin, ogá ni ano, ogá ni gbogbo aggun,Oricha ni abaya oyú ewa ovansa, oye ri Jekua iyé mi, obinrin ni kuokuelé fun olugba ni olofin,nitosi wa ayaba ni kua. Tienda de comer al lado, Madre mia nueve días en el cielo,Viento de la muerte,Remolino de lo alto, Reina de todos los mercados, Mujer dueña de todos los espíritus, Dueña de la enfermedad, Santa de la raya en la cara bonita,el mercado del viento,entiende ver, Viva Madre mia,Mujer de mucho poder por mandato de Dios, para ser Reina de la Muerte,Gracias OchúnYeyé Mi Ogá ni gbogbo ibú, laye nibo gbogbo o´mó orisha leuwé nitosi gba obukán,ni omí didun nitosi oni Alafia ati ayo onbirin kue lu re che wiwo ti re ma ru achó géle nitosi go ayaba ewe kuelu re reri ati ao augbón be oni cho nitoriti ko mou nigbati wa ibinu obirin ikú ikó ni Olofin .Adukué. Madre Mia,Dueña del Río,del mundo donde todo hijo de Santo va a bañarse, para recibir la bendición del agua dulce ,para tener felicidad y alegría. Mujer con su saya y sus cinco Pañuelos para bailar,Reina linda con su risa y alegría ,pero hay que tener cuidado no conocemos cuando está brava. Mujer Muertera,Mensajera de Olofin Odukú. Gracias 3 Min de lectura¿Sabes cómo refrescar la casa sin tener que recurrir a los aires acondicionados? Te contamos varios trucos para hacer que tu vivienda sea un oasis de frescor en mitad del apabullante calor veraniego.Blog Hogar MAPFRELos años de experiencia de MAPFRE en el sector nos avala como fuente de información veraz y práctica, ayudándote en tus tareas diarias sobre temas como bricolaje, limpieza del hogar y animales de compañía. | WebLos aires acondicionados permiten refrescar la casa en pocos minutos, pero el coste económico y energético hace que nos lo pensemos mucho antes de ponerlos en marcha. Para hacer que nuestra casa siga manteniendo su eficiencia energética también en verano, te damos varios trucos sencillos y naturales para saber cómo refrescar la casa y repeler el calor del interior de nuestra vivienda. Cómo refrescar la casa Fregar el suelo: dentro de casa, utiliza agua muy fría y escurre poco la fregona, para que el suelo quede más húmedo de lo normal. En el exterior, sigue este mismo proceso pero a última hora de la tarde, para impedir que el sol evapore el agua y la transforme en bolsas de calor. Puedes utilizar este mismo método para regar la fachada de tu casa, pero siempre en las últimas horas del día. Poner barreras al sol: los sistemas tradicionales son los más sencillos y, al mismo tiempo, los más eficaces. Algo tan simple como usar toldos, persianas o cortinas puede hacer que la temperatura de nuestra casa baje unos cuantos grados. Lo ideal es mantener todas las estancias prácticamente en penumbra en las horas de más calor. Para ello, usa toldos y cortinas de materiales ligeros y colores claros. Ventiladores: la alternativa barata a los aires acondicionados son los ventiladores, que proporcionan una sensación de tres o cuatro grados menos. Pero ojo, es solo eso: una sensación térmica. Cuando ponemos un ventilador enfocando hacia nosotros lo que hace es reemplazar la humedad de nuestro sudor por aire seco, lo que nos hace sentir más frescos. Pero en realidad la temperatura no ha descendido ni un solo grado. Crear corrientes de aire: este sistema es todo un arte. Cuando hace calor, si abrimos todas las ventanas lo único que conseguimos es llenar las estancias del aire cálido de fuera. Para evitarlo, hay que abrir de par en par las ventanas por las que queremos que salga el aire, que lo ideal es que sean las que dan a la calle, ya que el movimiento de aire es mayor. Las ventanas de los patios interiores servirán como vías de entrada, y éstas hay que dejarlas ligeramente abiertas. Láminas solares para los cristales: este tipo de láminas reflejan el calor y reducen hasta un 82 por ciento el deslumbramiento, lo que hace que la temperatura interior se mantenga estable. Para instalarlas no se necesita quitar el cristal, y las hay de una gran variedad de presupuestos. Plantas: además de ser un adorno natural que embellece cualquier estancia, las plantas refrescan la casa. Lo mejor es elegir trepadoras, como la hiedra, y colocarlas en aquella pared que reciba más intensamente los rayos del sol. Así, actuarán de barrera evitando que el calor penetre en el hogar. Usar pocos electrodomésticos: el horno, el secador de pelo, el lavavajillas o la televisión son algunos de los electrodomésticos que emiten grandes dosis de calor durante su uso. Limitarlos a lo meramente imprescindible nos ayudará a refrescar la casa. Usar colores claros: Que el blanco sea el color predominante en las fachadas de las casas de las zonas más cálidas de España no es ninguna casualidad. Este tono tiene el poder de reflejar el calor y, por lo tanto, repelerlo. Para beneficiarte de su ayuda no hace falta que pintes la fachada, pero sí que utilices en blanco y los neutros en los textiles del hogar. Y si tienes pensado redecorar las paredes de tu casa, apuesta al blanco y acertarás. Tejidos ligeros: el lino, el algodón fino o la gasa son los textiles más indicados para usar en verano. Utilízalos en cortinas, sábanas y cojines, pero también para recubrir el sofá durante la época estival. Refrescar la casa no tiene por qué ser caro ni complicado si seguimos unas pautas determinadas. Pero también es aconsejable refrescar el organismo y mantenerlo siempre bien hidratado. En cualquier caso, el Seguro de MAPFRE Salud nos ayuda a mantener siempre el tono vital gracias a su completa asistencia médica. Publicado por Blog Hogar MAPFRE 03 July, 2018 MOYUGBA Y EL OMI TUTO Cada vez que hacemos cualquier rito, o acto de adoración en la religión Yoruba u Osha lo iniciamos con omi tuto, (Un refrescamiento de agua fresca. Mientras hacemos el refrescamiento se dice lo siguiente. Omi fun egun, omi fun ile, omi fun gbogbo keke timbelaye timbelese Oloddumare. Omituto, ona tutu, tuto laroye, tuto ile tuto ariku babawa. Otra forma de resfrecar es: “Omi tuto, ara tuto, tuto Laroye, tuto Eggún, tuto ilé, tuto Adikú Babawá”. Esto significa: “Con agua refresco a Laroye, refresco a los muertos, refresco la casa y refresco para que venga la salud y la prosperidad”. MOYUGBA COMPLETA Moyugbo Olofi. Moyugbo Olorún. Moyugbo Oloddumare. Moyugbo la Osha. Moyugbo Akaragba y Akoragba. Moyugbo Ashedá y Akodá. Moyugba ayaí odún, oní odún, odún olá. Moyugba ará, Moyugba ilé Con la bendición de IYA TOBY: _____(Aquí nombra a su Mamá) Con la bendición de BABA TOBi: _____(Aquí nombra a su papa).Con la bendición de IYA TOBY DE OSHA: _____(Aquí nombra a tu mamá en santo y se le dice el rezo)Con la bendición de BABA TOBi DE OSHA: _____ (Aquí nombra a tu papá en santo y se le dice el rezo) Moyugbo bogbó ciencias omolosha lagba lagba que Timbeleye Timbelese Oloddumare ara Onu. Ibá é bayen tonú Malaké la Chiquita Ibá é bayen tonú Malaké la grande Ibá é bayen tonú Dadá KaindéIbá é bayen tonú Adeú TawadéIbá é bayen tonú Odé Waro Ña Inés,Ibá é bayen tonú Yenyé T’Olokún Teresita Ariosa, Ibá é bayen tonú Oñí Osún Ibá é bayen tonú Oshún Funké Ibá é bayen tonú Oshún Kayodé Ibá é bayen tonú Omó DeléIbá é bayen tonú Obankolé AdufélIbá é bayen tonú Ña Rosalía, Efunshé WarikondóIbá é bayen tonú Ña Monserrate González, Obá Tero Ibá é bayen tonú Fermina Gómez, OshaBí Ibá é bayen tonú Arabia Oviedo, sacerdotisa de Oyá Ibá é bayen tonú Timotea "Latuán" Albear, Ajayí Lewú Oní Shangó Ibá é bayen tonú Ña Belén González, Apóto, Ibá é bayen tonú Ña Margarita Armenteros, Ainá Yobo Ibá é bayen tonú Tibursia Sotolongo, Oshún Mewá Ibá é bayen tonú Ño Filomeno García, Atandá Babalawó Ibá é bayen tonú Ño Juan "el cojo," Añabí Babalawó Ibá é bayen tonú Ño Remigio Herrera, Adeshiná Ibá é bayen tonú Octavio Samá, Obadimejí Ibá é bayen tonú José Roche, Oshún Kayodé Ibá é bayen tonú Tranquilina Balmaseda, Omí Saya Ibá é bayen tonú Calixta Morales, Odé Deí Ibá é bayen tonú Josefa "Pepa" Herrera, Eshúbí Ibá é bayen tonú Ña Inés, Yenyé T’Olokún Ibá é bayen tonú Ma Monserrate González, Obá Tero Ibá é bayen tonú Tata Gaytán, Ogundá-fún Ibá é bayen tonú Aurora Lamar, Obá Tolá Ibá é bayen tonú Tomás Romero, Ewín Letí Ibá é bayen tonú Nicolás Valentin Angarica, Obá Tolá Ibá é bayen tonú Lamberto Samá, Ogún Toyé Ibá é bayen tonú Periquito Pérez Ibá é bayen tonú la Niña de Monte de Oca Osha Inle Ibá é bayen tonú los Jimaguas de Palenque Ibá é bayen tonú Tata Gaitán Ogunda Fun Ibá é bayen tonú Otan Bumy Ibá é bayen tonú Daniel Mota Ibá é bayen tonú Josefina y Juanita la tetona Ibá é bayen tonú El chino del tanque Ibá é bayen tonú de la rama de funche Fernandito Filubiyu Ibá é bayen tonú Verdi cacao, Verdi lele Ibá é bayen tonú Susana cantero Omi toke Ibá é bayen tonú Okikilo Ibá é bayen tonú Oba Yoco Ibá é bayen tonú Obba Decun Ibá é bayen tonú Caridad y pascuelita Acuesta Ibá é bayen tonú la rama de Los Efushé Ibá é bayen tonú la rama de Los Efushé Atikeké Ibá é bayen tonú la rama de Los Trapitos Ibá é bayen tonú la rama de Las Tortilleras Ibá é bayen tonú la rama de Los Ewin Yimí Ibá é bayen tonú la rama de Los Culos Verdes Ibá é bayen tonú la rama de Los Mantones y Corales Ibá é bayen tonú la rama de Los Abogados Ibá é bayen tonú la rama de Los Ainá Yogbos Ibá é bayen tonú la rama de Los Jimaguas del Palenque. Ibá é bayen tonú gbogbó Egún ara Onu orí DE MI PADRINO o MADRINA: _____ Ibá é bayen tonú gbogbó Egún ara Onu orí DE OYUGGBONA KAN: _____ Ibá é bayen tonú gbogbó Egún ara Onu orí DE OBBA: _____ Ibá é bayen tonú gbogbó Egún ara Onu orí DE MIS OLUOS SIGUAYU: _____ (Padrino de IFA, Oyugbona de Ifa) Ibá é bayen tonú gbogbó Egún ara Onu orí DE MIS MAYORES de OSHA Ibá é bayen tonú gbogbó Egún ara Onu orí DE MIS ABURE de OSHA (Se nombran los hermanos de Osha) Ibá é bayen tonú gbogbó Egún ara Onu orí DE MIS AHIJADOS (Se nombran los ahijados de Osha y los Aleyos Que estén presente ala hora de hacerles obras o Ceremonias.) Ibá é bayen tonú gbogbó Egún ara Onu orí Emi naní: (aquí se nombren nuestros eggun (Muertos) Ibá é bayen tonú: _____ Ibá é bayen tonú: _____ Ibá é bayen tonú: _____