Teacher Name

Student First Name, Last Initial

Teacher ID

**Submit online**
at Worksheets.Nef1.org

# Home Energy Worksheet

If you complete this worksheet online, enter the confirmation code here and return this paper to the teacher.

Confirmation Code

### Heating

1. Install and use a programmable or smart thermostat.
   ☐ Currently Do ☐ Will Do ☐ Neither
2. Caulk windows and weather-strip outside doors.
   ☐ Have Done ☐ Will Do ☐ Neither
3. Inspect attic insulation and add insulation if needed.
   ☐ Have Done ☐ Will Do ☐ Neither
4. Keep furnace air filters clean/replaced regularly.
   ☐ Currently Do ☐ Will Do ☐ Neither

### Cooling

5. Replace existing air-conditioning unit with a high-efficiency unit, heat pump or an evaporative cooling unit.
   ☐ Have Done ☐ Will Do ☐ Neither
6. Close blinds when windows are exposed to the sun.
   ☐ Currently Do ☐ Will Do ☐ Neither
7. Use a fan instead of air-conditioning.
   ☐ Currently Do ☐ Will Do ☐ Neither
8. Participate in Rocky Mountain Power's Cool Keeper program.
   ☐ Currently Do ☐ Will Do ☐ Neither

### Water heating

9. Set the water heater temperature to 120˚ F (health permitting).
   ☐ Have Done ☐ Will Do ☐ Neither
10. Install a high-efficiency shower head.
    ☐ Have Done ☐ Will Do ☐ Neither
11. Take 7-minute showers.
    ☐ Currently Do ☐ Will Do ☐ Neither
12. Wash full loads in the dishwasher and clothes washer.
    ☐ Currently Do ☐ Will Do ☐ Neither

### Lighting

13. Replace inefficient bulbs with LED bulbs.
    ☐ Have Done ☐ Will Do ☐ Neither
14. Turn lights off when not in use.
    ☐ Currently Do ☐ Will Do ☐ Neither

### Refrigeration

15. Choose an ENERGY STAR® model when purchasing a new refrigerator.
    ☐ Have Done ☐ Will Do ☐ Neither
16. Unplug old freezers/refrigerators and/or dispose of them in an environmentally safe manner.
    ☐ Have Done ☐ Will Do ☐ Neither
17. Maintain refrigerator and freezer coils and check door seals twice yearly.
    ☐ Currently Do ☐ Will Do ☐ Neither

### Electronics

18. Turn off computers, TVs and game consoles when not in use.
    ☐ Currently Do ☐ Will Do ☐ Neither

### Cooking

19. Use a microwave oven, toaster oven, slow cooker or outdoor grill instead of a conventional oven.
    ☐ Currently Do ☐ Will Do ☐ Neither

### Get paid for being Wattsmart

20. Visit Rocky Mountain Power at **Wattsmart.com** for more energy saving tips and rebates.
    ☐ Have Done ☐ Will Do ☐ Neither

WATTSMART® | ROCKY MOUNTAIN POWER® POWERING YOUR GREATNESS

© 2026 National Energy Foundation

Nombre del maestro

Nombre e inicial del apellido del alumno

Identificación del maestro

**Enviar en línea**
a Worksheets.Nef1.org

# Verificación de energía doméstica

Si completa esta hoja de trabajo en línea, ingrese el código de confirmación aquí y devuelva este documento al maestro.

Código de confirmación

### Calefacción

1. Instalar y usar un termostato programable o termostato inteligente.
   Lo hago | Lo haré | Ninguno
2. Calafatear ventanas e instalar burletes en el exterior de las puertas.
   Lo he hecho | Lo haré | Ninguno
3. Inspeccionar el aislamiento del ático y agregar aislamiento si es necesario.
   Lo he hecho | Lo haré | Ninguno
4. Mantener los filtros de aire de la calefacción limpios/reemplazarlos regularmente.
   Lo hago | Lo haré | Ninguno

### Enfriamiento

5. Reemplazar la unidad de aire acondicionado existente por una unidad de alta eficiencia, bomba de calor o un enfriador evaporativo.
   Lo he hecho | Lo haré | Ninguno
6. Cerrar las persianas cuando las ventanas están expuestas al sol.
   Lo hago | Lo haré | Ninguno
7. Usar un ventilador en lugar del aire acondicionado.
   Lo hago | Lo haré | Ninguno
8. Participar en el programa "Cool Keeper" de Rocky Mountain Power.
   Lo hago | Lo haré | Ninguno

### Calentadores de agua

9. Programar el calentador de agua a 120˚ F (mientras su salud lo permita).
   Lo he hecho | Lo haré | Ninguno
10. Instalar un cabezal de ducha de alta eficiencia.
    Lo he hecho | Lo haré | Ninguno
11. Tomar duchas de 7 minutos.
    Lo hago | Lo haré | Ninguno
12. Lavar cargas llenas en los lavaplatos y las lavadoras de ropa.
    Lo hago | Lo haré | Ninguno

### Iluminación

13. Reemplazar los focos ineficientes con focos LED.
    Lo he hecho | Lo haré | Ninguno
14. Apagar las luces cuando no estén en uso.
    Lo hago | Lo haré | Ninguno

### Refrigerador

15. Escoge un modelo de ENERGY STAR® cuando compre un refrigerador nuevo.
    Lo he hecho | Lo haré | Ninguno
16. Desenchufar refrigeradores/congeladores viejos y/o desecharlos de una manera ambientalmente segura.
    Lo he hecho | Lo haré | Ninguno
17. Mantener las bobinas del refrigerador y del congelador e inspeccionar el sello de las puertas dos veces al año.
    Lo hago | Lo haré | Ninguno

### Electrónicos

18. Apagar computadoras, televisores y consolas de juegos cuando no estén en uso.
    Lo hago | Lo haré | Ninguno

### Cocinar

19. Usar un horno microondas, un horno tostador, una olla de cocimiento lento o una parrilla al aire libre en lugar del horno convencional.
    Lo hago | Lo haré | Ninguno

### Reciba paga siendo Wattsmart

20. Visite Rocky Mountain en **Wattsmart.com** para obtener más consejos y rebajas de a ahorro de energía.
    Lo he hecho | Lo haré | Ninguno

WATTSMART® | ROCKY MOUNTAIN POWER. POWERING YOUR GREATNESS

© 2026 National Energy Foundation