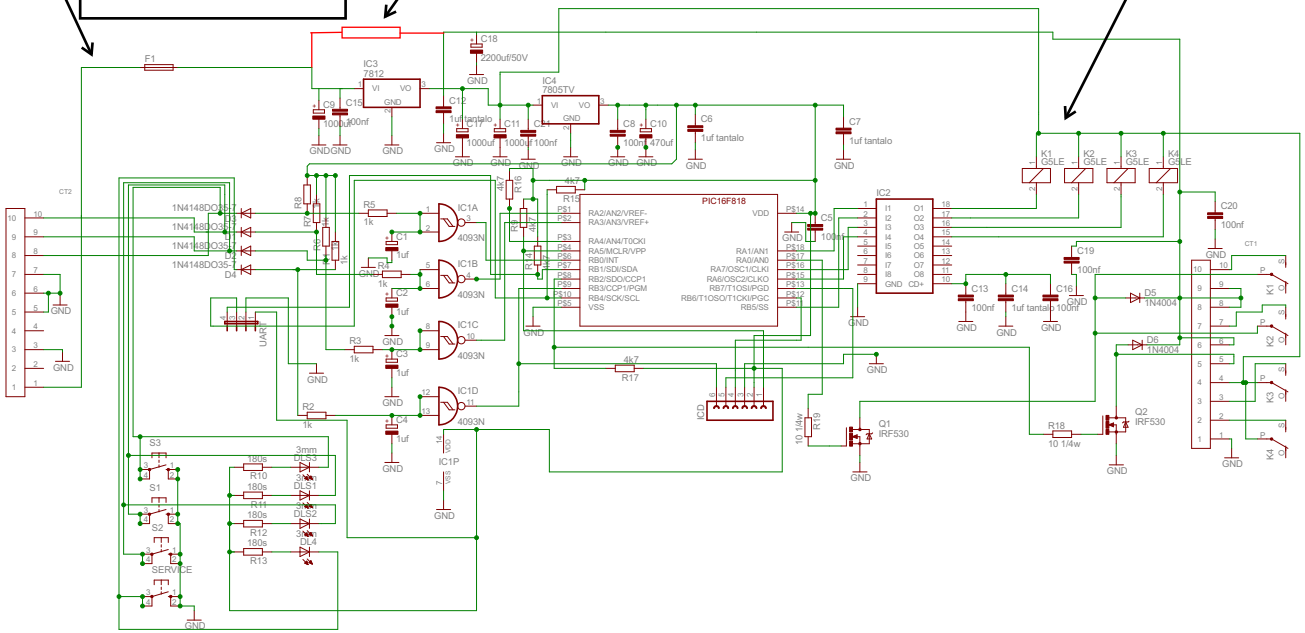
19,5vdc de un alimentador de pc portatil

Mejor alimentar reles sin pasar por el 7812 ????
Pero todos los reles no se activan a la vez, a veces hay 2 activados a veces 1

Son reles de 12v, mejor colocar un diodo de protección o con el uln28003 basta???