

Besparen op energie

én comfortabel wonen



HEEL NORMAAL



SNS

TIPS & TRICKS

Wist je dat je vaak op je energierekening kunt besparen en minstens net zo comfortabel kunt blijven wonen als je gewend bent? Soms vraagt dat om een (kleine) investering, maar soms kun je ook met alleen een kleine verandering in je gewoonten behoorlijk wat geld besparen. Je gaat er soms zelfs in wooncomfort op vooruit.

In dit boekje vind je **tips om energie én geld te besparen.**

APPARATEN



ENERGIEZUINIGE APPARATUUR LOONT!

Gemak dient de mens. De meeste huishoudens hebben dan ook steeds meer apparatuur in huis. Wanneer dat bij jou ook zo is, dan merk je dat aan je energierekening. Voor energiezuinige apparatuur (energielabel A ++++) betaal je wel wat meer, maar je verdient dit geld vaak weer terug met de besparing op je energierekening. In ieder geval voor een deel.

ZUINIG TELEVISIE KIJKEN

We zitten bijna een kwart van ons wakkere leven voor de televisie. Het loont om goed na te denken over de aankoop van je televisie. Groter en geavanceerder betekent vaak ook een hoger energieverbruik. Check ook de decoder (tv-ontvanger of settopbox). Deze verbruiken soms meer stroom dan je wasmachine! Een vuistregel: hoe kleiner het scherm, des te minder stroom er wordt verbruikt. Het aantal uren dat je kijkt, maakt natuurlijk ook uit: bij 4 uur per dag verbruikt de tv tussen 100 en 500 kWh per jaar. Heb je een digitale decoder, tel er dan gerust 50 tot 250 kWh bij op. Het energielabel op tv's helpt een zuinig toestel te vinden.

GOED OM TE WETEN

Een nieuwe 42 inch led-lcd-televisie met energielabel A+ gebruikt 75 kWh aan stroom per jaar. Dat kost jaarlijks 17 euro. Een even groot scherm met energielabel B heeft 140 kWh aan stroom nodig, dat is bijna 2 keer zoveel.

TIPS OM HET KOEL TE HOUDEN

Buiten heerlijke zomerse temperaturen, maar binnenshuis te warm? Breng koelte in huis door overdag de gordijnen en ramen te sluiten en 's nachts juist de ramen open te zetten. Dit zorgt voor een lekker koel briesje. Zonneschermen of rolluiken aan de buitenzijde van je huis houden ook de warmte buiten de deur. Zo bespaar je op je energierekening en houd je het binnenshuis lekker koel!

KIES VOOR EEN VENTILATOR

Is het in de zomer snel warm in huis? Dan lijkt een airco ideaal, maar het is een echte energievreter. Wist je dat de gevoelstemperatuur met een ventilator al enkele graden omlaag gaat?

Een ventilator verbruikt wel wat stroom, maar veel minder dan een airco. Als je hem 200 uur gebruikt, kost dat 10 kWh aan stroom **€ 2, prijspeil 2020**. Ter vergelijking: een split airco waarmee je 1 ruimte koelt en die 200 uur aanstaat, verbruikt in een jaar 150 kWh **€ 35**: dat is 15 keer zoveel! En doordat een airco ook koudemiddel bevat, is de klimaatimpact zelfs 30 keer zo hoog.

ENERGIEZUINIGSTE AIRCO

Lukt het niet om je huis koel te houden met de tips en wil je toch liever een airco dan een ventilator? Kies dan liever een split-model met een natuurlijk koudemiddel (bijvoorbeeld isobutaan), gebruik hem alleen als het écht nodig is en zet de temperatuur hooguit een paar graden lager dan de buitentemperatuur.

TERRASVERWARMING = ENERGIEVERSPILLER

Terrasverwarming is een behoorlijke energieverspiller. Wil je behaaglijk op je balkon of terras zitten? Trek dan liever een extra jasje of vest aan. Wanneer je elektrische terrasverwarming 100 uur op de hoogste stand aan staat, heb je evenveel energie verbruikt als voor 350 wasbeurten.

PC, LAPTOP OF TABLET?

Ben je toe aan een nieuwe computer, kies dan voor een laptop. Deze is zuiniger in energieverbruik dan een desktop, dat scheelt jaarlijks ongeveer 55 kWh **€ 12**. Bij een nieuwe desktop met LCD-monitor ben je jaarlijks zo'n 45 euro aan stroomkosten kwijt. Bovendien zijn voor het maken van een laptop 75 procent minder materialen en grondstoffen nodig dan voor een desktop.

Wil je alleen maar een computer om te internetten en te mailen? Dan is een tablet ook een prima keuze. Een tablet verbruikt per jaar slechts 12 kWh **bijna 3 euro**.

ZET DE COMPUTER UIT NA GEBRUIK

Ben je klaar met internetten en/of werken achter je computer? Zet de computer dan helemaal uit, ook het beeldscherm. Zo gaat de computer langer mee én bespaar je ook nog eens stroom!

ENERGIEZUINIG BEELDSCHERM

Kies voor een energiezuinig computerscherm. Een LCD-scherm met LED-verlichting is ongeveer **30%** zuiniger dan een LCD-scherm met gewone achtergrondverlichting. En belangrijk: gebruik geen grotere monitor dan noodzakelijk. Een grote monitor verbruikt meer energie. Stel ook de helderheid van het beeldscherm zo laag mogelijk in, dan bespaar je nog meer energie.

BATTERIJEN

Stroom uit het stopcontact is zo'n 1.000 keer goedkoper en veel milieuvriendelijker dan een wegwerpbatterij. Maar batterijen zijn niet meer uit ons leven weg te denken. Ze zitten bijvoorbeeld in je smartphone, laptop en tablet, speelgoed, elektrische tandenborstel, afstandsbediening, thermostaat, fietslampjes en elektrische fiets.

Door batterijen zuinig te gebruiken, gaan ze langer mee:

- Leg je apparaat aan de lader als er nog zo'n 40% in zit. Opladen tot 100% is niet nodig. Voor de levensduur van de batterij maakt het weinig uit, maar het laatste stukje laden kost veel meer tijd.
- Regelmatig bijladen is beter dan in 1 keer helemaal opladen.
- Gebruik liever geen snellader: die kan ervoor zorgen dat de batterij of accu minder lang mee gaat.
- Het is niet goed om batterijen continu aan de oplader te liggen. Laat de stekker van je elektrische tandenborstel of accuboer dus niet de hele tijd in het stopcontact zitten, maar laad het apparaat weer op als het rode lampje begint te branden.

IN DE KEUKEN



KOELKAST EN VRIEZER

KIES VOOR EEN ZUINIGE KOELKAST EN VRIEZER

Koel- en vriesapparatuur staan op respectievelijk plaats 5 en 2 van grootste elektriciteitsverbruikers in het huishouden. Nieuwe koelkasten en vriezers zijn tegenwoordig een stuk energiezuiniger. Ga je een nieuwe vriezer kopen, let dan op het energielabel! Je energierekening kan daardoor **€ 35** per jaar lager uitvallen.

KOOP EEN KOELKAST OF VRIEZER DIE BIJ JE HUISHOUDEN PAST

Past je koelkast of vriezer bij de grootte van je huishouden? Als het apparaat te groot is, verspil je energie. Hoe kleiner, hoe meer energie je bespaart. Je bespaart tot **€ 10** per jaar. Alle kleine beetjes helpen.

EEN TWEDE KOELKAST?

Gebruik deze dan alleen op de momenten dat je extra koelruimte nodig hebt, bijvoorbeeld tijdens een feestje in de zomer. In de winter kun je drank en eten ook koelen door het buiten te zetten. Doe je je tweede koelkast de deur uit? Dan bespaar je **€ 45** per jaar.

KOOP LIEVER ÉÉN GROTE ENERGIEZUINIGE VRIEZER

Heb je een extra vriezer in huis omdat je ruimte tekort komt? Koop dan liever één grote energiezuinige vriezer. Dat kan je **€ 60** op je energierekening besparen! Zo heb je de kosten van je nieuwe aankoop er snel uit.

KIES VOOR EEN KOELVRIESCOMBINATIE

Wil je een nieuwe koelkast aanschaffen en heb je ook een vriezer nodig? Koop dan een combinatie. Een gecombineerde koelkast met vriezer kost minder energie dan twee losse apparaten. Je bespaart meteen **€ 10** per jaar.

LET OP DE TEMPERATUUR VAN JE KOELKAST

Vaak staat de temperatuur van de koelkast te laag. De optimale temperatuur voor een koelkast is ongeveer **4 graden**. Voor een vriezer geldt een temperatuur van **-18 graden**. Controleer vooral bij oudere koelkasten en vriezers of de deur nog goed sluit. Door het rubber regelmatig schoon te houden, blijft het soepel en sluit de deur goed.

KOEL ALLEEN WAT GEKOELD MOET WORDEN

Gebruik je koelkast alleen voor dingen die écht gekoeld moeten worden en bewaar andere etenswaren in een koele voorraadkast of kelder. Voorkom dat de koelkast of vriezer onnodig opwarmt. Laat producten eerst goed afkoelen en zet ze dan pas in de koelkast. Andersom geldt dat je bevroren producten het beste in de koelkast kunt laten ontdooien. De kou van de ingevroren producten helpt de koeling van de koelkast waardoor je energie spaart, en dus geld. En je hoeft zo geen magnetron te gebruiken.

ONTDOOI REGELMATIG

Heb je nog een oudere koelkast of vriezer? Ontdooi dan regelmatig. Een ijslaag zorgt voor een vermindering van het vriesvermogen, waardoor voedsel sneller bederft. De meeste moderne koelvriescombinaties zijn uitgerust met een no-frost systeem. Daarin ontstaat geen ijs in je koelkast of vriezer en verliest deze niet aan vriesvermogen. Je hoeft de vriezer dan ook niet meer te ontdooien.

DE AFWAS(MACHINE)

DOE DE AFWAS MET DE HAND

Met de hand afwassen is nog steeds het voordeligste voor je portemonnee én het milieu. Laat dan niet de kraan onnodig stromen, maar gebruik een afwasteiltje. Ouderwets afwassen levert je jaarlijks € 50 op, vergeleken met afwassen met de vaatwasmachine.

ZET JE VAATWASSER PAS AAN ALS DEZE VOL IS

Gebruik de afwasmachine zo efficiënt mogelijk. Laat hem pas draaien als hij vol is. Dat bespaart je € 10 per jaar. Wanneer je de vaatwasser op een lagere temperatuur zet, bespaar je nog eens extra € 5 op je energierekening. En de vaat wordt er net zo schoon van.

GEBRUIK HET ECOPROGRAMMA

Door het ecoprogramma van je afwasmachine te gebruiken, bespaar je zo'n € 20 op je jaarlijkse energierekening. En je servies en bestek worden echt schoon.

KOKEN

KOKEN OP INDUCTIE HEEFT DE TOEKOMST

Langzamerhand gaan we in Nederland van het aardgas af. In sommige wijken blijft er misschien een gasnet met groen gas, maar veel huizen zullen gasloos worden. Een inductiekookplaat werkt zonder gas én is zuinig. Van de elektrische kookplaten is een inductieplaat het zuinigst: die gebruikt 175 kWh per jaar. Een keramische kookplaat maakt zo'n 30 procent meer op: ongeveer 225 kWh per jaar. Een 'gewone' elektrische kookplaat van gietijzer is het meest onzuinig: die verbruikt 260 kWh per jaar.

Bij koken op gas verbruik je gemiddeld 37 m³ gas per jaar. Er is nu nog weinig verschil in CO₂-uitstoot tussen een gaskookplaat en inductie kookplaat. Dat komt doordat de stroom voor je inductieplaat nu vooral nog van aardgas en steenkolen komt (grijze stroom). Maar de stroom zal in de toekomst groener worden, en dan wint de inductie-kookplaat het.

ZUINIG MET WATER

Zet je water voor thee of kook je water voor pasta of aardappelen? Let er dan op dat je niet meer water verwarmt dan nodig is. Door zuinig te zijn met het koken van water kun je tot **€ 2,50** op je gasrekening of **€ 5** op je stroomrekening besparen.

KOOK MET DEKSELS

Door de deksels tijdens het koken op de pannen te laten, kun je energie besparen. De warmte blijft dan namelijk langer in de pannen, waardoor je minder energie verbruikt.

BESPAAR OP JE KOPJE KOFFIE

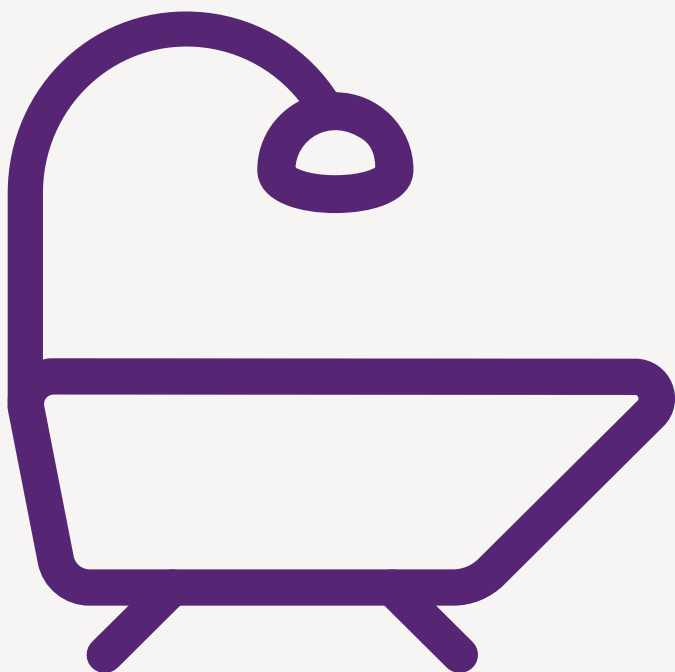
De meeste mensen houden van een vers kopje koffie in de ochtend. Voor het energieverbruik maakt het niet zoveel uit of je je koffie zet met een filterapparaat, coffeepads of een espressomachine. Wat natuurlijk wel scheelt, is als je iedere ochtend teveel koffie zet en de helft weg moet gooien. Verder kun je direct op je energierekening besparen door het apparaat na het koffiezetten uit te doen. Gebruik een thermoskan als je koffie warm wilt houden. Je kunt zo ieder jaar zeker **€ 5** besparen. Wanneer je precies zoveel koffie zet als je nodig hebt en nooit meer restjes hoeft weg te gooien, loopt dit flink op.

DRAAI DE KRAAN NIET VERDER OPEN DAN NOODZAKELIJK

In veel huishoudens wordt er aardig wat water verspild doordat men de kraan laat lopen of verder opendraait dan nodig. Gelukkig zijn er tegenwoordig ook waterbesparende mondstukken voor de kraan in de keuken of de wastafel. De meeste nieuwe kranen hebben standaard zo'n volumebegrenzer. Daarnaast zijn er thermostatische mengkranen, die het water sneller en makkelijker op de juiste temperatuur brengen. Zo spoelt minder water ongebruikt weg. Verder bestaan er mengkranen die tot de helft van de draai geen warm water geven. Deze besparen ook gas omdat ze voorkomen dat je ongemerkt warm water bijmengt. Alleen al wanneer je de kraan niet verder opendraait dan noodzakelijk kun je **€ 2,50** per jaar besparen. Alle kleine beetjes helpen.



BADKAMER + TOILET



KORTER DOUCHEN

Gemiddeld staan we per douchebeurt 9 minuten onder de douche. Terwijl 5 minuten de standaard is. Je bent dan schoon en fris en bespaart op je energiekosten. Bovendien zorg je voor een aanzienlijke vermindering van je milieubelasting. Kijk maar eens hoe lang je onder de douche staat. Je kunt je douchetijd verkorten met een wekker of een douchecoach (een soort zandloperkje). Douche voortaan maar 5 minuten, dan bespaar je jaarlijks **€ 70** per huishouden of **€ 35** per persoon.

BESPAAR MET EEN SPAARDOUCHEKOP

80 procent van de ruim 110 liter warm water die een gemiddeld huishouden dagelijks gebruikt, wordt verbruikt tijdens het douchen. Een waterbesparende douchekop geeft evenveel douchecomfort, maar bespaart 20 procent op je water en energiegebruik. Ten opzichte van een standaard douchekop bespaar je **€ 50** per jaar per huishouden of **€ 25** per persoon.

DOUCHEN IN PLAATS VAN IN BAD

Wist je dat je tijdens het baden meer water en energie verbruikt dan tijdens het douchen? In bad gaan kost dubbel zo veel warm water als douchen. Heb je een bad om af en toe heerlijk in te relaxen? Laat het bad dan isoleren, zodat het niet snel afkoelt. Dat voorkomt dat je het bij moet vullen om op temperatuur te blijven. Wanneer je ervoor kiest om te douchen in plaats van altijd te baden, bespaar je zo'n **€ 50** per jaar per persoon.

ZET DE KRAAN UIT TIJDENS HET TANDENPOETSEN OF SCHEREN

Zet de kraan niet verder open dan nodig. Helemaal wanneer je warm water gebruikt bij het tandenpoetsen of scheren. Zet de kraan tijdens het tandenpoetsen of scheren alleen aan wanneer je ook echt water nodig hebt. Zo voorkom je verspilling van warm water en bespaar je **€ 3** per persoon per jaar op je energierekening.

GEBRUIK EEN THERMOSTATISCHE DOUCHEMENGKRAAN

Een thermostatische douchekraan mengt het warme en koude water tot de temperatuur die je wilt. De temperatuur van het water blijft tijdens het douchen constant hetzelfde. Zo hoef je de kraan niet onnodig te laten lopen voor het instellen van de juiste temperatuur en bespaar je energie en water. Dat scheelt je **€ 6** per persoon.

INSTALLEER EEN WARMTETERUGWINSYSTEEM IN JE DOUCHE

Ben je van plan om je badkamer te verbouwen? Overweeg dan om in de afvoer van de douche een warmteterugwinsysteem te laten plaatsen. De warmte uit het wegstromend douchewater wordt via dit systeem weer gebruikt om koud water voor te verwarmen. Hierdoor hoeft je ketel minder hard te stoken en kan meer warm water per minuut leveren. Een gemiddeld huishouden (2,2 personen, 8 minuten douchen per douchebeurt, standaard douchekop) bespaart zo al snel zo'n **€ 70** per jaar.

BESPAAR TOILETWATER

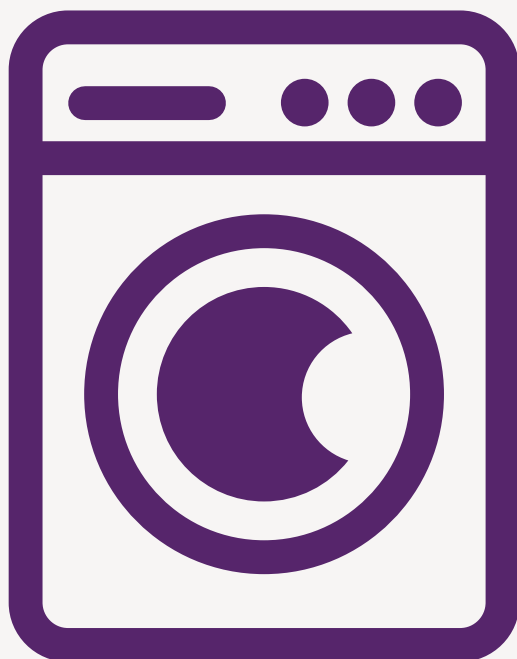
Heeft je wc nog een stortbak of spoelbak van 9 liter? Vervang deze dan door een waterbesparende spoelbak van 6 liter met spoelonderbreking of spoelkeuzeknop. Bij sommige stortbakken kun je de gewone bedieningsknop ook ombouwen tot spoelonderbreker. Wanneer je ook je wc-pot vervangt door een 6 liter wc-pot, dan werkt je toilet net zo goed maar je bespaart 23.000 liter aan drinkwater per jaar. Je bespaart zo **€ 40** per jaar.

WATERLEIDINGEN VERVANGEN

Merk je dat het vaak lang duurt voordat je warm water krijgt? Dan kan het zijn dat je leidingen te lang of te dik zijn. Te lange en/of dikke leidingen kunnen zorgen voor warmteverlies, wat extra energie en comfort kost. Om dit probleem op te lossen kun je het beste je leidingen laten vervangen. Dit is een behoorlijke klus die op de lange termijn wel de moeite loont wanneer je toch al plannen hebt voor een verbouwing of het vervangen van een ketel. Je kunt elk jaar **€ 5** besparen. Dat is misschien niet zoveel, maar je krijgt er ook direct meer comfort voor terug.



WASSEN + DROGEN



WAS OP LAGERE TEMPERATUUR

Wist je dat je was net zo schoon wordt als je de wasmachine op 40 in plaats van 60 graden zet? Zo bespaar je op energie én het milieu! Je besparing per jaar is **€ 10**.

HANG DE WAS OP

Wasdrogers zijn grote energieverbruikers in huis en belasten daardoor het milieu. Hang de helft van de wasjes die normaal in de droger belanden aan de lijn. Dat levert je al snel **€ 35** per jaar op en het is ook nog eens beter voor het milieu.

ENERGIEZUINIGE DROGER

Kies je er toch voor om je was in een droger te drogen? Dan is een warmtepompdroger relatief zuiniger dan een elektrisch apparaat. Daarnaast is het goed om te kiezen voor een formaat dat past bij je huishouden. Zo is een inhoud van 6 kilogram voor een huishouden met twee volwassenen voldoende, met kinderen kies je voor 7 of meer kilogram. Met een energiezuinige droger bespaar je **€ 50** per jaar.

VERLICHTING



LAAT LICHT NIET ONNODIG BRANDEN

Het ligt misschien voor de hand, maar wanneer je licht onnodig laat branden, betaal je al snel **€ 10** extra op je energierekening. Doe daarom het licht uit in ruimtes waar niemand is. Voor ruimtes waar je vaak in en uit gaat, zoals de gang en het toilet, kan een licht- of bewegingssensor uitkomst bieden. Dan gaat de lamp vanzelf uit als het licht is of als er niemand is. Ook een tijdklok kan helpen om lampen vanzelf uit te laten gaan.

VERVANG GLOEILAMPEN

Een gemiddeld huishouden in Nederland heeft nog 11 gloeilampen en 13 halogeenlampen in huis. Heb je ook nog gloei- en halogeenlampen? Vervang deze dan door energiezuinige ledlampen. Begin op die plaatsen waar de lamp de meeste uren brandt. Alleen daar kun je al **€ 35** per jaar besparen op je energierekening. Vervang je alle gloei- en halogeenlampen in huis, dan scheelt dat zelfs **€ 55**!

TIJDSCHAKELAARS EN BEWEGINGSMELDERS

Kies voor je buitenlamp een exemplaar met een bewegingsmelder of tijdschakelaar. Zo brandt deze niet de hele nacht onnodig én bespaar je energie.

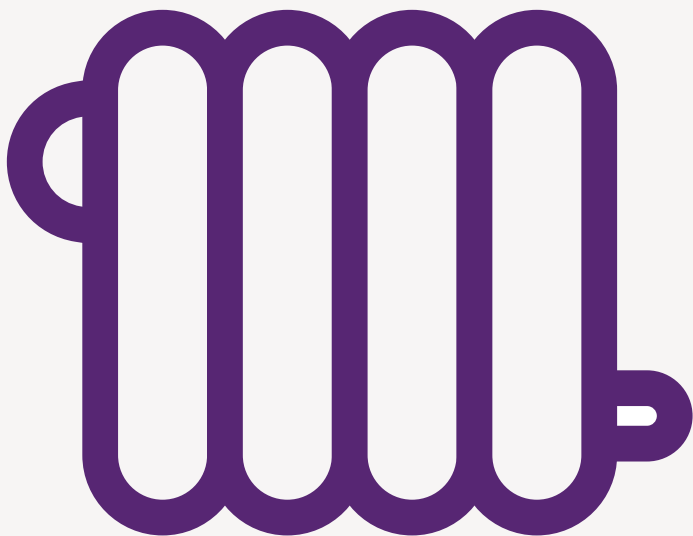
LIEVER GEEN UPLIGHTERS

Heb je zogenoemde uplighters in huis? Dit zijn lampen die omhoog zijn gericht en de kamer via plafond en muren verlichten. In uplighters zitten vaak halogeenlampen met een zeer hoog vermogen. Op deze lampen valt veel energie te besparen. Ook voor de halogeen staaflampen met R7 of R7s fitting zijn vervangende ledlampen te koop. Uplighters kun je ook vervangen door armaturen die geschikt zijn voor een E27 fitting, waar dus ledlampen in passen. Je bespaart dan zo'n **€ 15** per jaar.

ENERGIEZUINIGE KERSTVERLICHTING

Met kerst halen veel mensen graag sfeer in huis door overal lampjes op te hangen. Led-verlichting is zo'n 7 keer zuiniger dan 'gewone' kerstverlichting. Door binnen- en buitenkerstverlichting met leds te gebruiken, kan in de feestmaand zomaar **€ 30** bespaard worden ten opzichte van onzuinige verlichting. Sluit je de kerstverlichting aan op een tijdschakelaar zodat deze alleen 's avonds brandt, en 's nachts en overdag uit is, dan bespaar je nog **€ 3,50** meer.

VERWARMING



VERWARMING STANDAARD ÉÉN GRAADJE LAGER

Wist je dat je **€ 100** per jaar kunt besparen als je de verwarming standaard één graadje lager zet? Dat is nog eens eenvoudig geld besparen!

OVERDAG NIET THUIS? VERWARMING LAAG

Maak er een gewoonte van om de thermostaat in de woonkamer op 15 graden te zetten. Ben je overdag niet thuis zet dan de verwarming op een lage temperatuur, daarmee bespaar je aanzienlijk op je energiekosten. De verwarming lager als je er niet bent, kan zo'n **€ 170** per jaar verschil maken.

ZET DE VERWARMING EEN UUR EERDER LAAG

Het duurt altijd wel even voordat een verwarmde woning afkoelt. Wanneer je de verwarming een uurtje voordat je naar bed al op de nachttemperatuur zet bespaar je **€ 20** per jaar. Dat lijkt misschien niet veel, maar het kost je ook niks. Je hoeft namelijk aan comfort niet in te leveren.

'S NACHTS DE VERWARMING OMLAAG

Je kunt veel energie besparen als je de kachel 's nachts tot 15 graden omlaag zet. In de ochtend opwarmen kost energie, maar minder dan er nodig is om de woning de hele nacht op temperatuur te houden! Zo bespaar je **€ 100** per jaar. Let op: Heb je vloerverwarming? Zet je thermostaat dan op 17 of 18 graden, anders duurt het opwarmen wel te lang.

VERWARM ALLEEN DAAR WAAR HET NODIG IS

Verwarm je ook kamers waar je niet zo vaak of lang bent? Wanneer je daar de verwarming uit of laag zet kan dat behoorlijk schelen. Door tussendeuren goed te sluiten, ontsnapt er nauwelijks warmte uit de kamers waar je wel veel bent. Plaats eventueel een deurdranger om een handje te helpen bij het goed sluiten van de deur. Denk er ook aan het zolderluik of toegangsdeur naar de zolder te sluiten. Daardoor heb je ook minder last van tocht. Wanneer je alleen verwarmt waar het nodig is, kan je dat een besparing van **€ 330** per jaar opleveren.

OP VAKANTIE? DE VERWARMING THUIS LAAG!

Ga je een weekendje weg of op vakantie in het stookseizoen? Zet de thermostaat dan op 'vorstvrij' (7 tot 10 graden Celsius). In sommige klokthermostaten kun je een vakantieprogramma instellen. Je bespaart zo **€ 50** per jaar.

KLOK THERMOSTAAT HOUDT JE HUIS WARM

Gebruik een klokthermostaat om je huis stabiel op de gewenste temperatuur te houden zonder teveel te stoken. Je kunt deze zo (laten) instellen dat de temperatuur comfortabel is als je opstaat of thuiskomt, en de cv uit gaat voordat je gaat slapen of vertrekt. Dit levert je meer comfort en minder stookkosten op en bovendien nog een besparing van **€ 15** per jaar.

KOOP EEN SLIMME THERMOSTAAT

Een slimme thermostaat stemt de verwarming automatisch af op je gedrag. Hij is voorzien van handigheidjes die de bediening makkelijker maken en je helpen om energie te besparen. Je hoeft bijvoorbeeld niet meer zelf de klok te programmeren, je kunt de verwarming op afstand bedienen of de thermostaat ziet of je wel of niet thuis bent. Sommige slimme thermostaten kunnen net als energieverbruiksmanagers inzicht geven in je energieverbruik. Ze lezen de meterstanden van de slimme meter automatisch uit. Met een slimme thermostaat kun je wel tot **€ 110** besparen op je jaarlijkse energierekening. Voorwaarde is dan wel dat je de thermostaat goed gebruikt!

BESPAAR MET THERMOSTAATKRANEN

Met thermostaatkranen op je radiator, convector of ander verwarmingselement, bespaar je bij goed gebruik enkele procenten op energieverbruik voor verwarming. Heb je veel radiatoren in huis, dan kan dat flink aantikken tot wel zo'n **€ 60** per jaar. Gebruik thermostaatkranen niet in de ruimte waar de (klok)thermostaat hangt, meestal is dat de woonkamer. Thermostaatkranen zijn iets duurder dan standaard radiatorcranken, maar leveren meer op aan gasbesparing. Binnen twee jaar heb je die extra kosten eruit.

VERVANG DE CV-KETEL

Heb je nog een oude en onzuinige cv-ketel of combiketel? Of ben je ontevreden over het comfort in huis (nét niet warm te stoken, te weinig warm water)? Overweeg dan je ketel te vervangen. Dat scheelt milieubelasting, kan de rekening verlagen en het comfort en energielabel van je woning verbeteren. Met een hr-107 combiketel op gas heb je een milieuvriendelijke keuze die ook de energierekening met **€ 310** verlaagt.

ONTLUCHT RADIATOREN

Maak radiatoren en convectoren regelmatig schoon. Dat is belangrijk voor gezonde lucht in huis en een goede warmteafgifte. Door de radiatoren af en toe te ontlichten wordt de warmte beter afgegeven en is het comfortabeler in huis.

DRUK CV-KETEL OP PEIL

Controleer enkele keren per jaar de waterdruk op de meter in de cv-ketel. Vul de ketel bij als de druk te laag is. Drukverlies? Dan kan dat wijzen op gebreken, zoals lekkende leidingen. Raadpleeg dan een onderhoudsmonteur of installateur.

REGELMATIG ONDERHOUD CV-KETEL LOONT

Het is verstandig om je combiketel, gasboiler of geiser elk jaar of per twee jaar door een erkende cv-installateur te laten controleren. De installatie gaat zo langer mee en je loopt minder risico op storingen en dure reparaties. Bovendien bevordert goed onderhoud de veiligheid en goed functioneren van de ketel. Dat betekent: efficiënt gebruik van gas. En dat zie je terug in je energierekening en merk je aan het comfort in huis.

ISOLEER VERWARMINGSBUIZEN IN ONVERWARMDE RUIMTES

Wanneer je de verwarmingsleidingen die door onverwarmde ruimtes lopen (zoals de kruipruimte), isoleert, verhoog je je wooncomfort en verlaag je de energierekening met **€ 25** per jaar. Let op dat je de drinkwaterleidingen niet isoleert, anders verhoog je het risico op legionella

HOUD RADIATOREN VRIJ

Heb je een radiator onder het raam? Laat hier dan geen gordijnen overheen hangen, want anders stook je voor buiten in plaats van voor binnen. Wanneer gordijnen over de radiator hangen komt de opstijgende warme lucht namelijk tussen het gordijn en het raam terecht. Wil je niet onnodig stoken? Zorg er dan voor dat je raambekleding passend binnen het kozijn hangt en op de vensterbank eindigt. Bouw de radiator ook niet in achter panelen want daardoor vermindert de warmteafgifte en het comfort.

VERDELING WARM WATER OVER JE RADIATOREN

Krijg je sommige kamers in huis maar niet comfortabel warm? Zelfs niet als de radiatoren open staan en het in andere kamers wel warm is? Dan kan dat aan de instelling van je centrale verwarming liggen. Om het warme water beter over je hele verwarmingssysteem te verdelen, kun je je huis waterzijdig laten inregelen. Een voorwaarde is wel dat elke radiator een inregelventiel heeft.

ZET JE BOILER OP 60 GRADEN

Heb je een boiler op (gas of elektriciteit) die een voorraad water warm houdt? Ga dan na op welke temperatuur die staat ingesteld. Vaak is 60 graden Celsius voldoende. Het levert je een besparing op van **€ 50** per jaar als de boiler niet op 80 maar op 60 graden Celsius instelt. Stel de temperatuur niet lager in dan 60 graden. Legionella overleeft tot 55 graden en er is dan een risico op bacteriegroei. Als de boiler op een lagere temperatuur wordt ingesteld, is het warme water sneller op. Stem de temperatuur dus ook af op de hoeveelheid water die je gebruikt.

WAAKVLAM GASKACHEL UIT

Heb je nog een gaskachel of oude ketel met waakvlam om je huis te verwarmen? Doe dan buiten het stookseizoen de waakvlam uit. Moderne cv-ketels hebben elektronische ontsteking, en daarom helemaal geen waakvlam meer. Je kunt zo **€ 25** besparen.

VERWARMING UIT, ELEKTRISCHE DEKEN AAN

Elektrische dekens gebruiken extra stroom. Wanneer je de elektrische deken een uur aanzet om het warm te krijgen en daardoor niet de hele slaapkamer hoeft te verwarmen, bespaar je energie en geld. Je besparing kan oplopen tot **€ 45** per jaar.

ELEKTRISCHE VERWARMING IS DUUR IN GEBRUIK

Gebruik liever geen elektrische verwarming, want elektriciteit is in verhouding duur. Je kunt beter rechtstreeks warmte uit een gasgestookte CV-ketel gebruiken. Verwarm je een bepaalde ruimte vaak met een elektrische kachel, plaats daar dan een extra CV-radiator. Je bespaart zo **€ 50** per jaar.

MEER COMFORT MET LAGE-TEMPERATUURVERWARMING

Met lage-temperatuurverwarming (LTV) bespaar je energie en geniet je toch meer comfort. Bij een LTV is de temperatuur van het water dat naar de radiatoren gaat maximaal 55 graden, bij vloer- of wandverwarming zelfs maximaal 40 graden. Bij gewone centrale verwarming kan de temperatuur soms oplopen tot 80 graden. Vanwege de lagere temperatuur verwarmt een LTV een zeer goed geïsoleerd huis gelijkmatiger, constanter en milieuvriendelijker dan een gewone cv. Met een LTV kun je zo'n **€ 35** per jaar op je energierekening besparen.

VLOERVERWARMING? ZET DE POMP UIT

Heb je vloer- of wandverwarming? Dan is het handig om een pompschakelaar te plaatsen zodat de pomp uitschakelt als er geen warmte nodig is. Bijvoorbeeld in de zomer of als de kamertemperatuur aangenaam is. Dit bespaart zo'n **€ 130** aan stroom. Ook kun je een oude, onzuinige pomp vervangen door een zuinige pomp met A-label. Dit bespaart nog eens ruim **€ 20**. Samen kun je zo ruim de helft van het elektriciteitsverbruik van de pomp besparen, zo'n **€ 150** per jaar.

KIES VOOR EEN WARMTEPOMP

Warmtepompen halen warmte uit de lucht, bodem of het grondwater. Hierbij maken ze gebruik van een soort koelkastmotor, die eigenlijk omgekeerd werkt. Koelt een koelkastmotor af, met de motor van de warmtepomp wordt de warmte opgewaardeerd tot een bruikbare temperatuur. Met weinig stroom krijg je veel warmte. Je kunt kiezen voor een hybride warmtepomp, die je combineert met je huidige of een nieuwe cv-ketel. Als het buiten te koud is, springt je hr-ketel bij. Je hr-ketel zorgt ook voor warm water in de douche en keuken. Je besparing is dan zo'n **€ 250**. Als je een (zeer) goed geïsoleerde woning hebt, kun je ook voor een volledige elektrische warmtepomp kiezen. Dan gaat je cv-ketel de deur uit en ga je over op het verwarmen van je huis zonder gas. Ook warm water komt dan van de elektrische warmtepomp. Je investering is een stuk hoger, maar zo kun je zelfs nog flink besparen als je al een laag gasverbruik hebt: zo'n **€ 125 plus € 250 vastrecht** voor de gasaansluiting die niet meer nodig is.

GORDIJNEN SLUITEN VOORKOMT WARMTEVERLIES

Doe gordijnen 's avonds en 's nachts dicht om warmteverlies tegen te gaan. Zorg er wel voor dat de gordijnen de radiatoren of convectoren niet bedekken. Dat versterkt namelijk het warmteverlies via de ramen. Je bespaart **€ 15** per jaar voor een gemiddelde tussenwoning met dubbelglas.

DE BESTE GORDIJNEN

Gordijnen houden de warmte binnen. Als je kiest voor dubbele plissé gordijnen met een speciale aluminium coating aan de binnenkant levert dat een aardige energiebesparing op. Je bespaart **€ 60** per jaar voor een gemiddelde tussenwoning met dubbelglas.

ISOLATIE



ISOLEER JE DAK

Je huis verliest veel warmte wanneer je dak niet geïsoleerd is. Hierdoor moet je extra stoken. Door een extra isolatielaag aan je schuine dak aan te brengen, bespaar je op je energierekening. Woon je in een gemiddelde hoekwoning en verwarm je de zolder, dan betaal je al snel zo'n **€ 700** minder per jaar! Voor de kosten hoeft je de isolatie niet te laten. Wanneer je dit zelf doet kost je dat ongeveer € 15 per m² aan materiaal. Je verdient dit snel weer terug.

GROEN OP HET DAK

Kleine groene plantjes op je platte dak zijn geen vervanger voor goede dakisolatie. In de zomer zorgen ze wel voor een koeler dak van je huis. Deze sedumplantjes vangen zonlicht en regenwater op.

ISOLEER JE ZOLDERVLOER

Als je de zolder niet of nauwelijks verwarmt, is het ook mogelijk om de zoldervloer of het plafond van de verdieping onder de zolder te isoleren. Dit kost je minder aan materiaal-kosten dan andere vormen van dakisolatie. Sluit wel de toegang naar de zolder af met een luik of deur. Je krijgt er veel comfort voor terug én bespaart ook nog gemiddeld zo'n **€ 400** per jaar op je energierekening.

SPOUWMUURISOLATIE

Wil je besparen op je stookkosten maar heb je geen groot budget? Overweeg dan spouwmuurisolatie. Je doet daarmee ook het milieu een groot plezier. Een spouwmuur is een buitenmuur die bestaat uit twee stenen muren met daartussen een kleine ruimte (spouw). Een specialist vult die ruimte op, met bijvoorbeeld piepschuimbolletjes of glaswolvlokken. Dit is geen klus voor de doe-'t-zelver. Bij een gemiddelde hoekwoning kost het isoleren van de spouwmuren tot € 2.100 maar je verdient dat snel weer terug doordat je gemiddeld **€ 650** per jaar bespaart. Kies voor een gecertificeerd spouwmuur-isolatiebedrijf, kijk op wij-isoleren.nl

BINNENMUREN ISOLEREN MET EEN VOORZETWAND

Door een voorzetwand te plaatsen tegen de buitenmuren van je woning houdt de woning de warmte beter vast. De verwarming slaat dan minder vaak aan. Als je een handige doe-het-zelver bent, kun je deze manier van isolatie prima zelf toepassen. Ga wel na of er geen vochtproblemen zijn, die je van tevoren moet oplossen. Je kunt hiermee gemiddeld **€ 750** per jaar besparen.

BUITENMUREN ISOLEREN

Wil je de gevel isoleren én zoveel mogelijk besparen op je stookkosten? Isoleer dan de gevels aan de buitenkant met een isolatiemateriaal, afgewerkt met sierpleister, steenstrips of gevelbekleding. Je buitenmuren isoleren kost iets meer, maar ze zijn weer zo goed als nieuw en de kans op vochtproblemen is nihil. Let op: je hebt hiervoor wel een vergunning van de gemeente nodig. Het isoleren van de buitenzijde van de gevel is een klus voor een gespecialiseerd isolatiebedrijf. Het kost dan meer, maar je bespaart in een gemiddelde hoekwoning **€ 900** per jaar op je energierekening. Kies voor een gecertificeerd gevelisolatiebedrijf, kijk op wij-isoleren.nl

RAAMISOLATIE

Ook door het isoleren van je ramen kun je aardige bedragen besparen. Er zijn verschillende mogelijkheden. HR++ glas isoleert beter dan enkel en dubbel glas. Zo krijg je meer comfort én bespaar je op je stookkosten. Zo verdient de investering zichzelf terug. HR++ glas bespaart meer dan gewoon dubbelglas en is qua investering vergelijkbaar. HR++ glas bespaart **€ 390** per jaar in een gemiddelde hoekwoning.

Als je kozijnen aan vervanging toe zijn, kies dan voor triple glas. Dit is wel iets duurder, voor een hoekwoning komt dat neer op zo'n **€ 1.500** extra. Maar daarmee bespaar je ook meer: **€ 90** per jaar extra. En voor heel wat jaren, want kozijnen en glas gaan lang mee. Vraag een offerte aan bij een vakman, en ga alleen in zee met een glaszetter die 10 jaar garantie geeft op het glas en 5 jaar op plaatsing. Kies voor een gecertificeerde glaszetter of kozijnenbedrijf, zie wij-isoleren.nl

WARME VOETEN MET VLOERISOLATIE

Vloerisolatie zorgt voor meer besparing op de energierekening dan vaak wordt gedacht én is goedkoper dan veel mensen denken. Bovendien zorgt het voor meer comfort in huis. Zo heb je warmere voeten in de winter! Vaak kan de vloer aan de onderkant via de kruipruimte worden geïsoleerd. Daarvoor hoef je niet ingrijpend te verbouwen en het bespaart je zo'n **€ 210** per jaar. Kies voor een gecertificeerd vloerisolatiebedrijf, kijk op wij-isoleren.nl

BODEMISOLATIE

Heb je geen kruipruimte van minstens 35 cm onder je huis? Dan kun je voor bodemisolatie kiezen om je vloer te isoleren. Hierbij wordt isolatiemateriaal in de kruipruimte gespoten. Bodemisolatie levert helaas minder comfort en energiebesparing op dan andere vloerisolatie. Dat komt doordat er nog veel warmte verloren gaat via de wanden en ventilatiegaten van de kruipruimte. Toch bespaar je al snel zo'n **€ 160** per jaar. Kies voor een gecertificeerd vloerisolatiebedrijf, zie wij-isoleren.nl

VOORKOM TOCHT

Energie besparen in een tochtig huis valt niet mee. In plaats van de thermostaat een graadje lager te zetten, zul je er waarschijnlijk eerder een graadje bij doen omdat het zo koud aanvoelt. Echt comfortabeler wordt het dan niet, maar het gasverbruik gaat wel omhoog. Door naden en kieren met tochtstrips, tochtband of ander materiaal te dichten, heb je een comfortabeler huis én betaal je minder stookkosten. Continu ventileren is nodig voor de gezondheid en dat geldt nog sterker als naden en kieren dicht zijn. Door bewust te ventileren met ventilatieroosters of ramen op een kier heb je de hoeveelheid frisse lucht in huis onder controle én bespaar je ook nog eens **€ 60** per jaar.

RADIATORFOLIE HOUDT DE WARMTE BINNEN

Hangen je radiatoren tegen een buitenmuur die niet is geïsoleerd? Breng dan radiatorfolie aan de achterkant van de radiator aan. Zo ontsnapt veel minder warmte naar buiten via de buitenmuur en hoef je voortaan minder hard te stoken. Je bespaart **€ 30** per jaar.

ALTERNATIEVE ENERGIE



ZONNEPANELEN OP JE DAK

Nederlands zonlicht is prima geschikt om met zonnepanelen elektriciteit op te wekken. Stroom uit zonlicht is duurzaam, omdat bij de productie van elektriciteit geen broeikasgassen en schadelijke stoffen vrijkomen. Wat een investering in zonnepanelen nóg interessanter maakt, is dat je met zonnepanelen jarenlang stroom kunt opwekken waar je niets voor hoeft te betalen. Bovendien wordt het plaatsen van zonnepanelen steeds goedkoper. 10 panelen kosten zo'n € 4.700. Dat is inclusief installatie, omvormer en btw. Maar de btw – in dit geval € 760 – kun je terugvragen van de Belastingdienst. Daarmee wordt het aankoopbedrag € 4.000. Een set van 10 zonnepanelen produceert jaarlijks 2.600 kWh. Bij het energiebedrijf zou je daar op dit moment zo'n € 600 voor betalen (prijspeil 2020). Door het zelf op te wekken, spaar je dat bedrag elk jaar uit! En misschien wel meer, want stroom van het energiebedrijf wordt elk jaar duurder. De panelen heb je na 7 jaar terugverdiend. Gemiddeld gaan ze 25 jaar mee, dus de overige 18 jaar wek je gratis stroom op.

ZONNEBOILER KOPEN

De zonneboiler bespaart ongeveer de helft op je kosten voor warm water. Een huishouden van 4 personen met een hr-combiketel als na-verwarmer bespaart daarmee zo'n € 150 per jaar aan gaskosten. Daarvan blijft zo'n € 130 over als de elektriciteitskosten voor de benodigde pomp- en onderhoudskosten betaald zijn.

ENERGIE (BESPAAR)TIPS



SPAAR MET NACHTSTROOM

Maak gebruik van nachtstroom als dat mogelijk is. Je energiebedrijf kan je precies vertellen wat dit kost, wat je bespaart en of het voor jou gunstig is. Het kan goedkoper zijn om de wasmachine of vaatwasser 's nachts of in het weekend te laten draaien. Wat je daadwerkelijk bespaart is natuurlijk afhankelijk van je elektriciteitsverbruik.

NEEM EEN ENERGIEVERBRUIKSMANAGER

Geschrokken van je energierekening? Het kan lonen om met een energieverbruiksmanager te checken wat je verbruikt. Met deze handige apparaten kun je op elk moment van de dag het elektriciteitsverbruik van een apparaat of je hele huishouden tonen. Zo weet je meteen welke apparaten in huis energievreters zijn en kun je deze vervangen of minder gebruiken. Een leerzame manier om te besparen op je energierekening. Kijk voor een overzicht van energieverbruiksmanagers op www.energieverbruiksmanagers.nl

SPOOR ENERGIESLURPERS OP!

Is je elektriciteitsrekening bijzonder hoog, ga dan na of je een grote energieverbruiker in huis hebt. Een goed voorbeeld hiervan is een waterbed. Voor het op temperatuur houden van het water is een grote hoeveelheid elektriciteit nodig. Daardoor kan een waterbed de stroomrekening behoorlijk opjagen en de milieubelasting onnodig verhogen.

OP VAKANTIE? LAAT JE HUIS ENERGIEZUINIG ACHTER!

Je kunt al tientallen euro's besparen door je huis even goed door te lopen voordat je op vakantie gaat. Denk er bijvoorbeeld aan om alle stekkers en opladers uit het stopcontact te halen. Dit voorkomt sluipverbruik. Schakel de koelkast en vriezer uit als je die een tijdje niet gebruikt. Vergeet niet om het eten op te eten én de deur op een kier te zetten om schimmelvorming tegen te gaan. Ook de elektrische boiler of gasboiler kan uit. Let er wel op dat je legionella voorkomt. Dat doe je door ervoor te zorgen dat het water in de boiler vóór gebruik minstens twintig minuten op 60 graden is geweest.

ENERGIENEUTRAAL HUIS

Tegenwoordig is het mogelijk je huis zo te bouwen of verbouwen dat het net zoveel energie opwekt als het verbruikt, of zelfs meer. Deze energieneutrale huizen hebben geen of een zeer lage energierekening en kennen veel wooncomfort. Het tocht er niet, de vloeren voelen niet koud aan en er is steeds aanvoer van verse lucht. Je huidige huis verbouwen tot een energieneutrale woning vraagt vaak wel een behoorlijke investering, maar je bespaart gemiddeld **€ 1.600** per jaar op je energierekening.

ENERGIELABEL EN MAATWERKADVIES

Als je een nieuw huis gaat kopen, heb je recht op een energielabel. Dit label geeft met de klassen A (groen, zeer zuinig) tot en met G (rood, zeer onzuinig) aan hoe energiezuinig een huis is in vergelijking met soortgelijke huizen. Bovendien krijg je advies over energiebesparende maatregelen. Een gecertificeerde adviseur kan een maatwerkadvies opstellen. Met hierin informatie over kosten en besparingen van energiebesparende maatregelen voor jouw woning.

De tips in dit boekje zijn gebaseerd op gemiddelden, zoals een gemiddelde woning, een gemiddeld huishouden van 2 personen en een gemiddeld gebruik van apparaten. De kans dat je precies gemiddeld bent is klein. Persoonlijke omstandigheden hebben veel invloed op je energierekening. Denk aan het type huis waarin je woont, het bouwjaar, het aantal personen in je huishouden en de manier waarop je met energie omgaat. Maar voor iedereen geldt: energie besparen loont!

WIL JE MEER WETEN?

Vind meer bespaartips op:

- milieucentraal.nl
- nibud.nl
- consumentenbond.nl
- slimwoner.nl

Colofon

‘Besparen op energie én comfortabel wonen’ is een uitgave van SNS. Kijk voor meer informatie op snsbank.nl. Daar vind je ook de handige stappengids Energie besparen, voor als je energiebesparende maatregelen wilt doorvoeren in je huis.

COPYRIGHT

In deze brochure staat algemene informatie en er wordt geen advies in gegeven. Aan de inhoud van deze uitgave kunnen geen rechten ontleend worden. Overname van teksten is uitsluitend toegestaan na schriftelijke toestemming van de uitgever.