

# 50

## besparingstips van **Regionaal Energieloket**

Minder energie verbruiken is heel simpel met deze besparingstips van RegionaalEnergieloket. Wist u bijvoorbeeld dat door uw thermostaat 's nachts op 15 graden te zetten u al tot €80 per jaar kunt besparen?



# Verwarming

## Toptip!

### ★ 1. Voorkom onnodig stoken

Verwarm alleen ruimten waarin u op dat moment aanwezig bent en houd de tussendeuren gesloten. Zo houdt u de warmte beter vast en stookt u niet onnodig ruimtes warm die u op dat moment toch niet gebruikt. Hiermee kunt u tot wel €240 euro per jaar mee besparen.

### ★ 2. Geef de radiatoren ruimte

Zorg dat er ruimte is rondom de radiatoren zodat deze goed hun warmte kwijt kunnen. Kortom, plaats geen banken, lange gordijnen of andere voorwerpen voor de radiatoren. Hier kunt u tot wel €80 euro per jaar mee besparen.

### 3. Voorkom warmteverlies

Hou de gordijnen dicht om warmteverlies te voorkomen. Zorg dat de gordijnen niet langer rijken dan de vensterbank zodat ze niet een radiator of convector bedekken.

### 4. Leg dekens op de bank

Hierdoor heeft u het veel minder snel koud en hoeft u de verwarming minder hoog te zetten.



*“Doordat ik mijn radiatoren meer ruimte heb gegeven hoef ik nu minder te stoken. Wat een handige tip!”*

**M. Reijgers**

### 5. Schakel de waakvlam uit

Heeft u een gaskachel of oude ketel met waakvlam, die alleen verwarmt en geen warm water verzorgt? Doe dan de waakvlam uit buiten het stookseizoen!

### 6. Zet de CV-pomp zo laag mogelijk

Als niet alle radiatoren in huis aanstaan is het vaak helemaal niet nodig om de CV-pomp op hoge snelheid te laten werken. Ontdek wat de laagste stand is waarbij de verwarming nog voldoende goed werkt om energie te besparen.



## 7. Draag pantoffels

Door pantoffels te dragen heeft u minder last van een mogelijk koude vloer, waardoor u de verwarming minder hoog hoeft te zetten.

## ★ 9. Korter douchen

Dagelijks 1 minuut korter douchen bespaart al gauw zo'n €25 per jaar aan stookkosten.

## 11. Gooi 's ochtends kort de ramen open

Dit lijkt misschien gek, maar door de ramen open te gooien verdwijnt de vochtige lucht uit huis en komt daar droge lucht voor in de plaats. Doordat droge lucht veel sneller opwarmt dan vochtige lucht, bespaart u dus op uw stookkosten.

## ★ 13. Niet thuis? Zet uw thermostaat op 15 graden

Zet uw thermostaat op 15 graden als u overdag niet thuis bent. Hiermee bespaart u gemiddeld 140 euro per jaar.

## 8. Ontlucht uw radiatoren

Als er lucht in de radiatoren zit warmen deze minder goed op omdat lucht minder goed warmte geleidt. Regelmatig de radiatoren ontluchten is dus zeker de moeite waard.

## 10. Wees zuinig met een elektrische kachel

Elektrische kachels verwarmen een stuk minder efficiënt dan reguliere verwarming. Gebruik een elektrische kachel daarom zo min mogelijk.

## ★ 12. Gaat u slapen? Zet uw thermostaat op 15 graden

In minder goed geïsoleerde huizen moet de ketel 's nachts doorwerken als u de thermostaat niet verlaagt. Zet de thermostaat daarom 's nachts op 15 graden en zet uw thermostaat een uurtje voor het slapen gaan al lager.

Woont u in een goed geïsoleerd huis? Of verwarmt u het huis met een warmtepomp? Dan kan het juist verstandig zijn de temperatuur op een constant niveau te houden.

## 14. Neem een douche i.p.v. een bad

Een warm bad verbruikt 3x zoveel energie en water als een douche. Elke week een bad besparen, scheelt al gauw 30 euro aan gaskosten!



# Apparatuur

## ★ 15. Koop energiezuinige apparaten

Als u nieuwe apparaten koopt, kijk dan niet alleen naar de aanschafprijs maar ook naar de elektriciteitskosten over de levensduur van het apparaat. Veel apparaten die wat duurder zijn qua aanschafprijs hebben stukken lagere energielasten. Zo bent u tijdens de gehele looptijd van een apparaat een stuk minder geld kwijt. Het bekende voorbeeld zijn natuurlijk LED lampen, maar hetzelfde geldt voor bijna alle koelkasten, wasmachines en drogers.

## 16. Gebruik een thermoskan

Gebruik een thermoskan om koffie warm te houden en niet het warmhoudplaatje van het apparaat. Koffie wordt door de meeste koffiezetapparaten warmgehouden door middel van een warmhoudplaatje. Dit is geen efficiënte manier om de koffie warm te houden. U kunt de koffie ook in een thermoskan gieten en zodoende het apparaat direct uitzetten.

### ★ 17. Trek de stekker uit het stopcontact

Sommige apparaten die op stand-by of uit staan gebruiken toch energie als de stekker nog in het stopcontact zit. Door de stekkers uit het stopcontact te trekken of gebruik te maken van een zogenaamde stand-by killer kan u uw sluipverbruik minimaliseren. Met deze tip kunt u tot wel €90 per jaar besparen.

### 18. Gebruik de UIT knop

Gebruik altijd de UIT knop van een apparaat, dit voorkomt sluipverbruik van energie.



“Wij hebben afgelopen jaar een stuk minder energie verbruikt door wat vaker de tablet te pakken in plaats van de computer!”

**Familie Bos**

---

### 19. Let op de warmte van apparaten

Heeft u bepaalde elektrische apparaten die erg warm worden als u ze gebruikt? Dat is een teken dat de energie erg inefficiënt wordt gebruikt. U kunt deze apparaten het beste zo min mogelijk gebruiken als u energie wilt besparen.

### 20. Let op het onnodig opladen

Laad elektrische apparaten niet langer op dan nodig. Apparaten die u moet opladen, kunt u wanneer deze zijn opgeladen het beste direct uit het oplaadpunt verwijderen. Denk bijvoorbeeld aan uw elektrische tandenborstel of uw smartphone.

### 21. Kies voor een ventilator

Kies voor een ventilator in plaats van een airconditioner. Een ventilator is namelijk energiezuiniger dan een airco, en een ventilator kan de gevoelstemperatuur met zo'n 3-5 graden laten dalen.

### ★ 22. Werk zoveel mogelijk met uw laptop of tablet

Werk zoveel mogelijk op uw laptop of nog beter, uw tablet. Deze is namelijk een stuk zuiniger dan een desktop.

### 23. Niet actief op uw computer?

Zet het beeldscherm dan uit, deze verbruikt namelijk de meeste energie.

### 24. Gebruik de sluimerstand

Stel uw PC zodanig in dat uw beeldscherm automatisch uitgaat na een door u te bepalen aantal minuten.



# Wasmachine en droger

## 25. Zorg dat u de was goed laat centrifugeren

Waarom? Hierdoor is de was stuk minder nat als het de droger in gaat en gebruikt uw droger minder energie (en ook het totaal aan energieverbruik van wassen en droger is dan lager!)

## 26. Wassen tijdens het daltarief

Door te wassen tijdens het daltarief bespaart u op uw energiekosten. Dit heeft uiteraard geen invloed op uw energieverbruik.

---

Zonnepanelen, vloerisolatie..  
**Welke maatregel is voor u geschikt?**

**Doe de HuisScan op [www.regionaalenergieloket.nl/huisscan](http://www.regionaalenergieloket.nl/huisscan)**

---

## ★ 27. Was op 30 graden in plaats van 60

Wassen op 30 graden in plaats van 60, bespaart u veel energie. Bovendien wordt de was even schoon, heter wassen is niet nodig.

## 28. Zet de wasmachine uit

Zet de wasmachine na het wassen altijd helemaal uit. Let erop dat er geen lampjes op de wasmachine blijven branden. Sluipverbruik is zonde van de energie.

## 29. Was altijd met een volle trommel

Zo benut u optimaal de capaciteit van uw wasmachine.

## ★ 30. Hang uw was buiten te drogen

Dit belast het milieu niet en bespaart u geld.

## ★ 31. Gebruik uw vaatwasser efficiënt

Heeft u een vaatwasser? Zet deze pas aan als die vol is en zet hem op de eco-stand. Hierdoor kunt u €25 per jaar besparen.



# Koelkast en vriezer

## 32. Temperatuur van uw koelkast niet te laag

Eten kunt u het beste bewaren bij een temperatuur tussen 4 en 7 graden. Een vriezer hoeft niet kouder te zijn dan -15 graden.

## ★ 34. Wees zuinig met een tweede koelkast

Heeft u een tweede koelkast? Gebruik deze alleen wanneer u hem echt nodig hebt, en zet hem anders uit.

## 36. Houd de achterkant van de koelkast schoon

De condensor van de koelkast bevindt zich aan de achterzijde. De condensor wordt vaak snel stoffig, waardoor de koelkast minder efficiënt zijn werk doet. Door de achterkant van de koelkast regelmatig schoon te houden voorkomt u dit.

## 33. Geef de koelkast ruimte

Zorg dat er minimaal 10 cm ruimte is aan de achterkant van de koelkast. Dan kan de koelkast de eigen warmte kwijt. En let er ook op dat u de koelkast niet in de buurt plaats van de verwarming.

## 35. Houdt de koelementen schoon

Houdt de koelementen aan de achterkant van de koelkast goed schoon, hierdoor werkt de koelkast 25% beter.

## 37. Ontdooi de vriezer regelmatig

Hierdoor werkt de vriezer efficiënter en gebruikt deze minder energie. Ontdooi de vriezer altijd als er meer dan 4 mm ijs aan de randen zit.



“Wij leren onze dochter gelijk dat ze de stekkers uit het stopcontact moet halen als ze iets niet meer gebruikt.”

Ruth

## 38. Let op grote temperatuurverschillen

Wilt u een warme maaltijd bewaren voor de volgende dag? Laat deze dan eerst afkoelen voordat u hem in de koelkast stopt. En omgekeerd, leg bevroren produkten voordat u ze gebruikt in de koelkast. Bij het ontdooien komt er kou vrij waardoor de koelkast minder hard hoeft te werken.

## 40. Dek eten goed af

Condensvorming in de koelkast verlaagt de efficiëntie. Door eten goed af te dekken voorkomt u onnodig vocht in de koelkast.

## 39. Controleer of de koelkast goed sluit

Als de koelkast niet goed sluit, kan dit in een jaar 10-15% extra energieverbruik kosten. Om te controleren of uw koelkast goed sluit kun u proberen of een biljet van 10 euro door de deur past. Lukt dit? Dan moet u de afsluitstrip van de koelkast schoonmaken of vervangen.

## 41. Gaat u op vakantie?

Schakel uw koelkast en vriezer dan uit.



# Verlichting

## 42. Let op dimmers

Zijn er veel lampen in huis die u dimt? Let er dan op dat u lampen koopt met een lager wattage. Een lamp die namelijk voor de helft (50%) gedimd is, gebruikt nog steeds zo'n 75% van het vermogen. In zo'n geval had u beter een lamp kunnen nemen met de helft van het wattage zonder deze te dimmen.

## 43. Maak slim gebruik van daglicht

Laat lampen alleen branden als het nodig is en doe de lichten uit als er niemand aanwezig is. Doe ook de lampen uit, als u voor korte tijd een ruimte verlaat.



# Keuken



## 44. Gebruik het deksel van de pan

Kook altijd met een deksel op de pan. Zo kookt het water sneller en verbruikt u minder energie. Zo voorkomt u ook teveel vocht in huis

## 46. Gebruik de waterkoker bij elektrisch koken

Het kost minder energie om water met een waterkoker aan de kook te brengen dan op de kookplaat. Als u kookt op gas geldt dit niet!

## 48. Kook elektrisch

Als u toch een nieuwe keuken aanschaft, kies dan gelijk voor koken op elektra zoals inductie. Zo bent u voorbereid op de toekomst en dat scheelt aanpassingen later!

## 50. Laat de afzuigkap niet te lang aanstaan

De afzuigkap zuigt namelijk ook warme lucht af waardoor de woning koeler wordt. Daarnaast kost het afzuigen natuurlijk ook energie.

## 45. Kookt u elektrisch?

Gebruik dan een vlakke pan, dit zorgt voor de optimale warmteoverdracht.

## 47. Zet de oven na gebruik open

Hierdoor stroomt warmte uit de oven het huis in en hoeft de verwarming minder hard te werken.

## 49. Afwassen met de hand

Een grote afwas met de hand kost minder water en gas dan drie kleine. Zet de vaatwasser pas aan als deze vol is. Gebruik alleen een zuinige vaatwasser met energielabel A.





Meer informatie over het verduurzamen van uw woning?

[www.regionaalenergieloket.nl](http://www.regionaalenergieloket.nl)

**Disclaimer:** De genoemde bedragen in dit e-book zijn grotendeels afkomstig van Milieu Centraal.

**Let op:** Deze bedragen zijn gebaseerd op gemiddelde woningen en huishoudens. Hoeveel u exact bespaart is afhankelijk van uw specifieke woning. De getoonde bedragen zijn nadrukkelijk bedoeld als indicatie, hieraan kunnen verder geen rechten worden ontleend.