

# 24 TIPS

om makkelijk te besparen op je energierekening



# Checklist

Zet een kruisje in één van de rondjes:  ga ik doen  heb/doe ik al

1

Verwarm alleen de ruimte waar je bent

2

Gebruik een radiator ventilator

3

Zet de thermostaat 1°C lager

4

Zet de thermostaat 's nachts op 15°C

5

Niemand thuis, zet dan de thermostaat op 15°C

6

Douche niet langer dan 5 minuten

7

Zet apparaten uit, niet op stand-by

8

Gebruik de ventilator in plaats van de airco

9

Hang je was aan de lijn, gebruik geen droger

10

Plaats een waterbesparende douchekop

11

Plaats radiatorfolie achter je radiatoren

12

Breng tochtstrips aan

13

Vervang een oude koelkast of vriezer

14

Houd radiatoren vrij van spullen en stof

15

Was op lage temperatuur met volle wasmachine

16

Doe de vaatwasser vol en zet hem op eco-stand

17

Gebruik ledlampen

18

Zet je vriezer niet kouder dan -18°C

19

Kies de juiste vlam en doe deksel op de pan

20

Koel zuinig en ontdooi regelmatig de koelkast

21

Gebruik de waterkoker zuinig

22

Ontlucht radiatoren regelmatig

23

Zet je cv-ketel op 60°C

24

Ventileer de ruimte waar je bent

# 24 TIPS

om makkelijk te besparen op je energierekening

Grote besparingen leveren de meeste winst op

1  ca. € 310 p/jaar

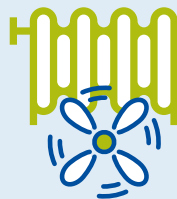
Verwarm alleen de ruimte waar je bent



Draai de verwarming uit in ruimtes waar je niet bent. Houd de deuren in huis dicht.

2  ca. € 150 p/jaar

Gebruik een radiator ventilator



Met radiator ventilatoren wordt de woonkamer snel lekker warm en kan de temperatuur van de cv-ketel naar 60°C of lager (zie tip 23).

3  ca. € 120 p/jaar

Zet de thermostaat 1 graad lager



19°C kan vaak warm genoeg zijn. Doe een warme trui aan en/of gebruik een deken op de bank.

4  ca. € 120 p/jaar

Zet de thermostaat 's nachts op 15°C



Zet je de thermostaat al een uur voor het naar bed gaan op 15 graden? Dan bespaar je nog eens 25 euro extra.

5  ca. € 120 p/jaar

Laat de thermostaat op 15°C als er overdag niemand thuis is



Het huis hoeft dan in de ochtend niet op te warmen. Als je dit 4 dagen in de week doet, bespaar je gemiddeld 120 euro per jaar.

6  ca. € 120 p/jaar

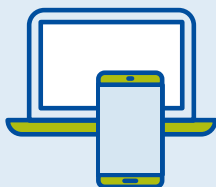
Douche niet langer dan 5 minuten



De gemiddelde douchetijd is 9 minuten. Een gezin kan 120 euro per jaar besparen. Een leuke douchetimer kan helpen om korter te douchen.

7  ca. € 75 p/jaar

Zet apparaten uit, niet op stand-by



Laat elektrische apparaten niet op stand-by staan, maar zet ze helemaal uit. Gebruik hiervoor een stekkerdoos met schakelaar.

8  ca. € 75 p/jaar

Gebruik de ventilator in plaats van de airco



Een airco verbruikt 15 x meer stroom dan een ventilator. Een ventilator is energiezuiniger en dus veel goedkoper in gebruik dan een airco.

## Alle beetjes helpen en zijn goed voor het milieu

9  ca. € 75 p/jaar

Hang je was aan de lijn, gebruik geen droger



Hang je was aan de lijn. Heb je daar weinig ruimte voor, probeer dan de helft van je was op te hangen.

10  ca. € 60 p/jaar

Plaats een waterbesparende douchekop



Een waterbesparende douchekop bespaart ± 40 euro per jaar. Het vervangen van een regendouche kan wel 60 euro per jaar besparen.

11  ca. € 60 p/jaar

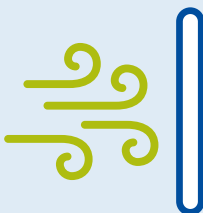
Plaats radiatorfolie achter je radiatoren



Doe dit bij radiatoren tegen een buitenmuur. Per vierkante meter radiatorfolie bespaar je jaarlijks 10 euro.

12  ca. € 50 p/jaar

Breng tochtstrips aan



Plaats tochtstrips in deuren en ramen. Plaats een tochtborstel voor de brievenbus. Isoleer ook het luik van je kruipruimte.

13  ca. € 40 p/jaar

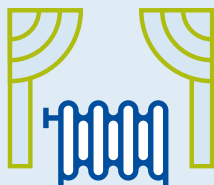
Vervang een oude koelkast of vriezer



Als je er één van +10 jaar oud vervangt kan dat 40 euro per jaar besparen. Met een slimme stekker kun je het verbruik van de koelkast meten.

14  ca. € 30 p/jaar

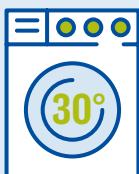
Houd radiatoren vrij van spullen en stof



Als de radiator aan staat: hang er geen gordijnen voor en zet er geen meubels voor. Vieze radiatoren geven minder warmte af: houd ze schoon/stofvrij.

15  ca. € 20 p/jaar

Was op lage temperatuur met volle wasmachine



Was op 20, 30 of 40 graden. Zet de wasmachine op eco-stand. Voor goede hygiëne moet je soms heter wassen. Vaatdoekjes bijv. was je op 60°C.

16  ca. € 20 p/jaar

Doe de vaatwasser vol en zet hem op eco-stand



Geen vaatwasser gebruiken bespaart het meest. Gebruik je deze toch, zet hem dan pas aan als deze helemaal vol is. En zet hem op de eco-stand.

**Handige extra tips,  
kleine besparingen  
en/of meer comfort**

17 

ca. € 8 p/lamp

### Gebruik ledlampen



Een ledlamp is 90% zuiniger dan een gloeilamp en 85% zuiniger dan een halogeenlamp. De besparing per lamp is 2 tot 8 euro per jaar.

18 

TIP

### Zet je vriezer niet kouder dan -18°C



Bedenk goed of je een vriezer nodig hebt (wegdoen bespaart al snel 40 euro per jaar). Gebruik je hem toch, zet hem dan maximaal op -18°C.

19 

TIP

### Kies de juiste vlam en doe deksel op de pan



Zorg dat de gasvlam onder de pan blijft. Doe ook altijd de deksel op de pan. Eten kookt dan eerder en wordt sneller gaar, dit bespaart gas.

20 

TIP

### Koel zuinig en ontdooi regelmatig de koelkast



Laat spullen uit de diepvries in je koelkast ontdooien. Ontdooi je koelkast en vriezer ook regelmatig. Zet beide 10 cm van de muur af.

21 

TIP

### Gebruik de waterkoker zuinig



Zuinig omgaan met de waterkoker levert best wat op. Verwarm niet meer water dan nodig. Maak water ook niet heter dan nodig.

22 

TIP

### Ontlucht radiatoren regelmatig



Als er teveel lucht in de leidingen zit, werkt de verwarming niet optimaal. Dit kost extra energie. Vul ook de cv-ketel regelmatig bij.

23 

TIP

### Zet je cv-ketel op 60°C



Laat de temperatuur van de ketel afhangen van de temperatuur buiten. Ketels staan vaak op 90°C, terwijl 60°C al prima is. Kijk op [zetzomp60.nl](http://zetzomp60.nl).

24

TIP

### Ventileer de ruimte waar je bent



Gebruik klepraampjes of ventilatie-roosters. Ventileer extra tijdens het koken en douchen. Schone lucht in huis is belangrijk voor je gezondheid.

Het Servicepunt Energie Lokaal ondersteunt energie-initiatieven en gemeenten bij het verduurzamen van woningen en wijken. Mede mogelijk gemaakt door provincie Utrecht en in samenwerking met OER! en U-Thuis.

Wil je andere mensen uit de buurt helpen om energie te besparen? Kijk op [www.nmu.nl/project/energie-ambassadeurs-opleiden/](http://www.nmu.nl/project/energie-ambassadeurs-opleiden/)

**Meer informatie over energie besparen:**  
[www.milieucentraal.nl](http://www.milieucentraal.nl) of scan de QR-code!



\* Gegevens & bedragen komen van Milieu Centraal ([www.milieucentraal.nl](http://www.milieucentraal.nl)). Voor het berekenen van besparingen over een langere termijn (15 tot 25 jaar) gaat Milieu Centraal uit van de volgende energieprijzen; 1 euro voor een kuub (m<sup>3</sup>) gas en 22 cent voor een kilowattuur (kWh) stroom.

**Kijk op je energiecontract voor je eigen prijs per m<sup>3</sup> en reken uit wat je precies kunt besparen.**