

# 24 TIPS

om makkelijk te besparen  
op jouw energierekening\*



Gemeente  
EDAM  
VOLENDAM



# 24 TIPS

om makkelijk te besparen  
op jouw energierekening

Grote besparingen  
leveren de meeste  
winst op

1  € 310 per jaar

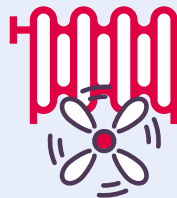
Verwarm alleen de  
ruimte waar je bent



Draai de verwarming uit in ruimtes  
waar je niet bent. Hiermee bespaar je  
310 m<sup>3</sup> gas per jaar.

2  tot € 150 per jaar

Gebruik een radiator  
ventilator



Een radiator ventilator maakt jouw  
woonkamer snel lekker warm. De  
temperatuur van de cv-ketel kan dan  
naar 60°C of lager (zie tip 23).

3  tot € 120 per jaar

Zet de thermostaat  
1 graad lager



19°C is vaak warm genoeg. Handig:  
doe een warme trui aan of gebruik een  
deken op de bank.

4  tot € 120 per jaar

Zet de thermostaat  
's nachts op 15°C



Zet je de thermostaat al een uur  
voordat je naar bed gaat op 15 graden?  
Dan bespaar je nog eens 25 euro.

5  tot € 120 per 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  € 120 per jaar

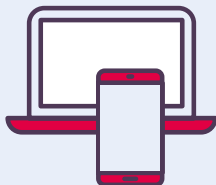
Douche niet langer dan  
5 minuten



Nederlanders douchen gemiddeld 9  
minuten. Door korter te douchen  
bespaart een gezin 120 euro per jaar.  
Een leuke douchetimer helpt hierbij.

7  tot € 75 per jaar

Zet apparaten uit,  
niet op stand-by



Zet elektrische apparaten helemaal  
uit. Handig: gebruik hiervoor een  
stekkerdoos met schakelaar.

8  tot € 75 per jaar

Gebruik de ventilator in  
plaats van de airco



Een airco verbruikt 15 keer 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  tot € 75 per jaar

Hang je was aan de lijn, gebruik geen droger



Heb je weinig ruimte? Probeer dan de helft van je was op te hangen.

10  tot € 60 per jaar

Plaats een waterbesparende douchekop



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

11  tot € 60 per jaar

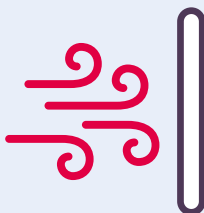
Plaats radiatorfolie achter je radiatoren



Doe dit bij radiatoren tegen een niet geïsoleerde buitenmuur. Per vierkante meter radiatorfolie levert dit jaarlijks 10 euro op.

12  tot € 50 per jaar

Breng tochtstrips aan



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

13  vanaf € 40 per jaar

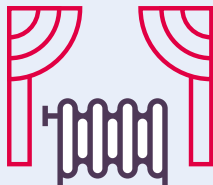
Vervang een oude koelkast of vriezer



Vervang je er één van 10 jaar oud? Dat bespaart tot 40 euro per jaar. Met een slimme stekker meet je het verbruik van de koelkast.

14  tot € 30 per jaar

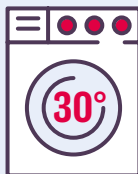
Houd radiatoren vrij van spullen en stof



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

15  tot € 20 per jaar

Zet de volle wasmachine op lage temperatuur



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  tot € 20 per jaar

Zet de volle vaatwasser op eco-stand



Moderne vaatwassers zijn efficiënter dan afwassen. Gebruik daarom een vaatwasser, maar alleen als deze vol is. En zet hem ook op eco-stand.

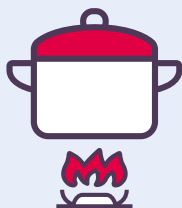


## Handige extra tips voor kleine besparingen of meer comfort.

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.

22 

TIP

Ontlucht radiatoren regelmatig

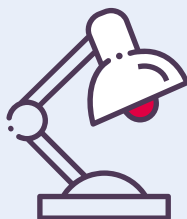


Als er teveel lucht in de leidingen zit, werkt de verwarming niet optimaal. Dit kost extra energie. Vul ook de cv-ketel regelmatig bij.

17 

tot € 8 p/lamp

### Gebruik ledlampen



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

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.

23 

TIP

Stel je cv-ketel af (of laat het doen)



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 [zetmop60.nl](http://zetmop60.nl).

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.

21 

TIP

Gebruik de waterkoker zuinig

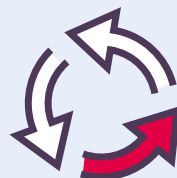


Zuinig omgaan met de waterkoker levert best wat op. Verwarm niet meer water dan nodig. Maak water ook niet heter dan nodig.

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.

# Checklist

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

**1**    
Verwarm alleen de ruimte waar je bent

**2**    
Gebruik een radiator ventilator

**3**    
Zet de thermostaat 1 graad 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 aircó

**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**    
Zet de volle wasmachine op lage temperatuur

**16**    
Zet de volle vaatwasser 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**    
Stel je cv-ketel af (of laat het doen)

**24**    
Ventileer de ruimte waar je bent

## Zo stopte buurtbewoner Erik Vlugt met geld verspillen

“Bijna 2.000 euro bespaar ik nu per jaar op mijn energierekening. Hoe? Vooral door sluipverbruik terug te dringen. Dat is het elektriciteitsverbruik van apparaten die onnodig aan of op standby staan. Dit ontdekte ik met een apparaatje waarmee je meterstanden uitleest. De Quooker bleek aan vervanging toe, de boiler in de bijkeuken maakte constant kokend water en de elektrische vloerverwarming in de badkamer bleef het hele jaar aan. Ik verving oude lampen ook door zuinige ledlampen.”

De besparing op elektriciteit: 2.014 kWh, en met Eriks energiecontract is dat 685 euro per jaar.

“Gasverbruik is natuurlijk ook belangrijk. Mijn snelste tip is het optimaal instellen van je verwarming. Zoek bijvoorbeeld online naar de instructie of vraag het aan het onderhoudsbedrijf van je cv-ketel. Isolatie heeft ook een hoog rendement, zoals bij je ramen, dak en vloer. En zoek eens naar kieren tijdens een stormachtige dag, want dan vallen ze het meeste op. Zo halveerden wij ons gasverbruik van 2.100 naar 1.050 kuub.”

“Een laatste advies? In een goed geïsoleerd huis kunnen de luchtvochtigheid en CO<sub>2</sub> oplopen. Dat kan ongezond zijn, dus ik meet dit met een simpele luchtvochtigheid- en CO<sub>2</sub>-meter van Bol.com. Zo weet je wanneer je even extra moet ventileren.”

*Het energieverbruik verschilt sterk per huis en per levensstijl. Hoeveel bespaar jij met de tips in deze folder? Probeer het uit!*

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



Deze folder is mede tot stand gekomen met financiële steun van de provincie Noord-Holland.

\* Gegevens & bedragen komen van Milieu Centraal ([www.milieuceentraal.nl](http://www.milieuceentraal.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> / kWh en reken uit wat je precies kunt besparen.** © 2023 concept & design: [www.manufesta.nl](http://www.manufesta.nl)