

# Gas

Verwarm je huis energiezuinig

## Verwarming één graadje lager

Bespaar al als je je verwarming standaard één graadje lager zet.



**Jaarlijkse besparing**  
80 euro



**Jaarlijkse besparing in CO2**  
220 kg

## Overdag niet thuis? Zet de verwarming laag

Ben je overdag niet thuis? Zet dan de verwarming op 15 graden. Daarmee bespaar je aanzienlijk op je energiekosten!



**Jaarlijkse besparing**  
140 euro



**Jaarlijkse besparing in CO2**  
370 kg

## Verwarm alleen de kamer waarin je zit of werkt

Sluit tussendeuren en verwarm alleen de kamers waar je vaak of lang bent. Plaats eventueel een deurdranger om je een handje te helpen bij het goed sluiten van de deur.



**Jaarlijkse besparing**  
240 euro



**Jaarlijkse besparing in CO2**  
550 kg

## Verwarm de slaapkamer niet

Gebruik eventueel een kruik of elektrische deken, dat is goedkoper.



**Jaarlijkse besparing**  
50 euro



**Jaarlijkse besparing in CO2**  
130 kg

## 's Nachts de verwarming omlaag

Je kunt veel energie besparen als je de kachel 's nachts op 15 graden zet. Maar: met vloerverwarming moet de thermostaat wel in de nacht op 17 of 18 graden blijven staan, anders duurt het opwarmen te lang.



**Jaarlijkse besparing**  
80 euro



**Jaarlijkse besparing in CO2**  
220 kg

## Zet de verwarming een uur eerder laag

Het duurt altijd wel even voordat een verwarmde woning afkoelt. Wanneer je de verwarming een uurtje eerder zet, bespaar je extra.



**Jaarlijkse besparing**  
20 euro



**Jaarlijkse besparing in CO2**  
45 kg

## Sluit de gordijnen

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 en krijg je de ruimte niet lekker warm meer.



**Jaarlijkse besparing**  
15 euro



**Jaarlijkse besparing in CO2**  
35 kg

## Radiatorfolie houdt de warmte binnen

Hangen je radiatoren tegen een ongeïsoleerde buitenmuur? Breng dan radiatorfolie aan. Zo ontsnapt er veel minder warmte naar buiten en hoef je voortaan minder hard te stoken.



**Jaarlijkse besparing**  
25 euro



**Jaarlijkse besparing in CO2**  
75 kg

## Isoleer leidingen

Isoleer verwarmingsleidingen die door onverwarmde ruimtes (zoals de kruipruimte) lopen. Je wooncomfort wordt verhoogd en je bespaart op je energierekening.



**Jaarlijkse besparing**  
20 euro



**Jaarlijkse besparing in CO2**  
55 kg

## Voorkom tocht

Energie besparen in een tochtig huis valt niet mee. Door naden en kieren met tochtstrips, tochtband of ander materiaal te dicht, heeft u een comfortabeler huis én betaalt u minder energiekosten.



**Jaarlijkse besparing**  
50 euro



**Jaarlijkse besparing in CO2**  
140 kg

## Verlaag de temperatuur van een cv-combiketel

Verlaag de temperatuur van het warme tapwater bijvoorbeeld van 80 naar 60 graden Celsius. Ga nooit lager dan 60 graden, want dan verhoog je het risico op legionella.



**Jaarlijkse besparing**  
60 euro



**Jaarlijkse besparing in CO2**  
130 kg

## Fris, maar energiezuinig douchen

### Minder lang onder de douche

Korter douchen zorgt voor een aanzienlijke en eenvoudige vermindering van jouw milieubelasting. Vijf minuten douchen in plaats van de gemiddelde douchetijd van 9 minuten bespaart al veel!



**Jaarlijkse besparing**  
80 euro



**Jaarlijkse besparing in CO2**  
180 kg

### Kies een waterbesparende douchekop

Met een waterbesparende douchekop gebruik je, zonder in te leveren op comfort, minder water per minuut.



**Jaarlijkse besparing**  
40 euro



**Jaarlijkse besparing in CO2**  
90 kg

### Onder de douche in plaats van in bad

In bad gaan kost bijna het dubbele aan warm water in vergelijking met een douchebeurt. Wissel dus eens per week je bad in voor een douche en bespaar energie!



**Jaarlijkse besparing**  
10 euro



**Jaarlijkse besparing in CO2**  
30 kg

### Plaats een thermostaatkraan

Een thermostaatkraan zorgt ervoor dat je douchewater snel op de juiste temperatuur komt (en blijft) tijdens het douchen.



**Jaarlijkse besparing**  
5 euro



**Jaarlijkse besparing in CO2**  
10 kg

**Totaal bespaard**

**915 euro**

**2290 kg**

# Elektriciteit

Energiezuinig gebruik van apparaten

## Voorkom sluipverbruik

Een huishouden is per jaar gemiddeld 90 euro kwijt aan sluipverbruik. Door apparaten écht uit te zetten, kan op driekwart van deze kosten bespaard worden. Een stekkerdoos met schakelaar kan eventueel hierbij helpen.



**Jaarlijkse besparing**  
60 euro



**Jaarlijkse besparing in CO2**  
110 kg

## Energiezuinige apparatuur loont!

We gebruiken steeds meer apparaten in huis. Als je hierbij kiest voor de energiezuinige variant (energielabel A+++), zijn de aankoopkosten wel wat hoger, maar dat verdient zichzelf snel weer terug.



**Jaarlijkse besparing**  
180 euro



**Jaarlijkse besparing in CO2**  
470 kg

## Koken

### Elektrisch koken heeft de toekomst

Langzamerhand stappen we in Leiden van het aardgas af. Wil je vooruitlopen op de trend? Ga dan over op een inductiekookplaat.



**Jaarlijkse besparing**  
10 euro



**Jaarlijkse besparing in CO2**  
nu ontkopen gas- of inductiekookplaten elkaar nauwelijks op CO2-uitstoot. Als de stroom duurzamer wordt, wint de inductiekookplaat!

### Water koken

Zet je water op voor thee, pasta of aardappelen? Let er dan op dat je niet meer water verwarmt dan nodig is. Een waterkoker verbruikt namelijk veel energie!



**Jaarlijkse besparing**  
30 euro



**Jaarlijkse besparing in CO2**  
30 kg

### Koffie op maat

Koffie zetten met een filter- of padapparaat uit een espressomachine maakt voor het energieverbruik uit. Belangrijker is om koffie op maat te zetten. Weggooien is immers verspilling.



**Jaarlijkse besparing**  
15 euro



**Jaarlijkse besparing in CO2**  
15 kg

## Koelen en vriezen

### Vervang je oude koelkast en vriezer

Koel- en vriesapparatuur zijn tegen enorme energievreters. Nieuwe koelkasten en vriezers zijn zeer voordelig een stuk energiezuiniger. Vervang daarom je oude, onzuinige vriezer voor een met een A+++ label.



**Jaarlijkse besparing**  
40 euro



**Jaarlijkse besparing in CO2**  
80 kg

### Koelen en vriezen ineen

Wil je een nieuwe koelkast en heb je ook een vriezer nodig? Koop dan een combinatie. Een gecombineerde koelkast met vriezer kost minder energie dan twee losse apparaten.



**Jaarlijkse besparing**  
10 euro



**Jaarlijkse besparing in CO2**  
15 kg

### Kies op maat

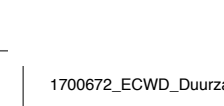
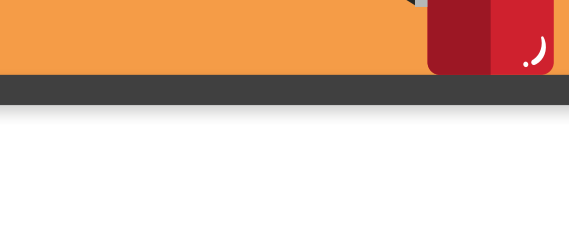
Kies bij een nieuwe koelkast en vriezer ook eentje die past bij de grootte van je huishouden. Als het apparaat te groot is, verspil je energie. Hoe kleiner, hoe meer energie er bespaard wordt.



**Jaarlijkse besparing**  
5 euro



**Jaarlijkse besparing in CO2**  
10 kg



# Elektriciteit

Energiezuinig gebruik van apparaten

## Afwassen

### Zet je vaatwasser pas aan als deze vol is

Gebruik de afwasmachine zo efficiënt mogelijk. Laat hem pas draaien als hij vol is.



Jaarlijkse besparing  
10 euro

Jaarlijkse besparing  
in CO2  
15 kg

### Gebruik het ecoprogramma van de vaatwasser

Door je afwasmachine op het ecoprogramma te laten draaien, word je vaat net zo schoon!

Jaarlijkse besparing  
15 euro

Jaarlijkse besparing  
in CO2  
30 kg



## Wassen en 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!

Jaarlijkse besparing  
20 euro

Jaarlijkse besparing  
in CO2  
35 kg



### Was met een volle trommel

Grote wasjes, grote besparing. Hoe voller de trommel van je wasmachine hoe meer u bespaart.

Jaarlijkse besparing  
5 euro

Jaarlijkse besparing  
in CO2  
5 kg

### 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. Het is beter voor het milieu en het levert je geld op!

Jaarlijkse besparing  
30 euro

Jaarlijkse besparing  
in CO2  
50 kg



## Computer en tv

### Kies voor een laptop of tablet

Een laptop verbruikt minder energie dan een desktop, pak je voordeel!

Jaarlijkse besparing  
20 euro

Jaarlijkse besparing  
in CO2  
40 kg



### Een tablet is nóg zuiniger dan een laptop

En als je een tablet hebt? Kan je nog meer besparen!

Jaarlijkse besparing  
15 euro

Jaarlijkse besparing  
in CO2  
20 kg

### Zuinig televisie kijken

We zitten bijna een eeuw van ons leven voor de televisie. Om zuinig tv te kijken, kan je het beste kiezen voor een led-lcd televisie. Plasma televisies zijn minder zuinig. Ook de grootte van het scherm beïnvloedt het stroomverbruik. Hoe kleiner het scherm des te minder stroom wordt verbruikt.

Jaarlijkse besparing  
15 euro

Jaarlijkse besparing  
in CO2  
30 kg



## Verlichting

### Vervang je gloeilampen!

In een gemiddeld Nederlands huishouden hangen nog 11 onzuinige gloeilampen en 13 onzuinige halogeenlampen. Als je al deze lampen vervangt door zuinige ledlampen kunt je flink besparen.

Jaarlijkse besparing  
40 euro

Jaarlijkse besparing  
in CO2  
50 kg



### Doe die lampen uit

Doe het licht in de gang altijd uit of installeer een sensor. Zonde om het licht daar te laten branden!

Jaarlijkse besparing  
5 euro

Jaarlijkse besparing  
in CO2  
9 kg



## Totaal bespaard

515 euro 1014 kg

## Grote investeringen

i.s.m. verhuurder of gezamenlijk met de Vereniging van Eigenaren

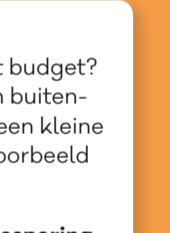
### Isoleer je dak

Je woning verliest veel warmte wanneer je dak niet geïsoleerd is. Door deze te isoleren, bespaar je op je energierekening.

Jaarlijkse besparing  
650 euro

Jaarlijkse besparing  
in CO2  
1932 kg

Eénmalige investering  
5.100 euro



### Spouwmuurisolatie voor een klein budget

Wil je besparen op je stookkosten maar heb je geen groot budget? Overweeg dan spouwmuurisolatie. Een spouwmuur is een buiten- of binnenmuur die bestaat uit twee stenen muren met daartussen een kleine ruimte (spouw). Een specialist vult die ruimte op, met bijvoorbeeld piepschuimbolletjes of glaswolvlakken.

Jaarlijkse besparing  
200 euro

Jaarlijkse besparing  
in CO2  
800 kg

Eénmalige investering  
950 euro

### 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 geen koude voeten meer in de winter! Vaak kan de vloer aan de onderkant via de kruipruimte worden geïsoleerd. Daarvoor hoeft je niet ingrijpend te verbouwen.

Jaarlijkse besparing  
220 euro

Jaarlijkse besparing  
in CO2  
600 kg

Eénmalige investering  
1.800 euro

### Isoleer je ramen

Ook door het isoleren van je ramen kun je aardige bedragen besparen. Hoog rendement glas isoleert veel beter dan enkel glas. Zo krijg je meer comfort én bespaar je op je stookkosten.

Jaarlijkse besparing  
240 euro

Jaarlijkse besparing  
in CO2  
700 kg

Eénmalige investering  
3.100 euro



### Laat de zon binnen

Nederlands zonlicht is uitstekend geschikt om met zonnepanelen elektriciteit op te wekken. Wat een investering in zonnepanelen vooral interessant maakt, is dat de prijs van elektriciteit van het elektriciteitsnet zal stijgen, terwijl je met zonnepanelen jarenlang stroom za kunnen opwekken waar je niets voor hoeft te betalen.

Jaarlijkse besparing  
450 euro

Jaarlijkse besparing  
in CO2  
1300 kg

Eénmalige investering  
4.600 euro

### Verlaag je energierekening met een warmtepomp

Een warmtepomp gebruikt elektriciteit om warmte uit de bodem, het grondwater of de buitenlucht te halen. Hierdoor stijgt je elektriciteitsrekening, maar je gasrekening daalt.

Jaarlijkse besparing  
250 euro

Jaarlijkse besparing  
in CO2  
1200 kg

Eénmalige investering  
5.000 euro

## Totaal bespaard

2.010 euro 6532 kg

# Kleine moeite, groot plezier!

### Kies voor groene energie

Vraag bij je eigen energieleverancier na of zij groene energie kunnen leveren of zelfs investeren in eigen duurzame energieprojecten, zoals een eigen zonnepark of windmolen.

Jaarlijkse besparing  
per energieleverancier afhankelijk

Jaarlijkse besparing  
in CO2  
2000 kg

### Inzicht in je energieverbruik

Wil je weten wat je verbruikt en waar de energiekosten vandaan komen? Houd je verbruik in de gaten door wekelijks de meterstanden te noteren. Je kunt ook kiezen voor een handig apparaatje (een energieverbruiksmanager), die je daarbij kan helpen. Zo wordt energie besparen nog eenvoudiger en leuker!

Jaarlijkse besparing  
190 euro

Jaarlijkse besparing  
in CO2  
390 kg

## Totaal bespaard

190 euro 2390 kg

### Disclaimer

De gegevens zijn afkomstig van voorlichtingsorganisatie Milieu Centraal. Er is voor de berekening uitgegaan van gemiddelden, zoals een gemiddelde woning, een gemiddeld huishouden van 2,2 personen en een gemiddeld gebruik van apparaten.

De kans dat u precies 'gemiddeld' bent, is echter klein. Persoonlijke omstandigheden hebben veel invloed

op uw energieverbruik. Zoals het type huis en het bouwjaar van het huis waarin u woont, het aantal personen in uw gezin en de manier waarop u met energie omgaat.

De tips die hierin genoemd worden geeft dan ook een eerste aanzet tot energie besparen. Veel plezier en succes!