

Kostenscan.nl[®]

Energiebesparing tips

Besparen op energie verbruik kan op verschillende manieren. In dit document behandelen wij de volgende onderwerpen:

1. Verlichting

- 1 A. Bespaar op Woonkamer verlichting
- 1 B. Bespaar op Keukenverlichting
- 1 C. Bespaar op zolder/werkkamer verlichting
- 1 D. Bespaar op slaapkamerverlichting
- 1 E. Bespaar op badkamer verlichting
- 1 F. Bespaar op tuinverlichting

2. Isolatie en verwarming

- 2 A. Luchtvochtigheid
- 2 B. Overige vervuilers
- 2 C. Isolatie
- 2 D. Bespaar door het Isoleren van uw leidingen
- 2 E. Besparen met uw radiatoren

3. Duurzaamheid

- 3 A. Duurzaam leven

4. Apparaten

- 4 A. Verminder sluipverbruik van apparaten
- 4 B. Energieverbruik van uw tv
- 4 C. Energieverbruik van uw computer
- 4 D. Energieverbruik van uw waterbed
- 4 E. Energieverbruik van uw video game consoles
- 4 F. Besparen op koelen en vriezen
- 4 G. Besparen met koken
- 4 H. Denk aan de kleintjes
- 4 I. Besparen met de vaat
- 4 J. Besparen op wassen en drogen
- 4 K. Besparen in de badkamer
- 4 L. Energiezuinige gadgets

5. Vragen?

1. Verlichting



Soort lamp	Branduren (per/jaar)	Verbruik (kWh per/jaar)	Stroomkosten* (per/jaar)
Gloeilamp 40W	415	16,6	€ 3,65
Halogeenlamp 35W	415	14,5	€ 3,20
Spaarlamp 10W	415	4,2	€ 0,91
Led lamp 8W	415	3,3	€ 0,73

1 A. Bespaar op Woonkamer verlichting

Een gemiddeld huishouden in 2010 heeft ongeveer 20 gloeilampen in huis. Wanneer u deze vervangt door spaarlampen, dan bespaart u met die vervanging 310 kWh jaarlijks, wat neerkomt op: € 68,-* per jaar.

Waar moet u op letten als u de juiste spaarlamp wilt kiezen?

A. Soort fitting

Kies de juiste maat fitting. Spaarlampen en led lampen hebben alle gangbare fittingen, zoals grote en kleine fittingen E27 en E14, GU10 en G5.3 voor halogeenspotjes.

B. Lichtkleur

Wat is de lichtkleur van de lamp? Wat is de functie van de lamp? Lezen of werken? Of is het meer bedoeld als sfeerlicht? De functie van bepaalde verlichting helpt u bij het bepalen van de lichtkleur. Kies bijvoorbeeld een lamp met warm witte lichtkleur voor sfeerverlichting. Heeft u goed functioneel licht nodig om te lezen of te werken? Ga dan voor een lamp met lichtkleur wit.

C. Vorm en grootte

Check van te voren goed of een lamp past in de lamphouder of armatuur. Zeker bij platte wandlampen dient u daar extra op te letten.

D. Dimbaar

Heeft uw lamp een dimmer? Let er dan op dat de led lamp of spaarlamp ook dimbaar is. Dit staat op de verpakking. Veel huidige spaarlampen en led lampen zijn nog niet geschikt om te dimmen. Ze bestaan wel, let daar op bij uw aankopen. Halogeenslampen kunt u wel altijd gebruiken in combinatie met een gloeilampdimmer.

E. Gewenste gebruik

Is de gebruikte lamp geschikt voor het gewenste gebruik? Led verlichting is bijvoorbeeld uitermate geschikt wanneer u gericht licht nodig heeft, om bij te lezen of koken. Spaarlampen zijn weer geschikter voor verlichting van een eettafel en als hoofdverlichting in een toilet of gang. Gebruikt u de lampen in de badkamer of buitenshuis? Dan moeten deze voldoen aan specifieke veiligheidseisen en dienen deze (spat)waterdicht zijn. Deze informatie vindt u op de verpakking.

F. Het aantal lumen

Het aantal lumen geeft de hoeveelheid licht aan die een lamp geeft. Is het aantal lumen van een lamp hoger? Dan geeft de lamp meer licht. Wanneer u een gloeilamp vervangt door een led of spaarlamp, doe dat dan met hetzelfde aantal lumen. De spaar of led lamp geeft dan dezelfde hoeveelheid licht. Bij spaar- en led lampen staat het aantal lumen meestal op de verpakking. Dit is bij gloeilampen vaak niet het geval.

U kunt het aantal lumen van een gloeilamp berekenen door het aantal watt met 10 te vermenigvuldigen.

Bespaar op woonkamerverlichting

U wilt besparen op verlichting in uw woonkamer? Vervangt u dan de gloeilampen door eco-halogenen lampen. Deze hebben hetzelfde formaat als gloeilampen, zijn ook dimbaar en geven bijna hetzelfde licht. Deze eco-halogenen lampen zijn 30% zuiniger dan gloeilampen.

Wilt u nog meer besparen? Kiest u dan voor spaarlampen. Spaarlampen verbruiken 80% minder stroom dan gloeilampen. Spaarlampen zijn te koop in allerlei standaardformaten. Er bestaan ook dimbare spaarlampen. De besparing ligt daarmee rond de €68,- op jaarbasis.

Met lichte muren gebruikt u minder licht: € 12,-

In een donkergekleurde ruimte, doet men eerder het licht aan dan in een lichtgekleurde ruimte. Lichte kleuren reflecteren licht namelijk. Donkere kleuren absorberen juist licht, waardoor het vaak eerder donker lijkt. Kiest u voor lichte kleuren in huis, dan zult u dus minder vaak uw lampen aandoen. Als alle lampen in uw huis 2 uur per week minder branden bespaart u daarmee 40-60 kWh per jaar.

1 B. Bespaar op Keukenverlichting

U wilt besparen op verlichting in uw keuken?

In de keuken brandt het licht vaak het langst van alle ruimtes in uw huis. Het is vaak de centrale plek in een huis.

Vervang Inbouwspotjes boven een aanrecht

Heeft u inbouw halogeenspotjes? Halogeenspotjes zijn echte energieverpillers. Bovendien gaan maar zo'n 2 jaar mee. Vervang de standaard halogeenspotjes door eco-halogenen lampen (30% zuiniger) of led lampen (80% zuiniger). led verlichting is prima geschikt voor gericht licht op uw werkblad. Deze spotjes gaan 10x langer mee dan de standaard halogenen lampen. U bespaart bijna €6,- per spotje per jaar. Al die spotjes bij elkaar zijn samen goed voor een fikse besparing.

Schaf een dimmer aan voor de eettafel lamp

Gebruik een lamp met minder Watt. Wanneer men een gloei- of halogenen lamp dimt geeft deze alleen minder licht, maar blijft het energieverbruik hetzelfde. Kies liever een dimbare spaarlamp of led lamp, die gebruiken aantoonbaar minder energie.

Sfeerlicht in uw keuken

Gebruik bijvoorbeeld led lampen voor verlichting achter een pannen rek of boven keukenkastjes tegen het plafond. Deze lampen zijn vaak lang aan, maar hebben vaak niet echt een functie. De huidige led lampen geven hetzelfde warme licht als gloeilampen en verbruiken 80% minder stroom dan deze gloeilampen of halogenenlampen.

Gericht licht om bij te koken

Led lampen of TL verlichting zijn uitermate geschikt voor gericht licht om bij te koken. Een kleine TI lamp van 8 Watt geeft een mooi verspreid licht. Handig voor gericht licht voor op uw werkblad en fornuis. Men hoeft daarvoor niet de hele keuken helder te verlichten.

Verlichting in uw keukenkastjes

Heeft u af en toe licht nodig in een keukenkastje? Gebruikt u dan lampjes die op batterijen werken. De zuinige lampjes van 3 Watt hebben maar weinig energie nodig. Een oplaadbare AAA batterij volstaat al. De lampjes hebben of een sensor, of een drukknop, of werken zoals bij de koelkast. U heeft licht als u het kastje opent, zodat u goed kunt vinden wat u nodig heeft. Sluit u het kastje dan gaat het licht weer uit.

Sensoren

U loopt met u handen vol naar de woonkamer om te gaan eten. Dan kan het zijn dat alle lampen in de keuken onnodig aan blijven. U kunt hiervoor een bewegingssensor gebruiken. De lamp gaat dan uit als u weggaat uit de keuken en weer aan als u terugkomt. Een geschikte oplossing is een spaarlamp met een ingebouwde sensor.

1 C. Bespaar op zolder/werkkamer verlichting

Het licht op uw studeerkamer en/of zolder is meestal vooral functioneel.

Zuinig werklucht

Brengt u veel tijd door in uw hobbykamer? Heeft u veel licht nodig om bij te werken? Vervangt u dan uw 60 Watt gloeilampen door TI verlichting. TI verlichting is veel zuiniger. U kunt ook kiezen voor TI lampen met led verlichting. Deze zijn net zo zuinig als gewone TI lampen en gaan nog langer mee gewone TL lampen.

Goed licht op uw bureau

Wilt u goed licht op uw bureau? Kiest u dan voor led lampen. Led lampen zijn erg handig als lampen voor gericht licht. Gebruik een TL-bak met een spiegelreflex systeem. Met een spiegel boven de TL lamp wordt het licht naar beneden gericht en is uw werkblad goed verlicht.

Verlichting aan het plafond

Vervang uw normale gloeilampen door eco-halogeen lampen (30% minder stroomverbruik) of spaarlampen (80%zuiniger). Heeft u spotjes in het plafond? Halogeenspotjes zijn echte energieverpillers en gaan niet lang mee. Vervang deze door led lampen. Het licht is net zo als u nu gewend bent en de lampen gaan 10x langer mee. Uiteraard zijn ze ook veel zuiniger.

Sensoren

Laat u het licht wel eens aan omdat u 'even iets moet pakken'? 'Duurt dat 'even' meestal iets langer dan u verwachtte. Met een lamp met bewegingssensor maakt het niet meer uit hoelang u wegblijft, deze gaat namelijk uit zichzelf uit.

Verspilling op de zolder of vliering

Gebruikt u de zolder of vliering vooral als een opbergruimte. Dan is het licht daar vooral functioneel bedoeld. Wie vergeet niet het licht op zolder wel eens uit te doen? Leest u hier 4 handige tips om verspilling te voorkomen:

1. Licht in het donker

Plaats een navigatielampje met een sensor. De lamp gaat direct in het stopcontact. Deze lampen werken met zuinige ledjes en springen aan bij beweging. Komt u de donkere ruimte binnen dan heeft u geval wat punten die verlicht zijn. U hoeft ze zelf niet uit te doen.

2. Plaats sensoren

Plaats u een lamp met een bewegingssensor. Deze lamp met sensor gaat uit als u de zolder verlaat en aan als u terugkomt.

3. Alles in 1x uit schakelaar

Sluit alle lampen aan op een alles in 1x uit schakelaar. Met 1 druk op de knop gaan alle lampen aan of uit. Dit is wel zo makkelijk. U vergeet zo nooit een lampje uit te doen.

4. Gebruik een zaklamp

Komt u zelden op zolder? Gebruikt u dan gewoon een zaklamp. Hang de lamp aan de muur op een vaste plek. Er bestaan zaklampen die werken door ze te schudden of op te winden.

Vergeet u vaak het licht uit te doen als u een ruimte verlaat? Plaats dan bewegingssensoren en bespaar daarmee gemiddeld: € 39,- per jaar.

1 D. Bespaar op slaapkamerverlichting

Het licht in de slaapkamer is vooral sfeervol en functioneel. Het bestaat vaak niet meer dan uit 1 of 2 bedlampjes, spotjes in uw klerenkast en een hoofdlicht. U gebruikt vaak niet veel lampen in een slaapkamers. Toch valt ook hier zeker veel energie te besparen.

Zuinig bed lampje

Een zuinig bedlampje is een led armatuur. Dit soort lampen hebben een ingebouwde led lichtbron. Ze verbruiken maar weinig stroom en geven goed licht.

Leeslamp

Verlicht alleen je boek als u wilt lezen. Gebruikt u daarvoor een boeklampje als leeslampje. U klikt het lampje aan het boek vast. In de lampjes zitten zuinige ledjes. u laadt ze op met bijvoorbeeld een dynamo.

Sfeerlicht in uw slaapkamer

Gebruik daarvoor led- of spaarlampen achter het bedmeubel of bovenop de kast. U kunt ook kiezen voor armaturen waar al led verlichting inzit. De huidige leds geven hetzelfde warme licht als een ouderwetse gloeilamp, maar verbruiken 80% minder stroom. Led verlichting is te verkrijgen in meerdere kleuren!

Zuinige Inbouwspotjes

Heeft u in uw slaapkamer halogeen spotjes in het plafond of kledingkast om een grotere ruimte verlichten. Vervang ze door led lampen. De leds gaan wel 10x langer mee dan halogeenlampen. Led lampen hebben een veel lager energieverbruik.

Verlichte kledingkast

Voor goed zicht in een klerenkast is het niet nodig de hele ruimte te verlichten. Plaats in uw kasten lampjes die op batterijen werken. Ze hebben een sensor, drukknop, of werken zoals bij de koelkast. Ze springen aan als u de kast opent en gaan weer uit als u hem dichtdoet.

2-standen spaarlampen

Er bestaan spaarlampen met twee standen. Eén keer klikken en u heeft een superzuinig nachtlampje van 0,9 Watt. Klikt u twee keer dan geeft de spaarlamp gewoon licht.

Nachtlampje met sensor

Gebruik een nachtlampje met sensor voor op de gang. Deze werken met zuinige ledjes. De lamp kan direct in het stopcontact worden geplaatst. Ze springen aan bij beweging, of als het donker wordt (vergelijkbaar met een kinder nachtlampje). Zo heeft u 's nachts precies genoeg licht op de gang.

Kinder kamer

Deze nachtlampjes met led lampjes zijn ook geschikt voor in een kinderkamer. Ze zijn veel zuiniger dan gewone nachtlampjes. Er bestaan nachtlampjes die maar 0,2 Watt aan stroom verbruiken. Deze kunt u dus gerust 's nachts aanlaten.

1 E. Bespaar op badkamer verlichting

Bespaartips voor de badkamer

Het licht in de badkamer is vooral sfeervol en functioneel. Er is genoeg keuze in zuinige lampen voor in de badkamer.

U dient er op te letten dat de gekozen lampen geschikt zijn voor de badkamer (natte ruimtes). Dit is te lezen op de verpakking. De lamphouders dienen ook waterdicht en geaard zijn.

Zuinige halogeen inbouwspotjes

Heeft u in de badkamer inbouwspotjes? Normale halogeenspotjes zijn echt energieverpillers en ze gaan vaak maar zo'n 2 jaar mee. Vervang deze door led lampen (80% zuiniger). De huidige soorten leds geven hetzelfde warme licht als de gewone halogeenlampen en ze gaan 10x langer mee. Al die spotjes samen zijn toch goed voor een fikse besparing.

Bruikbaar licht bij de spiegel

Bruikbaar licht bij de spiegel is belangrijk. Led lampen geven het juiste soort gericht licht en zijn erg energiezuinig. U kunt ook kiezen voor armaturen waar al led verlichting inzit.

Medicijnkastje zuinig verlicht

Voor in het medicijn kastje kunt u gebruik maken van lampjes die op batterijen werken. Ze hebben een sensor, drukknop, of werken zoals bij een koelkast.

Gebruik sensoren

Vergeet u regelmatig om de lichten in de badkamer uit te doen? Dan kunnen sensoren u helpen. Die zorgen ervoor dat de lamp uitgaat als u weggaat en weer aan als u terugkomt. Sluit bijvoorbeeld ook andere apparaten op dezelfde sensor aan, zoals een ventilator. Er bestaan speciale armaturen voor de badkamer waar de sensor al in zit. Plug in de fitting en klaar!

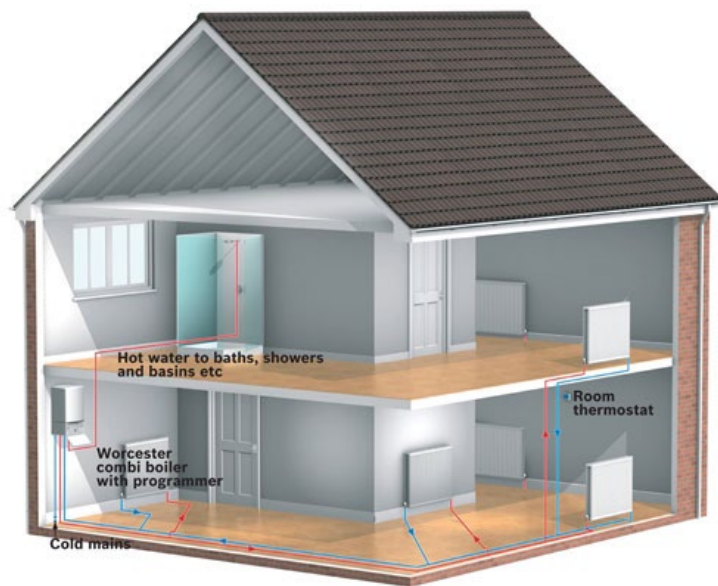
Algemene tips

Als u in bad gaat, draai de lichten dan uit en plaats kaarsjes. Er bestaan ook watervaste led lampjes voor in bad.

1 F. Besparen op tuinverlichting die werkt op zonne-energie

Tuinverlichting die werkt op zonne-energie levert u een mooie besparing op. Deze verlichting schakelt na zonsondergang automatisch aan en hij brandt vervolgens een paar uur. Gemiddelde besparing per jaar: €11,-

2. Isolatie en verwarming



2 A. Luchtvochtigheid

Een hoge luchtvochtigheid zorgt voor vocht in uw woning. Vocht is de grootste vijand voor een woning.

De nadelen van een te hoge luchtvochtigheid in een huis:

- Energieverbruik ligt hoger
- De lucht in huis is ongezonder
- U kunt vochtschade in huis oplopen

Energieverbruik ligt hoger

Hoe meer vocht er in uw woning is, hoe meer energie het kost om uw woning warm te krijgen. Dit komt omdat niet alleen de lucht, maar ook het vocht in de lucht opgewarmd dient te worden.

De lucht in huis is ongezonder

Vocht maakt de lucht in huis ongezond. Mensen die in vochtige huizen wonen hebben vaker problemen met de luchtwegen. Ze krijgen de klachten waarschijnlijk door bestaande allergenen. Deze allergenen worden veroorzaakt door schimmels en mijten, die vaker voorkomen in vochtige huizen.

U kunt vochtschade in huis oplopen

Vocht creëert vochtplekken in huis. Verder veroorzaakt het vaak schimmelplekken en beslagen ramen. Uw vloeren, balken en kozijnen kunnen eerder gaan rotten als het te vochtig is in uw huis.

Wat kunt u er tegen doen?

Met de volgende stappen kunt u zorgen voor een goede luchtvochtigheid in huis.

A. Meet allereerst de luchtvochtigheid in uw huis

De luchtvochtigheid meet u met een hygrometer. De beste luchtvochtigheid is tussen de 40 en 60%.

U heeft te veel vocht in uw huis als de hygrometer meer dan 70% aangeeft. Hygrometers zijn verkrijgbaar in elektronica-winkels. Ze zijn ook te huur bij de bouwmarkt.

B. Bij te hoge luchtvochtigheid dient u te ventileren

Ventileren is erg belangrijk. Houd uw ventilatieroosters daarom altijd open. Lucht daarbij dagelijks uw woning een kwartiertje. Vooral na het douchen, koken of feestjes. Heeft u een mechanisch afzuigstelsel of balansventilatie? Laat u deze dan regelmatig schoonmaken en onderhouden. Ventileer ook altijd in de winter. Er gaat dan wel wat warmte verloren, maar de drogere lucht in uw woning warmt daarna weer snel op. Zo blijft de lucht in uw huis ook in de winter gezond. Besparing: €25,- per jaar.

C. Isoleren

Isoleren kan een eind maken aan vochtproblemen.

Vloerisolatie voorkomt bijvoorbeeld vocht vanuit een kruipruimte. Vervang enkel glas door HR++ dubbel glas.

D. Vloerverwarming

Vloerverwarming creëert een constante temperatuur overal in uw woning.

Vloerverwarming dient wel samen te gaan met goede isolatie van uw woning, anders is het verspilde moeite.

2 B. Overige vervuilers

Naast vocht kunnen andere stoffen de lucht in uw huis ook vervuilen. Zo kan huisstofmijt bijvoorbeeld allergie veroorzaken, kan de houtkachel, open haard of de geiser voor ongezonde stoffen in uw woning zorgen.

Gezonde lucht in uw huis

- Kies voor anti-allergische stoffen voor uw vloeren en gordijnen als u last heeft van allergie wegens huisstofmijt.
- Vermijd ongezonde stoffen bij het schilderen van uw woning. Er bestaat verf zonder oplosmiddelen. Ventileer ook goed als u de woning schildert.
- Zorg dat de afvoer van een eventuele geiser regelmatig wordt schoongemaakt. Vervang keukengeiser door een moderner veiliger apparaat.
- Laat de schoorsteen elk jaar schoonmaken als u een houtkachel of open haard heeft.
- Heeft u spaanplaat in uw woning? Bij warm weer kan er dan formaldehydegas vrijkomen. Kiest u altijd voor spaanplaat met een KOMO-keurmerk. Dit bevat minder formaldehyde, of gebruik gipsplaten.

Schilder spaanplaat altijd met dampdichte verf, dan voorkomt u het vrijkomen formaldehydegas.

In veel Nederlandse huishoudens wordt veel gas verspild. Dit komt door het ontbreken van isolatie, of het gebruik van een verouderde cv ketel.

De grootste gasverspillers zijn:

Verspillers	% van de totale verspilling
1. Ongeïsoleerd dak van een verwarmde zolder	62%
2. Ongeïsoleerde gevel	37%
3. Verwarmen van ruimtes waar niemand is	24%
4. Ongeïsoleerd dak van een onverwarmde zolder	22%
5. Gewone cv-ketel	15%
6. Enkel glas in de woonkamer	14%

Deze gasverspilling voorkomen, scheelt flink op uw energierekening. Vooral goed isoleren helpt. Dit bespaart niet alleen geld, maar zorgt ook voor meer comfort in uw woning.

2 C. Isolatie

Dakisolatie

- U kunt zelf dakisolatie plaatsen.
- Sommige gemeentes geven subsidies voor dakisolatie. Vraag ernaar bij uw gemeente. Of kijk op: www.energiesubsidiewijzer.nl.
- De omzetbelasting op professioneel geplaatste dakisolatie is maar 6% in plaats van de gebruikelijke 19%. U bespaart hiermee gemiddeld tussen de 100 en 250 m3 gas per jaar, wat neer komt op een gemiddelde besparing per jaar van: € 102,-

Gevelisolatie of spouwmuurisolatie

- De gevel kunt u isoleren door spouwmuurisolatie, of met gevelisolatie aan de binnen- of buitenkant van een muur.
- Spouwmuurisolatie is al binnen een dag aangebracht. Via kleine gaatjes in de buitenmuur wordt isolatiemateriaal in de spouw gespoten.
- Gevelisolatie aan de buitenzijde van een gevel levert de grootste energiebesparing op. Isolatie van de binnenzijde van de gevel met een voorzetwand is ook mogelijk. Voordeel is dat uw woning in de winter veel beter warm blijft en in de zomer lekker koel.
- Sommige gemeentes hebben hiervoor subsidies gereserveerd. Vraag ernaar bij uw gemeente. of ga naar: www.energiesubsidiewijzer.nl. Ook hierbij geldt de lage omzetbelasting van 6% in plaats van de gebruikelijke 19%.
- Zet grote kasten en meubels(banken) tegen de muren, dat heeft ook een isolerende werking.
- U bespaart met deze maatregelen gemiddeld 275 m3 gas per jaar. Gemiddelde besparing per jaar: € 160,-

Breng tochtstrips aan

Veel warmte gaat verloren langs kieren bij ramen, de deuren en de aansluiting met het dak. Met tochtstrips en eventueel een brievenbusborstel voorkomt u dat koude lucht naar binnen waait. Laat ook de post niet onnodig lang in de open brievenbus zitten. Gemiddelde besparing per jaar: € 17,-

Maak een tochtportaal bij de buitendeur en plaats ook deurdrangers

Tocht koelt uw huis ernstig af in de winter en laat warmte ontsnappen. Dat betekent dat de cv-ketel harder moet werken om uw woning op temperatuur te houden. Sluit bij een open trap het trapgat af met bijvoorbeeld een deur of gordijn. Met automatische deursluiters voorkomt u dat uw deuren onnodig (lang) open blijven staan en zo veel warmte verloren gaat. Gemiddelde besparing per jaar: € 16,-

Verwarm niet onnodig ruimtes

- Zet de verwarming 's nachts altijd lager. Ook als u het huis voor langere tijd verlaat kan de verwarming op 13 tot 15 graden gezet worden. Slimme thermostaten kan men vooraf instellen.
- Gebruik in slaapkamers thermostaatkranen, opdat u de temperatuur daar apart kan regelen.

Vervang een 'gewone' cv door een HR-ketel

- HR-ketels verwarmen de woning zuiniger, zonder gas te verpillen. Oude cv ketels verspillen ongeveer tussen de 15 en 30 % van het gas. Bij de moderne HR 107 ketels is deze verspilling maar enkele procenten gas.
- Door een geregeld onderhoud van uw cv-ketel bespaart u 7-8% op uw gasverbruik. Een nieuwe hr-ketel bespaart u al gauw 15% op uw gasverbruik. Gemiddelde besparing per jaar: € 172,-

HR++ dubbel glas

- Er bestaan verschillende soorten dubbel glas. HR++ glas isoleert van alle soorten dubbelglas het best.
- Dubbel glas aanbrengen dient gedaan te worden door vakmensen. Vaak wordt dit gecombineerd met het meteen plaatsen van nieuwe kozijnen.
- HR++ dubbel glas houdt uw woning veel beter warm. Bovendien houdt HR++ dubbel glas meer geluid buiten en binnen.
- Er bestaat subsidie voor HR++ dubbel glas. De subsidie bedraagt € 35,- per m² met een maximum per woning van € 1.100,-. Ook hierbij geldt voor het plaatsen van HR++ dubbel glas het lage omzetbelasting tarief van 6% in plaats van 19%.
- HR++ dubbel glas isoleert vijf keer beter dan gewoon enkel glas. U heeft geen last meer van kou en tocht. Gordijnen zorgen voor de extra isolatie. Sluit om die reden 's avonds de gordijnen. Gordijnen houden 's zomers ook de zon en de warmte buiten. Zo blijft het koel in uw huis. HR++ dubbelglas bespaart u op jaarbasis tussen de 50 en 250 m³ gas wat neerkomt op € 87,- aan stookkosten.

Breng voorzetramen aan in uw woning

Wanneer u enkel glas heeft in uw woning, kunnen voorzetramen u veel energie besparen. U kunt kiezen uit voorzetramen van glas of van kunststof. Hoe breder uw spouw en hoe dikker het glazen voorzetraam, hoe meer effect de voorzetramen zullen hebben. Scharnierende voorzetramen zijn erg praktisch bij het schoonmaken van de spouw.

- Tips voor het eventueel zelf aanbrengen van voorzetramen:
U kunt zelf voorzetramen aan de binnen- of buitenzijde plaatsen. Voorzetramen van het materiaal kunststof kunt u alleen aan de binnenzijde plaatsen.
- Ventileer de ruimte goed tussen de ruiten met buitenlucht, bijvoorbeeld door het aanbrengen van gaatjes van ongeveer een halve centimeter. Om vervuiling te voorkomen, stopt u de gaatjes altijd dicht met een propje mineraalwol.
- Let op! De afdichting tussen binnenlucht en de spouw moet goed zijn, anders kan er condensvorming optreden in de spouw. Let hier voornamelijk op wanneer u het voorzetraam aan de binnenzijde plaatst. Deze maatregelen besparen u gemiddeld: €44,- per jaar.

Zet de thermostaat een graadje lager

- Het verlagen van de kamertemperatuur met 1 graad, bespaart u 5% op uw gasverbruik voor uw verwarming.
Zet de verwarming altijd uit in kamers die niet worden gebruikt en sluit de deur.
- Zet de thermostaat op de aller laagste stand als u overdag weg bent.
- Het zuinigste stookt u met een zogenaamde klokthermostaat, die u zelf kunt programmeren.
- Als u eventjes buiten de deur bent, heeft het geen zin de verwarming helemaal uit te zetten. Het opnieuw opwarmen van de woning vraagt namelijk meer energie dan het op peil houden van de temperatuur. Pas als u echt meer dan drie uur van huis bent, heeft het zin om de thermostaat lager in te stellen. Besparing: €58,- per jaar.

Breng goede vloerisolatie aan

Vloerisolatie draagt vooral bij aan comfortverbetering binnen uw huis, omdat de vloer minder koud aanvoelt. Hierdoor kunt u de verwarming een graadje lager zetten. De vloerisolatie zelf levert u al gauw een besparing op van 80 tot 150 m3 gas per jaar. Dit komt neer op een gemiddelde besparing van: €70,-

Schaf vloerverwarming aan

Vloerverwarming ontwikkelt namelijk warmte op het laagste punt van uw kamer. De 'gevoelstemperatuur' ligt daardoor hoger dan bij een cv-radiator. Gemiddelde besparing: €35,- per jaar.

2 D. Bespaar door het Isoleren van uw leidingen

Veel warmte gaat verloren via uw cv-leidingen. Dit vindt vooral plaats in ruimtes die niet verwarmd worden. De leidingen staan hun warmte af aan de omgeving. Men kan dit voorkomen door isolatie van deze leidingen. Zorg voor een sluitende afdichting van het kruipruik en de doorvoer van leidingen die uit uw kruipruimte komen.

Met het isoleren van cv-leidingen bespaart u makkelijk veel energie. Per meter leidingisolatie bespaart u 3 m³ gas per jaar. Dit komt neer op een besparing van € 1,60 per meter leidingisolatie.

Het is aan te raden warm water leidingen niet isoleren. Dit vergroot namelijk de kans op legionella bacteriën.

Waar kan men leidingen isoleren?

Kruipruimtes, een onverwarmde zolder, een kelder of een onverwarmde bijkeuken.

Waarmee kan men leidingen isoleren?

In de bouwmarkt zijn isolatiematerialen verkrijgbaar, waarmee u cv-leidingen kunt isoleren. U kunt kiezen voor rollen minerale wol of kant en klare isolatiebuizen van kunststof schuim. Die legt u zo om de leidingen heen.

Er bestaan isolatiebuizen die met tape dichtplakt dienen te worden, of ze sluiten met een zwaluwstaartverbinding, of ritssluiting. De isolatiebuizen bestaan er in verschillende diktes. Meet voor u naar de bouwmarkt gaat welke dikte en hoeveel meter u nodig heeft.

Leidingen die vlak naast elkaar lopen kunt u samen isoleren met een stuk glas- of steenwol. Bevestig het isolatiemateriaal met tape, ijzerdraad of spanbandjes (tie ribs).

2 E. Besparen met uw radiatoren

A. Radiatorfolie

Plak radiatorfolie achter uw radiatoren. U bespaart daarmee al snel € 27,- per jaar. Radiatorfolie zorgt ervoor dat de warmte langer in huis blijft hangen. Hoe radiatorfolie bevestigd dient te worden is eenvoudig te Googlen. Radiatorfolie koopt u al voor minder dan € 15,-.

B. Radiatoren dienen de ruimte te hebben

Zorg er altijd voor dat radiatoren niet verstopt zitten achter gordijnen of bijvoorbeeld een bank.

Als er iets vóór de radiator staat kan de warmte namelijk niet goed weg. De te verwarmen ruimte wordt zo niet goed warm. Uw ketel blijft maar stoken, waar u een hoop energie mee verspilt.

C. Zet uw Verwarming 's nachts lager

Zet uw verwarming 's nachts op een **lagere** temperatuur. Men denkt vaak dat dit geen energie bespaart. Het zou namelijk veel energie kosten om het huis 's morgens weer warm te krijgen. Dit is echter onjuist. Zet de verwarming 's nachts daarom dus op 13 tot 15 graden.

Wilt u nog wat extra besparen? Zet de verwarming dan al een uur voordat u naar bed gaat lager. Uw besparing daarmee bedraagt per jaar € 32,-

D. Gebruik thermostaatkranen

Met thermostaatkranen op uw radiatoren regelt u per verschillende kamer de temperatuur.

U bespaart daarmee energie. Is de gewenste temperatuur bereikt in een kamer, dan sluit de thermostaatkraan de radiator af.

Er bestaan ook thermostaatkranen met een klok. Deze kunt u vooraf instellen.

Thermostaatkranen kunnen in elke kamer gebruikt worden, met uitzondering van de kamer waar de centrale thermostaat hangt. Gemiddelde besparing per jaar: € 18,-

E. Gebruik bij voorkeur geen elektrische radiatoren

Een elektrische radiator gebruikt enorm veel stroom. Gebruik dit apparaat daarom altijd zo weinig mogelijk. Een elektrische radiator verbruikt al gauw 125 kWh. Uw besparing daarmee bedraagt per jaar gemiddeld: € 25,-

3. Duurzaamheid



3 A. Duurzaam leven

Duurzaam leven, er is al veel mogelijk

Onbewust maakt u al gebruik van zonne-energie. Uw huis warmt namelijk op door de zon die via uw ramen het huis binnenkomt. Heeft u veel ramen met HR+++-dubbel glas in huis, dan maakt u helemaal goed gebruik van deze zonnewarmte, vooral met veel ramen op het zuiden. Zorg altijd wel voor goede zonwering. Zo wordt het in de zomer niet té warm binnen.

Zonnepanelen

Dankzij subsidie van de overheid, maar ook de gemeentelijke subsidies wordt het aanschaffen van zonnepanelen steeds aantrekkelijker. Door de huidige technische ontwikkelingen worden zonnepanelen bovendien steeds goedkoper.

Zonneboiler

Met een zonneboiler kunt u kraanwater verwarmen. Er bestaan ook zonneboilers die ook uw huis kunnen verwarmen. U bespaart met een zonneboiler de helft aan energie voor warm water. Gemiddeld komt dit neer op een besparing van: €117,- per jaar.

Zonnecelfolie

Zonnecelfolie valt onder de categorie zonnepanelen, alleen zijn ze gemaakt van flinterdun plastic. De folie is buigzaam en flexibel. Hierdoor is het op allerlei oppervlakten te gebruiken zoals daken, gevels, zonweringen en geluidsschermen. Technologie omtrent zonnecelfolie is nog in ontwikkeling. Het is nog niet te koop voor consumenten.

Zet de thermostaat tijdig op de nachtstand

Een uur voordat u naar bed gaat de thermostaat laagzetten bespaart 4% op uw gasverbruik voor de verwarming. De kamer blijft uit zich zelf nog warm. Gemiddelde besparing per jaar: €47,-

Sluit een tijdschakelaar aan op uw boiler

Met een boiler heeft u het gemak van direct warm water. Dit houdt echter wel in dat een boiler om de zoveel tijd inschakelt om dit water (voor) te verwarmen. Met een tijdschakelaar reguleert u dit. Handig voor 's nachts, of als u met vakantie gaat. Het bespaart u gemiddeld op jaarbasis: €14,-

Vervang het leertje van een kraan die druppelt

Een lekkende kraan lekt al gauw 2000 liter water per jaar. Zonde! Met de vervanging van het leertje is dit al snel verholpen.

Uitschakelen waakvlam van de boiler

Schakel de waakvlam van de boiler alleen uit als u met vakantie gaat. Het verbruikt namelijk niet heel veel gas. In de winter dient u wel te letten op bevroeringsgevaar.

Maak als het kan gebruik van uw laagtarief

Heeft u een dubbeltarief meter in huis?

Maak hier dan gebruik van! Gebruik energie slurpers als wasmachines, wasdrogers en vaatwasser tijdens de daltarief periodes. Controleert u wel goed of bij u het dubbeltarief gerekend wordt. In sommige plaatsen in Nederland worden standaard dubbeltarief meters geplaatst, maar wordt toch een enkel tarief berekend. U kunt het dubbeltarief terug vinden op uw energienota. U kunt de laagtarief uren navragen bij uw energie leverancier. Deze verschillen namelijk ook van plaats tot plaats. Het gebruik van een laagtarief levert u jaarlijks gemiddeld een besparing op van: €67,-

Dakpannen als zonnepanelen

Ze zijn bijna onzichtbaar, kleine zonnepaneeltjes verwerkt in dakpannen. In plaats van zonnepanelen op het dak te plaatsen, plaats of vervangt u de dakpannen. Het behaalde rendement is even hoog als gewone zonnepanelen.

Verwarm of koel uw huis met hulp van de bodem, water of lucht

Met een warmtepomp kunt u warmte halen uit de lucht, de bodem of uit water. Deze vorm van warmtebron is onuitputtelijk. De warmtepomp is geschikt om huizen te verwarmen of te koelen.

HRe-ketel

Er wordt op dit moment al flink geëxperimenteerd met de HRe ketel. Dit is DE cv ketel van de toekomst. De HRe ketel wekt zowel warmte als elektriciteit op en gaat daarbij heel zuinig met energie om.

Besparen op warmte

De gewone cv ketel heeft zijn beste tijd al gehad. Er zijn al allerlei andere manieren om duurzaam water op te warmen, of om uw huis te verwarmen. Niet alleen goed voor het milieu, maar ook voor uw portemonnee!

De overheid doet z'n best om het gebruik van duurzame energie te stimuleren. Voor duurzame warmte systemen is daarom vaak subsidie gereserveerd.

1. Zonneboiler: bespaart 50 % op warm water
2. Warmte terugwinning in uw douche
3. Warmtepomp: Creëert jarenlang zuinig verwarmen

1. Zonneboiler: bespaart 50 % op warm water

De bekendste manier om duurzaam warm water te maken is met de zonneboiler. Of te wel warm water maken met hulp van de zon.

Een zonneboiler werkt met een zonnecollector. Deze bevindt net als een zonnepaneel op uw dak. Zonlicht verwarmt zo een vloeistof in de zonnecollector.

Deze vloeistof verwarmt vervolgens weer warm water in een voorraadvat. Is het water nog niet warm genoeg? Dan verwarmt de cv-ketel het water door bij te springen. U heeft dus naast een zonneboiler altijd een cv-ketel nodig.

Een zonneboiler is het meest interessant voor een groot gezin. Een gezin van 5 personen zal met een zonneboiler 300 m³ gas minder gebruiken, wat neerkomt op een besparing van € 156,- per jaar.

Wel gaat uw stroomgebruik omhoog. Een zonneboiler gebruikt namelijk een elektrische pomp om het water naar de collector op het dak te pompen. De kosten voor deze stroom zijn ongeveer € 40,- per jaar.

Zonneboilers kosten ongeveer € 2000,- tot € 4000,- zonder de aanschaf van een cv-ketel.

Tip: Wilt u een zonneboiler aanschaffen? Schaf deze aan op het moment dat u ook uw cv ketel vervangt. Dan kunt u meestal een goede combi prijs krijgen. Via deze weg, zullen de zonneboiler en de cv ketel goed op elkaar aansluiten.

Een zonneboiler heeft nu nog een vrij lange terugverdientijd. De verwachting is dat de energieprijzen in de toekomst zullen stijgen. De aanschaf van een zonneboiler wordt daardoor steeds interessanter.

2. Warmte terugwinning in uw douche

Een nieuw superslim snuffje is warmte terugwinning in uw douche. Deze installatie haalt warmte uit het douchewater dat wegstroomt. Met deze warmte wordt weer koud leidingwater verwarmd. De cv hoeft op die manier minder hard te werken om het water op te warmen.

Gaat u de badkamer verbouwen, dan is investeren in warmte terugwinning de moeite waard. Kanttekening, dit geldt alleen als u een groot gezin heeft dat veel warm water gebruikt.

Momenteel wordt warmte terugwinning in de douche nog nauwelijks toegepast. Er zijn wel al verschillende systemen te koop. Ze kosten tussen de € 500,- en € 700,-

3. Warmtepomp: Creëert jarenlang zuinig verwarmen

Een warmtepomp maakt gebruik van bodemwater of buitenlucht om uw huis te verwarmen. Met de warmtepomp kunt uw huis koel houden in de zomer. De meeste warmtepompen worden nu nog geplaatst in kantoorgebouwen of industrie gebouwen.

Warmtepompen zijn erg prijzig. Ze verwarmen echter wel 25 tot dertig jaar lang op een duurzame manier. In nieuwbouwwijken ziet men steeds vaker het gebruik van warmtepompen.

In nieuwbouwprojecten kan men een warmtepomp binnen vijf tot zes jaar terug verdienen.

Er zijn ook warmtepompen die ook kunnen koelen. Men heeft dan dus verwarming en airco in één.

Tip: Een warmtepomp is op dit moment alleen echt interessant voor nieuwbouwwoningen. Een warmtepomp laten plaatsen in een bestaande woning kunt u momenteel namelijk nog niet terugverdienen.

Voor een warmtepomp die gebruik maakt van bodemwater moet ook geboord worden. Daarvoor is tevens een vergunning van de gemeente nodig.

In 'normale' woningen is een HR 107 ketel momenteel een beter optie dan een warmtepomp. De warmtepomp is nog zo in ontwikkeling. In de toekomst bij hogere energieprijzen wordt deze waarschijnlijk wel veel interessanter.

Hoe werkt een waterpomp?

Bodemwater of buitenlucht stroomt langs een speciale vloeistof in de warmtepomp. Deze vloeistof neemt vervolgens warmte op uit het bodemwater of de buitenlucht.

De pomp perst vervolgens de vloeistofdamp samen. Hierdoor stijgt de druk en ook de temperatuur. De gecreëerde warmte wordt vervolgens langs waterleidingen van een verwarmingssysteem geleid.

KostenScan.nl[®]

Wanneer grondwater de warmtebron is, pompt de warmtepomp grondwater omhoog. Vervolgens wordt de warmte uit het water gehaald. Het afgekoelde water wordt daarna weer teruggepompt.

Andere warmtepompsystemen hebben een speciale collector op het dak nodig. Ze nemen daar warmte door op uit de buitenlucht.

Hoog rendement

De warmtepomp zelf draait op elektriciteit of gas. De hoeveelheid energie die daarvoor nodig is, is echter veel minder dan bijvoorbeeld voor een cv ketel. Er gaat namelijk nauwelijks energie verloren.

4. Apparaten



4 A. Verminder sluipverbruik van apparaten

Apparaten verbruiken stroom als ze niet gebruikt worden, maar de stekker wel in het stopcontact zit. Dit wordt stand-by verbruik of sluipverbruik genoemd. Deze vorm van verspilling kunt u simpel voorkomen. U bespaart hiermee per jaar al snel € 35,-

De top 5 sluipverbruikers

De top 5 van grootste sluipverbruikers bestaat uit veelgebruikte apparaten:

- | | |
|----------------------------------|-----------------|
| 1. Computer en randapparatuur: | € 33,- per jaar |
| 2. Tv, video, dvd-speler: | € 15,- per jaar |
| 3. Koffiezetapparaten: | € 6,- per jaar |
| 4. Tuner, versterker, cd-speler: | € 6,- per jaar |
| 5. (Combi) magnetron: | € 4,- per jaar |

Sluipverbruik is simpel te voorkomen!

Trek de stekker eruit of plaats een stand-by killer

Trek de stekker eruit als u een apparaat niet gebruikt, of plaats stand-by killers, of doordrukstekkers. Doordrukstekkers zijn enkelvoudige of meervoudige stekkers met een knop. Door de knop uit te zetten schakelt u bijvoorbeeld een hele groep apparaten (tv, dvd, Nintendo) in één keer uit. Dit is ook handig als de aan/uit knop van een apparaat op een onhandige plek zit.

Stand-by killer met een lichtknop

Er bestaan stand-by killers met een verlichte rode of oranje knop. Zo ziet u snel of het apparaat helemaal uit is of niet. Met het verminderen van stand-by verbruik bespaart u €35,- per jaar.

Klokje op de combi magnetron nodig?

Vraagt u zichzelf eens af of u het klokje op de (combi) magnetron echt nodig heeft? Zo niet, trek dan de stekker eruit als u de magnetron niet gebruikt. U bespaart hiermee €4,- per jaar.

Mobieltje opgeladen, oplader eruit

Haal de oplader uit het stopcontact als uw mobiel opgeladen is. Deze verbruikt namelijk stroom zolang hij in het stopcontact zit.

Klik aan klik uit

KlikAanKlikUit is een systeem waarmee u verlichting, apparaten, of zonwering draadloos aan of uit kunt schakelen. U kunt er ook verlichting mee dimmen. KlikAanKlikUit functioneert met zenders en ontvangers. Aan en uit schakelen gaat makkelijk met een afstandsbediening, of met een wandschakelaar. Of u kunt ook kiezen voor automatisch met een timer, bewegingsmelder of schemersensor.

Kruimeldief en elektrische tandenborstel

Ook apparaten met een oplader, zoals de kruimeldief of elektrische tandenborstel zorgen voor sluipverbruik als u de stekker niet uithaalt. Haalt u dus de stekker van de oplader uit het stopcontact als u hem lang niet gebruikt. Een kruimeldief sluipverbruikt ongeveer 15 kWh per jaar, ofwel €3,- Een elektrische tandenborstel sluipverbruikt ongeveer 5 kWh per jaar ofwel €1,-

Zet tijdens het downloaden het beeldscherm uit

Het beeldscherm verbruikt stroom. Tijdens het downloaden van muziek of films heeft u dit beeldscherm niet beeld nodig. Zet uw beeldscherm daarom uit en bespaar daarmee energie. U bespaart hiermee €8,- per jaar.

Leeg regelmatig uw stofzuigerzak

Met een volle stofzuigerzak heeft een stofzuiger minder kracht. Met een legere stofzuigerzak bereikt u sneller een schoner resultaat en verbruikt daardoor minder energie.

4 B. Energieverbruik van uw tv

Hoeveel uw tv verbruikt hangt af van een aantal dingen

- Hoe groter uw tv, hoe meer energie hij verbruikt.
- Hoe groter de helderheid en het contrast van uw tv, hoe meer hij verbruikt. Dit kunt u instellen.
- Ontvangt uw plasma tv ook HD (High Defenition)? Dan zal hij meer energie verbruiken. LCD tv's die HD ontvangen gebruiken **niet** méér energie.
- Enkele tv's kunnen niet écht uit. Dan gaat alleen het lampje van de aan/uit knop uit. De tv blijft echter wel op stand-by staan. Hij verbruikt dan dus nog steeds energie.
- De ontvanger van digitale tv verbruikt extra energie.
- Er bestaat veel verschil tussen de fabrikanten en typen tv's. Vraag hier eventueel naar als u een nieuwe tv aanschaft

Hieronder kunt u het energieverbruik van verschillende tv's bekijken. Uitgangspunt is dat de tv elke dag gemiddeld 4 uur aan staat en 20 uur op stand-by.

Diameter scherm in inch	Vermogen	Gemiddeld energieverbruik	Kosten per jaar
42	140 - 300 Watt Gemiddeld 220 Watt	330 kWh	€ 73,-
40	+/- 200 Watt	300 kWh	€ 66,-
32	90 - 160 Watt Gemiddeld 125 Watt	190 kWh	€ 42,-
26	70 - 140 Watt Gemiddeld 100 Watt	155 kWh	€ 34,-

Voorkomen van Stand-by verbruik: € 35,-

De randapparatuur van uw tv verbruikt stroom, ook als deze niet gebruikt worden. Dit wordt ook wel stand-by verbruik of sluipverbruik genoemd. Het sluipverbruik van een decoder ligt bijvoorbeeld rond de 71 kWh per jaar, ofwel € 16,- per jaar. Gebruik bijvoorbeeld een stand-by killer om alle apparatuur in één keer uit te zetten.

Verlagen van helderheid en contrast: €32,-

Helderheid en contrast kunt u na aankoop opnieuw instellen. De fabrieksinstelling staat meestal ingesteld op veel helderheid en contrast. Opnieuw instellen kunt u dus het beste doen in een wat donkere kamer. U kunt hiermee per jaar 146 kWh besparen.

HD ontvangst: €18,-

Plasmaschermen die HD kunnen ontvangen verbruiken ongeveer 80 kWh ofwel €18,- meer dan schermen die dat niet kunnen.

Digitale televisie: €19,- tot €28,-

Voor digitale televisie heeft u een digitale ontvanger nodig. Deze ontvangers verbruiken 10 tot 37 Watt als ze aanstaan. Het stand-by verbruik ligt ongeveer op 10 Watt. Het jaarlijkse energieverbruik ligt op 88 tot 127 kWh wat neer komt op: €19,- tot €28,-.

LCD- TV: €37,-

Het energie verbruik van een plasma tv ligt bijna vier keer zo hoog dan een normale televisie. Bij een LCD-TV ligt het verbruik op 50% meer dan een normale televisie. De aanschaf van een LCD-TV is dus een zuinige optie als u een plat beeldscherm wilt aanschaffen.

4 C. Energieverbruik van uw computer

Schaf een plat beeldscherm aan voor uw pc: €23,-

Een plat beeldscherm verbruikt minder energie dan de monitoren van oude 'klassieke' computers.

Schaf een laptop aan: €3,-

Een laptop verbruikt minder stroom dan een pc. Dit komt door het platte beeldscherm van een laptop. De meeste laptops zijn ontworpen om lange tijd op batterijspanning te kunnen werken. Dit scheelt u energie ten op zich te van een pc die altijd met het stopcontact verbonden dient te zijn. Wacht u niet te lang met de aanschaf van een nieuwe laptop. Naarmate ze ouder worden, gaan de batterijen minder lang mee en moeten ze eerder aangesloten worden op netstroom.

Gebruik geen bewegende screensavers: €4,-

Men denkt altijd dat screensavers energie besparend werken. Dit is echter een fabeltje. Bewegende screensavers verbruiken vaak meer energie dan de meeste tekstverwerker programma's.

4 D. Energieverbruik van uw waterbed

Bespaar op het energieverbruik van uw waterbed € 76,-

Een waterbed gebruikt veel stroom. Een softside waterbed verbruikt 's nachts ongeveer 250 kWh en overdag ongeveer 450 kWh stroom. Overdag werkt een waterbed als een dure verwarming van uw slaapkamer.

Bespaar op dit onnodige energieverbruik:

- Zet het waterbed altijd overdag uit
- Dek het waterbed goed af zodat u 's avonds minder stroom verbruikt om het waterbed op te warmen
- Breng een isolerende laag tussen uw bed en de vloer aan

4 E. Energieverbruik van videogame consoles

Videogame consoles

Hoeveel stroom gebruiken die game consoles?

Console	Verbruik tijdens het gamen	Verbruik per jaar bij 2 uur gamen per dag en een half uur stand-by
Wii	17 Watt	€ 6,-
XBox 360	177 Watt	€ 37,-
Playstation 3	286 Watt	€ 38,-

Bij computers is het vermogen van de grafische kaarten van invloed op het verbruik. Hoe hoger dit vermogen, hoe meer verbruik. Voor videogames zijn steeds meer geavanceerde grafische kaarten nodig. Voorbeeld: Een geavanceerde gamecomputer kost bij ongeveer 2 uur gamen per dag ongeveer € 37,- per jaar.

Oudere consoles

De oudere consoles hebben een lager vermogen. Ze verbruiken daardoor minder stroom dan de nieuwere versies

Console	Vermogen
Playstation 1	6 Watt
Playstation 2	30 Watt
XBox	70 Watt

Stand-by sluipverbruik

De spelcomputers verbruiken uiteraard ook in de stand-by stand stroom. Bent u klaar met gamen? Zorg dan dat de spelcomputers helemaal uit gaan. Met een stekkerblok met aan/uit knop zet u in één keer zowel de tv als de spelcomputer uit.

Nintendo DS

De Nintendo DS draait op oplaadbare batterijen. Helemaal opladen neemt ongeveer 3 uur in beslag. De lengte in speeltijd hangt af van de helderheid van het scherm. Bij een lage helderheid speelt u langer dan bij een hoge helderheid. Bij een minimale helderheid bedraagt deze 15 tot 19 uur, bij de hoogste helderheid ongeveer 5 tot 8 uur. Trek ook hierbij na het opladen de stekker uit het stopcontact. De oplader verbruikt namelijk ook stroom zolang hij in het stopcontact zit.

4 F. Besparen op koelen en vriezen

Binnen elk huishouden wordt ongeveer 17% van de elektriciteit voor koelen en vriezen verbruikt. Dat komt neer op ongeveer 590 kWh per jaar ofwel € 130,-. Met een paar tips kunt u dus al snel behoorlijk op uw energierekening besparen.

Wat zijn de kosten van koelen en vriezen?

Apparaat	Gemiddeld verbruik per jaar	Kosten per jaar
Koelkast met vriesvak met C-label	387 kWh	€ 85,-
Tweedeurs koel-vriescombinatie met A-label	344 kWh	€ 76,-
Diepvrieskist met A-label	269 kWh	€ 59,-
Koelkast met vriesvak met A-label	236 kWh	€ 52,-
Koelkast zonder vriesvak met A-label	154 kWh	€ 34,-
Energiezuinige A++ koelkast met vriesvak	129 kWh	€ 28,-

Tips voor zuiniger gebruik van uw koelkast en vriezer

1. Juist plaatsen van de koelkast of vriezer
2. Het Onderhoud van de koelkast of vriezer
3. Opletten met een oude tweede koelkast
4. Zetten van Warme en koude etenswaren in de koelkast
5. Advies bij de aankoop van een koelkast of vriezer
6. Koop een nieuwe koelkast
7. Houd de koelkast zo kort mogelijk open
8. Temperatuurinstelling
9. Houd een koelkast altijd recht bij verhuizing
10. Kies altijd een koelkast op maat

1. Juist plaatsen van de koelkast of vriezer

Zorg voor de juiste plaats voor een koelkast of vriezer. Plaats deze niet naast de verwarming of de oven. Dit verhoogt namelijk het energieverbruik. Plaats de koelkast of vriezer helemaal recht, dus waterpas. Wanneer de koelkast namelijk scheef staat kan de deur ontzet raken. Door het zo ontstaan van kieren kan koude lucht uit de koelkast ontsnappen. Dat verhoogt uiteraard het energieverbruik. Zorg er altijd voor dat het rooster aan de achterkant van de koelkast of vriezer vrij blijft. Dit rooster zorgt namelijk voor de afvoer van warmte. Als de koelkast de warmte slecht kwijt kan, verbruikt hij beduidend meer energie.

2. Het onderhoud van de koelkast of vriezer

Zorg ervoor dat u de koelkast, het vriesgedeelte of uw vriezer regelmatig ontdooit. IJs in de koelkast of vriezer verhoogt namelijk het energieverbruik. Handig: Ontdooi uw vriezer als het buiten vriest. dan kunt u de producten uit de vriezer buiten leggen terwijl de vriezer ontdooit. Er zijn ook koelkasten en vriezers te koop die zelf automatisch ontdooien. Deze zijn echter wel iets duurder. Stof de koelkast ook als het kan aan de achterkant af en toe af. Een dikke laag stof op de koelkast verhoogt namelijk het energieverbruik. Controleer regelmatig de rubber sluitingen in de deur van de koelkast. Als deze niet meer goed sluiten, lekt de koelkast koude lucht weg. Dit verhoogt uiteraard het energieverbruik.

3. Opletten met een oude tweede koelkast

Veel mensen hebben een tweede oude koelkast in de bijkeuken of garage staan. Deze gebruiken ze vaak alleen voor extra opbergruimte of producten koud te houden voor feestjes. Vaak zijn dit soort oude koelkasten enorme energieverbruikers. Zet hem daarom uit als je hem niet gebruikt. Of vervang hem door een zuinigere nieuwe koelkast. Dit bespaart u al snel € 50,- tot € 90,- per jaar.

4. Zetten van warme en koude etenswaren in de koelkast

Ontdooit u etenswaren uit de vriezer? Doe dit dan in de koelkast. De koelkast maakt namelijk gebruik van de kou van het bevroren product. U heeft zo dus minder stroom nodig. Zet nooit erg warme etenswaren in de koelkast. Laat ze eerst afkoelen alvorens ze in de koelkast te plaatsen. Dit bespaart een hoop energie.

5. Advies bij de aankoop van een koelkast of vriezer

- Kies altijd voor een energiezuinig apparaat. De zuinigste apparaten hebben allemaal een AA++ label. De meeste nieuwe koelkasten en vriezers bezitten een A-label
- Neem een koelkast of vriezer die qua grootte bij uw huishouden past. Is uw koelkast of vriezer groter dan u eigenlijk nodig heeft, dan koelt deze voornamelijk lucht. U verspilt zo energie
- Let op de juiste klimaatklasse. De klimaatklasse geeft aan bij welke omgevingstemperatuur de koelkast of vriezer het beste functioneert. Het maakt dus uit of uw koelkast of vriezer in een onverwarmde garage of in een (warme) keuken staat
- Informeer eens naar een koelkast of vriezer met automatisch ontdooien

6. Koop een nieuwe koelkast

Koelkasten verbruiken steeds meer stroom naarmate ze ouder worden. Een oude koel-vriescombinatie waar dagelijks condenswater op staat, verspilt veel energie. De Moderne koelkasten met een energielabel A+ zijn tot wel drie keer zuiniger. Kies altijd een energiezuinige koelkast met een energielabel A+. Besparing: € 30,- per jaar.

7. Houd de koelkast zo kort mogelijk open

Houd de koelkast altijd zo kort mogelijk open. Koude lucht is namelijk zwaarder dan warme lucht. Als u de deur van de koelkast open laat staan, dan stroomt de koude lucht weg. De koelkast moet dan weer op volle toeren bijkoelen.

8. Temperatuur instelling

Stel de koelkast in op 6°C. Kouder hoeft niet. Stel de diepvriezer in op maximaal -18°C. Kouder hoeft niet.

9. Houdt de koelkast altijd rechtop bij verhuizing

Houd koelkasten bij verhuizing altijd rechtop, anders kan het koelsysteem ontregeld raken. Laat het apparaat na de verhuizing 24 uur staan, voordat u het weer aansluit.

10. Kies altijd een koelkast op maat

Kies een koelkast op maat. Een (bijna) lege koelkast verbruikt meer energie dan een gevulde koelkast. Een lege koelkast koelt namelijk sneller af waardoor de koelkast vaker aanslaat.

4 G. Besparen met koken

Met een slimme aanpak kunt u besparen tijdens het koken. De goedkoopste manier van koken is op het moment met gasfornuis met gasoven. Hieronder ziet u de jaarlijkse kosten van verschillende soorten fornuizen

Apparaten	Gemiddeld verbruik per jaar	Kosten per jaar
Gasfornuis	65 m3 gas	€ 34,-
Elektrisch fornuis	Meer dan 530 kWh	Meer dan € 116,-
Keramische kookplaat	530 kWh	€ 116,-
Inductie kookplaat	450 kWh	€ 99,-

De meeste gerechten maakt u het voordeligst klaar op een (gas) fornuis. De magnetron is vooral handig voor kleine porties. De magnetron is ook heel geschikt voor producten die veel vocht bevatten en weinig kookvocht nodig hebben, zoals groenten.

Rijst en pasta hebben bijvoorbeeld veel kookvocht nodig. Deze kun je dan dus beter op het fornuis prepareren. Kook nooit met te grote pannen voor het eten wat u bereidt, of met een te kleine pan voor het kookplaatje. Ook zo gaat er energie verloren. Zet als iets kookt het 'vuur' direct lager, het kookproces zal door blijven gaan en uw eten zal niet minder snel klaar zijn. Gebruikt u een elektrische plaat? Zet

deze dan voortijdig uit, hij zal namelijk nog lang warm blijven. Deze maatregelen besparen u al snel €6,- per jaar.

Kiest u voor kant-en-klare maaltijden? Dan kunt u die het best verwarmen in een magnetron. In de oven warm maken kost namelijk meer energie. U bespaart energie als u pannen gebruikt die niet groter zijn dan nodig is. Gebruik ook niet teveel water om producten in te koken. Houd ook altijd de deksel op de pan als u kookt. Producten die erg lang moeten koken kunnen gekookt worden in een snelkookpan. Dit bespaart tijd en energie.

Kook in een snelkookpan

Met een snelkookpan zijn groenten in de helft van de normale kooktijd gaar. Dit komt door de grote stoomdruk die in de pan ontstaat. In een pan met meerdere lagen kunt u rijst en groente tegelijk gaar stomen. Zo gebruikt u dus één gaspif of kookplaat minder.

Hieronder vindt u de kosten per jaar van onder andere de (combi) magnetron en andere keukenapparaten.

Apparaat	Gemiddeld verbruik per jaar	Kosten per jaar
Beertender	200 kWh	€ 44,-
Combi-magnetron	96 kWh	€ 21,-
Koffiezetapparaat	80 kWh	€ 18,-
Broodbakmachine	75 kWh	€ 17,-
Oven in fornuis	55 kWh	€ 12,-
Magnetron	35 kWh	€ 8,-
Elektrische grill of bakover (losstaand)	21 kWh	€ 5,-
Frituurpan	10 kWh	€ 2,-
Espressomachine	7 kWh	€ 1,50,-

Let u eens op de volgende tips tijdens het koken ter energie besparing:

- Ingevroren producten kunt u de avond voor gebruik al in de koelkast zetten. De koelkast werkt minder hard als er een bevroren product in staat. Opwarmen of bereiden van reeds ontdooide producten kost minder energie dan van bevroren producten
- Een goed afgesloten schaal van vuurvast aardewerk verbruikt minder energie dan een ijzeren of aluminium pan. Gebruikt u wel een vlamverdeler
- Soms is voorverwarmen van de oven overbodig. Het kan altijd korter dan u denkt
- Opwarmen van kant-en-klaar maaltijden kost u vaak minder energie dan het zelf klaarmaken
- Een elektrische kookplaat kunt u al lager draaien voordat het gerecht kookt. Een kookplaat op een lage stand verbruikt 80% minder energie dan op een hoge stand
- Water verwarmen in een waterkoker kost ongeveer evenveel energie als het opwarmen op een gasfornuis
- Zet na gebruik van de oven de deur open. De ventilator gebruikt zo minder energie om de oven af te koelen en uw woning gebruikt de restwarmte

4 G. Denk aan de kleintjes

Kleine apparaten, ze verbruiken misschien wel meer dan u denkt. In de tabel hieronder vindt u een overzicht:

Apparaat	Gemiddeld verbruik per jaar	Gemiddelde kosten per jaar
Aquarium verwarmd 100 liter	500 kWh	€ 110,-
Aquarium met pomp	175 kWh	€ 39,-
Vijverpomp	250 kWh	€ 55,-
Magnetron (combi)	96 kWh	€ 21,-
Koffiezetapparaat	80 kWh	€ 18,-
Broodbakmachine	75 kWh	€ 17,-
Spelcomputer	70 kWh	€ 15,-
Alarminstallatie	70 kWh	€ 15,-

KostenScan.nl[®]

Apparaat	Gemiddeld verbruik per jaar	Gemiddelde kosten per jaar
Stofzuiger	54 kWh	€ 12,-
Magnetron	35 kWh	€ 8,-
Radiowekker (LED-display)	35 kWh	€ 8,-
Waterkoker	34 kWh	€ 7,-
Zonbank	32 kWh	€ 7,-
Deken/dekbed (elektrisch)	29 kWh	€ 6,-
Strijkijzer	24 kWh	€ 5,-
Afzuigkap	15 kWh	€ 3,-
Ventilator (losstaand)	13 kWh	€ 3,-
Espressomachine	7 kWh	€ 2,-
Föhn	11 kWh	€ 2,-
Frituurpan	10 kWh	€ 2,-
Tandenborstel (elektrisch)	5 kWh	€ 1,-

Het precieze verbruik van uw apparaten bij u thuis kunt u meten met een energiemeter.

Vaak staan er tips voor slim gebruik van het apparaat in de handleiding, het is daarom aan te raden deze vooraf te raadplegen.

Van sommige apparaten (rekenmachine, draagbare radio en horloge) bestaan zonne-energie varianten. Sommige apparaten hebben ook een niet-elektrisch alternatief. U kunt denken aan bijvoorbeeld een citruspers of een blikopener.

4 I. Besparen met de vaat

Bespaar tips voor de vaatwasser

- Voorspoelen is helemaal niet nodig. Daarmee verspilt u alleen maar energie. Haalt u wel van te voren de etensresten van de borden af
- Is de vaat niet erg vuil? Gebruik dan bijvoorbeeld het eco-programma van de vaatwasser. Dit programma verbruikt minder energie
- Zet de vaatwasser pas aan als hij echt vol is
- De laagste temperatuur op het apparaat is prima als de vaat niet al te vuil is
- Controleer regelmatig de filter onderin de vaatwasser. Als de filter schoon is, blijft de vaatwasser namelijk goed werken

Zuinigere vaatwasser kopen

Koopt u een nieuwe vaatwasser, kiest u er dan één met een zuinig energielabel. Energielabel A/AAA/AAB zijn bijvoorbeeld zuinige labels. Tussen de vaatwassers met energielabel A bestaan echter nog grote verschillen. Vergelijk de energielabels van de verschillende vaatwassers dus goed. De meeste energie die een vaatwasser verbruikt is bij de opwarming van het afwaswater. Gemiddeld verbruikt een normale vaatwasser 300 kWh per jaar. Een A label gerelateerde vaatwasser, verbruikt 60 kWh per jaar minder. Dit komt neer op een besparing van € 12,- per jaar.

Soort vaatwasser	Verbruik per wasbeurt	Verbruik per jaar	Kosten per jaar
Gewone A-label vaatwasser	1,4 kWh	300 kWh	€ 66,-
Zuinige A-label vaatwasser met eco-programma	0,8 kWh	175 kWh	€ 39,-

Wat is zuiniger de vaatwasser of met de hand afwassen?

Afwassen met de hand is vaak zuiniger dan de vaatwasser. De vaatwasser gebruikt namelijk vier keer meer energie dan een afwasje met de hand. Als u alle vaat vóór de handafwas afspoelt met heet water, dan is de vaatwasser zuiniger. De vaatwasser is ook zuiniger als u gebruikt maakt van een close-in boiler, of als u afwast onder een lopende kraan. Wast u wel altijd af met een teiltje, niet onder de lopende kraan. Dit bespaart u op jaarbasis al gauw € 20,-

Zonneboiler

Heeft u een zonneboiler en wast u af met de hand? Dan wast u af op de meest zuinig manier. De zon zorgt namelijk voor het opwarmen van het water.

Hot-fill

De zuinigste vaatwasser is een zogeheten hot-fill vaatwasser. Een hot-fill vaatwasser is aangesloten op de koud- en warm water kraan. Het water wordt opgewarmd met gas in plaats van stroom. Dit is veel goedkoper. De resultaten van de hot-fill vaatwasser kunnen echter wel tegenvallen.

4 J. Besparen op wassen en drogen

Besparen op wassen & drogen het kan wel degelijk. Wassen en drogen kost elk huishouden flink wat energie namelijk. In een gemiddeld Nederlands huishouden gaat jaarlijks 500 kWh aan stroom op aan de wasmachine en droger, dat komt neer op € 110,- per jaar.

Er bestaan superzuinige wasmachines en drogers. Ook als u nog niet toe bent aan een nieuwe wasmachine of droger, valt er veel te besparen.

De 4 beste bespaartips:

1. Was altijd op lage temperaturen
2. Was altijd met een volle trommel
3. Hang u was buiten als het mogelijk is
4. Maak gebruik van een eco-wasbol

1. Was altijd met lage temperaturen

De meeste wasmiddelen werken namelijk prima bij lage temperaturen. Hieronder ziet u het energieverbruik bij wassen op verschillende temperaturen. Door was op 40 graden in plaats van 60 graden te wassen, bespaart u 50% aan energie. Dit bespaart u jaarlijks: €26,- en uw textiel blijft er ook nog mooier bij.

Wastemperatuur	Verbruik per wasbeurt	Kosten per jaar bij 4 x per week wassen
15 graden	0,22 kWh	€ 10,-
30 graden	0,35 kWh	€ 16,-
40 graden	0,50 kWh	€ 23,-
60 graden	0,95 kWh	€ 42,-
90 graden	1,6 kWh	€ 73,-

2. Was altijd met een volle trommel

Dit scheelt uiteraard veel energie en water. Veel wasmachines bezitten bovendien een zuinig was programma. Het wassen duurt dan wel langer. Vuile was kunt u doordat het langer de tijd neemt toch op een lagere temperatuur wassen.

3. Hang uw was buiten als het kan

Hangt u de was vijftig keer per jaar buiten, dan bespaart u dat al €25,- per jaar.

4. Gebruik altijd een eco-wasbol

Met een eco wasbol wast u op lagere temperatuur met een klein beetje waspoeder. Mineralen in de bol zorgen voor een verhoging van de PH-waarde van het water. Dit doet wasmiddel namelijk ook. U kunt daardoor 80% minder waspoeder gebruiken. U kunt de bol gewoon bij uw was stoppen en hij doet z'n werk vanzelf. De bol gaat ongeveer 1000 wasbeurten mee.

Zijn er nog meer tips met betrekking tot energie besparen bij het wassen?

Zuiniger wassen

- Controleer regelmatig de rubber manchet van uw wasmachine. Als hier scheurtjes in komen krijgt u lekkage namelijk. Dit kan leiden tot energieverspilling
- Laat na het wassen de deur van de wasmachine altijd open tot de rubber manchet droog is
- Heeft u een klein wasje? Gebruik dan altijd spaarstand van uw wasmachine

Zuiniger drogen

- De droger werkt beter in een ruimte die u goed kunt ventileren
- Als de afvoerslang van de droger korter is, verbruikt dat minder energie dan bij een langere afvoerslang
- Maak na iedere droogbeurt de pluizenzeef schoon
- Leeg bij een condensdroger na iedere droogbeurt het waterreservoir
- Gaat u de was nog strijken? Dan gaat dat makkelijker als de was nog niet geheel gedroogd is. Strijkdroog is in dat geval droog genoeg
- Een droogprogramma is meestal zuiniger dan wanneer u een bepaalde tijd instelt
- Was die eerst goed gecentrifugeerd is, droogt sneller. Schaf dus een wasmachine aan met een hoog centrifugeertoerental. Deze zuiniger drogen tips kunnen u al een besparing van € 30,- per jaar opleveren

Af en toe heet wassen is niet erg

- Overigens is het aan te raden om af en toe toch heet te wassen. Dit doodt namelijk alle bacteriën beter. Was bijvoorbeeld vaatdoekjes/ katoenen luiers af en toe op 60 graden. U voorkomt er ook mee dat uw wasmachine muf gaat ruiken. Ook in het geval van ziekte en allergie is het aan te raden om op 60 graden te wassen. Huisstofmijt maakt u zo bijvoorbeeld onschadelijk.

Hieronder ziet u een tabel met de kosten per verschillend type wasdroger. We gaan uit van gemiddelde van 155 droogbeurten per jaar.

Type droger	Prijs	Energiekosten per jaar
Gasverwarmde luchtdroger	€ 1000,-	€ 26,-
Warmtepompdroger Energie label A	€ 950,-	€ 50,-
Lucht afvoerdroger Energie label C	€ 350,-	€ 97,-
Condensdroger Energie label C	€ 500,-	€ 106,-

Wilt u precies weten hoeveel uw wasdroger precies verbruikt? Met een energiemeter kunt u het verbruik precies meten.

Toe aan een (nieuwe) wasdroger?

- Kies dan als het kan voor een wasdroger die werkt op gas. Of kies voor een A-label elektrische droger. Besparing gemiddeld €61,- per jaar
- Let altijd op het capaciteit van de wasdroger. Past deze bij de inhoud van uw wasmachine?
- Een wasdroger met een automatisch programma is zuiniger dan een wasdroger waarbij u de tijd zelf in moet stellen
- Een conventionele droger met een vochtsensor verbruikt minder energie dan eentje zonder. Dit soort drogers constateren wanneer uw was droog genoeg is en stoppen dan automatisch. Drogers met een vochtsensor besparen u jaarlijks: €5,- per jaar
- Een gas droger droogt de was in de helft van de tijd die een elektrische droger nodig heeft. Dit leidt uiteraard tot een mooie besparing per jaar: €61,-
- Dit is hetzelfde met een warmtepomp droger. Deze loopt wel op stroom, maar verbruikt toch 50% minder energie dan een conventionele droger. Hij produceert de warmte door het samenpersen van lucht. De droogtemperatuur van een warmtepomp droger is lager dan een conventionele droger, u kunt hierdoor ook temperatuur gevoelig textiel drogen, als bijkomend voordeel is de droger ook nog stiller dan een gewone droger. De aanschaf van een warmtepomp droger bespaart u gemiddeld: €60,- op jaarbasis

Passende capaciteit

Er bestaan wasdrogers met een capaciteit van drie tot tien kilo wasgoed. Een droogbeurt met een volle droger verbruikt minder energie dan twee droogbeurten met een halfvolle wasdroger. Een passende capaciteit betekent vaak een wasdroger met dezelfde inhoud van de trommel als de wasmachine. Alle wasgoed kan dan in één droogbeurt in de wasdroger.

Automatisch programma

Een wasdroger met een automatische programmering meet hoeveel vocht er nog in het wasgoed zit. Het programma stopt uit zichzelf wanneer het wasgoed droog genoeg is. Door dit feit is een dergelijk programma zuiniger dan wanneer je de tijd zelf in moet stellen.

4 K. Besparen in de badkamer

Het is mogelijk met een paar eenvoudige tips

- Warmte terugwinning in de douche: € 78,-
- Gebruik een waterbesparende douchekop: € 47,-
- Niet te vaak in bad: € 76,-
- Gebruik een thermostatische kraan: € 33,-
- Bad isolatie

Warmte terugwinning in de douche: € 78,-

Bent u van plan de badkamer te verbouwen? Overweeg dan eens douche met warmte terugwinning. Het warme water dat uit douche stroomt verwarmt het koude leidingwater voor. De cv-ketel of boiler hoeft daardoor minder hard te stoken om het water op te warmen. Tijdens het douchen spoelt u liters warm water weg. Het water zelf is dan niet meer te gebruiken, maar de warmte van het water echter wel, namelijk met een douche met warmte terugwinning (douche-WTW).

De besparing bedraagt per jaar ongeveer 150 m3 gas wat neerkomt op een besparing van € 78,- per jaar. Er bestaan verschillende systemen. Warmte terugwinning is al mogelijk vanaf € 500,-

Schaf een waterbesparende douchekop aan: € 47,-

Met een waterbesparende douchekop douchet u even lekker. Toch bespaart u er bijna de helft van het warme water mee. U bespaart dus water en het gas dat nodig is om het water te verwarmen. Het scheelt u ongeveer 40% op uw waterverbruik en ongeveer 25% op energie. Een waterbesparende douchekop kunt u aanschaffen tussen de € 10,- en € 45,-. U verdient deze dus al snel terug.

Comfort douche

Maakt u gebruik van een douche met zijspoeiers of een extra grote douchekop? Deze verbruikt twee keer zoveel water als wanneer u een waterbesparende douchekop gebruikt. Wilt u deze toch gebruiken? Kiest u dan voor een comfort douche met volume stroomklasse S. Deze verbruikt niet meer water dan een gewone douche met dezelfde volume stroomklasse.

Douche versus bad

Douchen is vele malen goedkoper dan een bad. Voor een bad wordt gemiddeld minimaal 120 liter warm water gebruikt. Een douche gebruikt gemiddeld ongeveer 78 liter warm water. Met een waterbesparende douchekop gebruikt u maar 33 tot 64 liter water.

Niet te vaak in bad

Niet al te vaak in bad gaan bespaart energie. Een bad nemen verbruikt namelijk 3 keer zoveel energie dan gewoon een douche. Gaat u 1 keer per week minder in bad en neemt u in de plaats daarvan een douche, dan levert u dat jaarlijks een besparing van €76,- op.

Gebruik een thermostatische kraan

Zo is uw water direct op de juiste temperatuur en hoeft u dus niet eerst het water te laten lopen om de juiste temperatuur in te stellen. U bespaart hiermee gemiddeld: €33,- op jaarbasis.

Bad isolatie

Door het bad te isoleren blijft het water langer warm. Isoleren kan onder andere met glaswol, steenwol of thermoskussens. U kunt dit zelf doen, of laten doen door een expert.

Een kunststof bad blijft langer warm dan een metalen bad. Uiteraard is in een kleiner bad minder warm water nodig.

4 L. Energiezuinige gadgets

Kent u dat? Alle stopcontacten in huis vol met opladers: Uw telefoon, mp3-speler en camera, het opladen van batterijen voor de afstandsbediening, zaklamp en rekenmachine. Bij elkaar verbruikt dit heel veel energie. Eigenlijk zonde van het geld. Want er bestaan handige gadgets die werken op zon, wind of water. Deze werken dan dus helemaal gratis!

Tip: Opladers op zonne-energie; zijn heel geschikt voor camping en zeilvakanties.

Opladen met zon of wind

Laad uw telefoon of mp3-speler op met een solar- of windcharger. Leg deze solarcharger op een zonnige plek en u kunt gratis uw apparatuur opladen. Met een windcharger bevestigt u de charger buiten aan het raam, met het kabeltje naar binnen en opwekken maar!

Geen batterijen nodig

Vele apparaten werken op batterijen. Oplaadbare batterijen sparen de productie van 1.000 normale batterijen uit. Dit is een groot verschil. Maar beter (en leuker!) zijn de gadgets waar men geen batterijen voor nodig heeft:

1. Zaklamp of rekenmachine: Even schudden voor gebruik.

Batterijen gebruiken voor uw rekenmachine of zaklamp hoeft niet meer. Door een speciale zaklamp of een rekenmachine te schudden wordt er vanzelf energie opgewekt

2. Een klokje dat loopt op water: Altijd bij de tijd

Een beetje water is nodig en u bent altijd bij de tijd. Het betreft een klokje dat alleen af en toe water nodig heeft

3. Afstandsbediening op zonne-energie

Ook voor uw afstandsbediening heeft u geen batterijen meer nodig. Een schermpje op de afstandsbediening wekt namelijk zonne-energie op

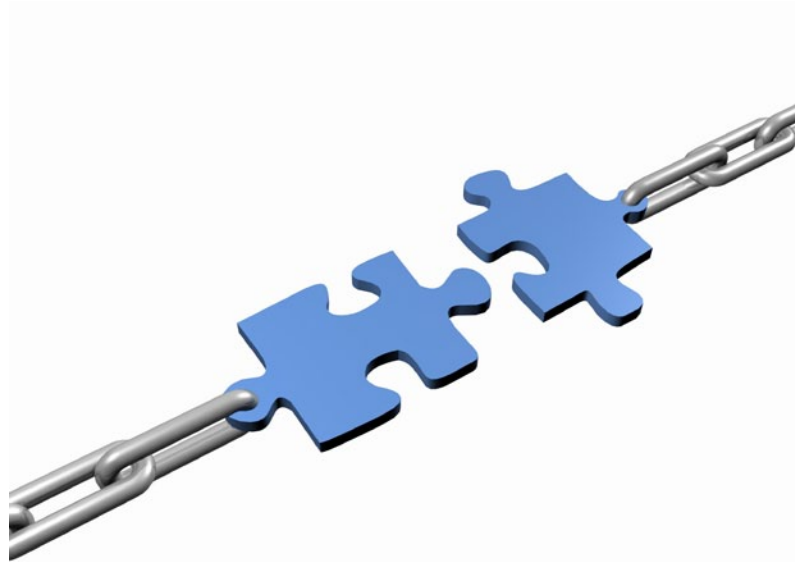
4. Melkschuimer met gratis schuim

Klop de melk voor uw cappuccino op met een handmatige melkschuimer. Alleen een paar keer het filter heen en weer bewegen is nodig om het apparaat te laten werken

Licht zonder stekker

lampen hoeven niet perse meer aangesloten te worden op het stroomnet. Een lamp met een eigen zonnepaneel laadt overdag namelijk vanzelf op. Door een beweging sensor gaat de lamp alleen aan als er iemand langs loopt. Zo heeft u alleen licht op de momenten dat het nodig is en kost het u geen onnodig stroomverbruik!

5. Vragen?



Hopelijk bent u heel wat wijzer geworden betreffende energie besparen en duurzaamheid. Heeft u nog vragen, dan kunt u altijd contact met ons opnemen via: info@kostenScan.nl.

Een team van energie specialisten staat voor u klaar om u te voorzien van energie besparing advies en duurzaamheid.

KostenScan.nl

* Alle tabellen zijn afkomstig van milieu centraal: www.milieucentraal.nl.

* Alle berekeningen van besparingen zijn indicatief. De procentuele besparingen zijn gebaseerd op een gemiddeld gebruik per huishouden per jaar van 3500 kWh en ongeveer 1970 m³ aan gas per jaar. Er kunnen geen rechten ontleend worden aan alle indicatieve berekeningen.