

# 50 slimme tips om energie te besparen



Beste bewoner,

Besparen op het energieverbruik van uw woning is makkelijker dan u misschien denkt. Zo geniet u van een fijne woning met lagere energiekosten. En helpt u mee om alle woningen in Nederland energiezuinig te maken.

Vaak kunt u met kleine maatregelen al direct besparen. Krimpen Duurzaam helpt u graag op weg. Dit boekje staat vol praktische tips waarmee u slim gas en elektriciteit kunt besparen. U hoeft uw woning hier niet voor aan te passen. Met de meeste tips kunt u meteen aan de slag. Voor andere tips heeft u bepaalde producten nodig, zoals een waterbesparende douchekop. U bepaalt zelf wat in uw situatie het handigst is.

Wilt u uw woning isoleren of zelf energie opwekken?

Of wilt u elektrisch gaan koken en verwarmen? Kijk dan op [krimpenduurzaam.nl](http://krimpenduurzaam.nl) of kom langs bij loket Krimpen Duurzaam.

We helpen u graag op weg.

Veel succes met energie besparen in uw woning!

Met vriendelijke groet,  
Krimpen Duurzaam



# Inhoud



Slim verwarmen 6



Slim wassen en drogen 10



Slim koelen en vriezen 12



Slim koken 14



Slim gebruik van apparaten 16



Slim verlichten 18

## Over deze folder

Hoewel er veel zorg is besteed aan de inhoud van deze folder, kunnen wij niet instaan voor de volledigheid, juistheid of voortdurende actualiteit van de gegevens. De genoemde bedragen en de energiebesparing van individuele maatregelen in deze folder, zijn een schatting en grotendeels afkomstig van Milieu Centraal.

De bedragen en percentages zijn gebaseerd op gemiddelde woningen en huishoudens (in 2021).

Hoeveel u exact bespaart hangt af van uw specifieke woning.

# Slim verwarmen

A stylized blue house outline with three vertical radiators inside. The radiators are colored red and black, with red on the left and right sides and black in the middle.

## 1. Voorkom onnodig stoken

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

## 2. Geef radiatoren ruimte

Zorg dat er ruimte is rondom de radiatoren. Zo kunnen ze hun warmte goed kwijt. Plaats geen banken, lange gordijnen of andere voorwerpen voor de radiatoren. Hiermee kunt u tot wel €80 euro per jaar besparen.

## 3. Gebruik radiatorfolie

Dit is een soort aluminiumfolie dat u tegen de achterkant van een radiator of achterliggende muur plakt. De folie kaatst de warmte terug. Het blijft binnen warmer en u kunt de thermostaat lager zetten. Doet u dit bij vier radiatoren, dan bespaart u 60 m<sup>3</sup> gas per jaar (voor een al geïsoleerde muur).



**Kosten:** €10 tot €20

**Besparing:** €56 of meer per jaar

#### 4. Plaats een brievenbusborstel

Door een brievenbus komt vaak veel tocht naar binnen. Warmte kan dan vanuit de woning naar buiten ontsnappen. Dit zorgt voor een koude gang, tocht en warmteverlies. Een brievenbusklep of -borstel houdt de warmte binnen en de kou buiten.



**Kosten:** €20 tot €40

**Besparing:** minder warmte- en energieverlies en voorkomt tocht

#### 5. Maak naden en kieren dicht

Bijna alle huizen, vooral oudere, hebben naden en kieren. Die zijn vaak te vinden bij ramen en deuren. Door deze naden en kieren gaat warme lucht naar buiten. Door ze dicht te maken met tochtband of tochtstrips, voorkomt u veel tocht. Dat woont fijner. Daarnaast kunt u energie besparen en kan de thermostaat een graadje lager.



**Kosten:** €50 tot €150

**Besparing:** minder warmte- en energieverlies en voorkomt tocht

#### 6. Plaats een radiatorventilator

Een radiatorventilator blaast warme lucht van de radiator de kamer in. Het is een klein apparaat met ventilatoren dat u meestal aan de onderkant van de radiator klikt. Daardoor wordt de warme lucht beter in de kamer verdeeld. Zo warmt de kamer sneller op en kan de thermostaat wat lager. De stekker van de radiatorventilator doet u in het stopcontact. Hij gaat automatisch aan als de radiator warm wordt en weer uit als die afkoelt. Deze ventilator werkt alleen bij radiatoren met 2 of 3 verwarmingsplaten.



**Kosten:** €60 tot €200

**Besparing:** lager gasverbruik

## 7. Zet uw thermostaat lager

Niet thuis of gaat u slapen? Zet uw thermostaat op 15 graden. In minder goed geïsoleerde huizen moet de ketel 's nachts doorwerken als u de thermostaat niet verlaagt. Zet uw thermostaat een uurtje voordat u gaat slapen al lager. Hiermee bespaart u gemiddeld €400 per jaar.

## 8. Goed geïsoleerd? Houd de temperatuur constant

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

## 9. Zet 's ochtends een kwartier de ramen open

Dit lijkt misschien gek, maar door de ramen te openen, verdwijnt de vochtige lucht uit huis en komt daarvoor droge lucht in de plaats. Droge lucht warmt veel sneller op dan vochtige lucht. Zo bespaart u dus op stookkosten.

## 10. Korter douchen

Dagelijks 1 minuut korter douchen bespaart al gauw zo'n €13 per jaar aan stookkosten. Als u 5 minuten in plaats van 9 minuten doucht, bespaart u ruim €50 per jaar.

## 11. Neem een douche in plaats van een bad

Een warm bad verbruikt 3 keer zoveel energie en water als een douche. Als u elk week 1 keer baden vervangt door douchen, scheelt dat al snel €30 aan gaskosten per jaar.

## 12. Kies voor een waterbesparende douchekop

Met een waterbesparende douchekop kunt u besparen op het water- en gasverbruik in de woning.



**Kosten:** €20 tot €40

**Besparing:** 10 tot 20% besparing op gasverbruik voor tapwater



### **13. Ontlucht de radiatoren**

Als er lucht in de radiatoren zit, warmen deze minder goed op. Regelmatig de radiatoren ontluchten is dus zeker de moeite waard. Weet u niet hoe dit moet? Zoek dan op internet een filmpje hierover.

### **14. Schakel de waakvlam uit**

Heeft u een gaskachel of oude ketel met waakvlam, die alleen de kamers verwarmt en niet het water? Doe dan de waakvlam uit buiten het stookseizoen.

### **15. Zet de CV-ketel op 60 graden**

De meeste CV-ketels staan standaard op 80 graden. Maar werken efficiënter op 60 graden. Op [zetmop60.nl](http://zetmop60.nl) staan handige filmpjes over hoe u dit instelt bij uw CV-ketel. Uw huis wordt niet minder comfortabel en ook het douchewater blijft gewoon lekker warm.

### **16. Leg dekens of plaids op de bank**

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

### **17. Draag pantoffels**

Met pantoffels aan heeft u minder last van een koude vloer. Daardoor hoeft u de verwarming minder hoog te zetten.

### **18. Wees zuinig met een elektrische kachel**

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

# Slim wassen en drogen



## 19. Was op 30 graden

Wassen op 30 graden in plaats van op 40 of 60 graden bespaart veel energie. Dat is slim als de was niet heel vies is. Draai de vuilere was op 40 (of 60) graden en gebruik hierbij de eco-stand om 30% energie te besparen.



**Besparing:** 30% stroomverbruik van uw wasmachine

Wist u dat een wasprogramma op de eco-stand langer duurt, maar wel energie bespaart? Met deze stand warmt het water langzaam op. De wasmachine hoeft minder hard te werken en gebruikt minder stroom. Draai 1 keer per maand een heet programma met een lege trommel. Dat voorkomt nare luchtjes.

## 20. Was altijd met een volle trommel

Zo hoeft de wasmachine minder vaak aan te staan. Twijfelt u of de wasmachine te vol zit? Als u een arm in de machine stopt en een vuist kunt maken boven de was, dan zit er precies genoeg was in de trommel.



**Let op:** gebruikt u vaak het verkorte wasprogramma?  
Doe dan de wastrommel maar halfvol.

## **21. Droog de was buiten**

Hang bij droog weer uw was buiten, in plaats van de droger te gebruiken. Dit belast het milieu niet en bespaart u geld. Per overgeslagen drogerbeurt bespaart u ongeveer €1,40.

Droogt u de was binnen? Zet een raampje of luchtrooster open. Zo kan het vocht weg.

## **22. Was in de daluren**

Was tijdens de daluren (meestal tussen 23.00 en 7.00 uur, in het weekend en op feestdagen) tegen het lagere energietarief. Dat bespaart energiekosten. Heeft u zonnepanelen?

Was dan als de zon schijnt.

## **23. Laat de was goed centrifugeren**

Hierdoor is de was een stuk minder nat als u die in de droger doet. Zo gebruikt uw droger minder energie.

## **24. Zet de wasmachine na het wassen uit**

Sommige apparaten die standby of uit staan, gebruiken toch energie als de stekker nog in het stopcontact zit. Dit noemen we sluipverbruik. Zet de wasmachine daarom na het wassen altijd helemaal uit. Let erop dat er geen lampjes op de wasmachine blijven branden. Sluipverbruik is zonde van de energie.

## **25. Gebruik een volle vaatwasser**

Zet uw vaatwasser pas aan als die vol is en kies voor de eco-stand. Hierdoor kunt u €20 per jaar besparen.

# Slim koelen en vriezen

## **26. Zet de temperatuur niet te laag**

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

## **27. Geef de koelkast ruimte**

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

## **28. Controleer of de koelkast goed sluit**

Om te controleren of uw koelkast goed sluit, kunt u proberen of een geldbiljet tussen het afsluiterubber en de deur past. Lukt dit? Dan moet u de afsluiterstrip van de koelkast schoonmaken of vervangen. Een koelkast die goed sluit, voorkomt 10 tot 15% energieverbruik.

## **29. Houd de achterkant van de koelkast schoon**

De achterkant van de koelkast wordt vaak snel stoffig. De koelkast werkt hierdoor minder goed en gebruikt meer energie. Voorkom dit door de achterkant regelmatig schoon te maken. Houd vooral de koelelementen aan de achterkant goed schoon. Hierdoor werkt de koelkast 25% efficiënter.

### 30. Let op grote temperatuurverschillen

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

### 31. Wees zuinig met uw (tweede) koelkast

Gaat u op vakantie? Maak de koelkast dan leeg en ontdooi de vriezer. Schakel beide apparaten uit. Heeft u een tweede koelkast? Gebruik deze alleen wanneer het echt nodig is. Zet de koelkast anders uit.

### 32. Dek eten goed af

Door condensvorming werkt uw koelkast minder efficiënt. Dek eten goed af, zo voorkomt u onnodig vocht in de koelkast.

### 33. Koel uw woning bewust

Met zonwering of gordijnen houdt u de zon buiten. Houd ramen en deuren overdag dicht en ventileer 's nachts. Wilt u toch extra verkoeling? Kies dan voor een ventilator in plaats van een airconditioner. Een ventilator is namelijk energiezuiniger en laat de gevoelstemperatuur met zo'n 3 tot 5 graden dalen.



**Tip:** koopt u toch een airconditioner? Kies er dan een met een natuurlijk koelmiddel om het milieu te sparen. Houd dan ook de zonwering en de ramen dicht. Dat is extra belangrijk om koelte te behouden.



# Slim koken

## **34. Doe de deksel op de pan**

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

## **35. Kook elektrisch**

Koopt u een nieuwe keuken? Kies dan gelijk voor koken op elektriciteit, zoals met een inductie kookplaat. Zo bent u voorbereid op de toekomst en dat scheelt aanpassingen later.

## **36. Kook water met de waterkoker**

Kookt u elektrisch? Dan kost het minder energie om water met een waterkoker aan de kook te brengen dan op de kookplaat.

## **37. Zet de afzuigkap op tijd uit**

De afzuigkap zuigt namelijk ook warme lucht af, waardoor de woning kouder wordt. Daardoor zal de verwarming de ruimte weer moeten verwarmen. En dat verbruikt weer energie. En het afzuigen zelf kost natuurlijk ook energie.

### **38. Spaar de vaat op**

Een grote afwas met de hand kost minder water en gas dan 3 kleine. Laat een vaatwasser alleen draaien als die vol is.

### **39. Gebruik een thermoskan**

Een warmhoudplaatje is geen energiezuinige manier om de koffie warm te houden. U kunt de koffie beter in een thermoskan gieten en het apparaat direct uitzetten. Drinkt u thee? Ook dan is een thermoskan zuiniger dan het steeds opnieuw aanzetten van de waterkoker. Maak de waterkoker daarnaast niet te vol. En vul hem alleen met de hoeveelheid water die u nodig heeft.

# Slim gebruik van apparaten

## **40. Koop energiezuinige apparaten**

Huishoudelijke apparaten gebruiken veel elektriciteit. Denk aan de koelkast, wasdroger, vaatwasser en wasmachine. Koopt u een nieuw apparaat? Kijk dan naar het energielabel en het energieverbruik. Dat laat zien hoe zuinig het apparaat is. Zo zijn apparaten makkelijk te vergelijken. Kies voor een zuinig apparaat. Die zijn in de winkel vaak duurder om aan te schaffen. Maar een zuinig apparaat is goedkoper in het gebruik. U verbruikt minder elektriciteit.

## **41. Zet apparaten uit**

Sommige apparaten die op standby of uit staan, gebruiken toch energie als de stekker nog in het stopcontact zit. Door de stekker van een desktopcomputer of game console eruit te trekken, bespaart u €70 per jaar. Zet een apparaat altijd uit met de UIT-knop. Dit voorkomt sluipverbruik van energie.

## **42. Werk op een laptop of tablet**

Een laptop of tablet is een stuk zuiniger dan een desktopcomputer.



### 43. Zet beeldscherm uit

Bent u even niet actief op uw desktopcomputer? Zet het beeldscherm dan uit. Dat verbruikt namelijk de meeste energie. Stel uw computer zo in dat uw beeldscherm automatisch uit gaat na een aantal minuten.

### 44. Laad elektrische apparaten niet langer op dan nodig

Is een apparaat opgeladen? Haal de oplader dan meteen uit het stopcontact. Denk bijvoorbeeld aan een elektrische tandenborstel of een smartphone.

### 45. Let op apparaten die warm worden

Heeft u bepaalde elektrische apparaten die erg warm worden? Dat is een teken dat de energie niet efficiënt wordt gebruikt. Als u energie wil besparen, kunt u deze apparaten het beste zo min mogelijk gebruiken.

### 46. Gebruik een standby killer

Voorkom onnodig energieverbruik van apparaten die standby of uit staan. Haal de stekker uit het stopcontact of gebruik een zogenoemde standby killer. Een standby killer merkt het als een apparaat, zoals de televisie, op standby staat en zet het apparaat automatisch uit.



**Kosten:** €15 tot €25

**Besparing:** tot €90 per jaar

### 47. Gebruik tijdschakelaars

Met een tijdschakelaar stelt u de tijd in waarop apparaten aan of uit moeten gaan. Zo gebruikt u ze alleen wanneer dat nodig is. En vergeet u ze niet uit te zetten.

# Slim verlichten

## 48. Kies voor ledverlichting

Gloeilampen en halogeenlampen zijn niet zuinig. Vervang ze door ledverlichting. Ledlampen gaan 7,5 keer langer mee dan halogeenlampen en gaan zelfs 15 keer langer mee dan gloeilampen.



**Kosten:** €2 tot €10 per lamp

**Besparing:** €3 tot €4 per lamp per jaar

## 49. Let op dimmers

Dimt u veel lampen in huis? Let er dan op dat u lampen koopt met een lager wattage. Een lamp die namelijk voor de helft (50%) gedimd is, gebruikt nog steeds zo'n 75% van het vermogen. In zo'n geval kunt u beter een lamp nemen met de helft van het wattage die u niet dimt. Vervangt u een dimbare lamp door led? Dan heeft u vaak ook een andere dimmer nodig die geschikt is voor led. Deze kosten €30 tot €50 per stuk

## 50. Maak gebruik van daglicht

Laat lampen alleen branden als het nodig is. Doe lampen uit als u een ruimte verlaat, ook als dat maar voor korte tijd is.

Veel succes  
met energie  
besparen in  
uw woning!



## Wilt u meer weten?

Krimpen Duurzaam helpt u graag verder. Met energie besparen of een andere, duurzame stap. Kijk op [krimpenduurzaam.nl](http://krimpenduurzaam.nl) of kom langs bij loket Krimpen Duurzaam voor:

- informatie;
- inspiratie;
- acties en activiteiten;
- het stellen van vragen.





---

### Contact met Krimpen Duurzaam

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

 [info@krimpenduurzaam.nl](mailto:info@krimpenduurzaam.nl)

 14 0180

  @krimpenduurzaam