

## Hoe kan ik (nog) meer energie besparen?

### *Vragen en antwoorden*

**Je woont in een energiezuinige woning die voorzien is van de nieuwste technieken en installaties. De woning heeft zonnepanelen en is zeer goed geïsoleerd. Wil je optimaal gebruik maken van de woning met behoud van een lage energierekening, dan is het raadzaam om ook in de energiezuinige woning bewust te blijven omgaan met energie.**

Het huishoudelijk energiegebruik, dus van verlichting, wassen, stofzuigen, drogen, de koelkast, tv kijken en het gebruik van allerlei apparaten, is een direct gevolg van je gedrag. Het 'gebouwgebonden' energiegebruik heeft te maken met verwarming en warm water gebruik. Ook daar heb je invloed op door het instellen van de thermostaat en de tijd dat je doucht. Door je gedrag kan je het energiegebruik, ook in de (bijna) energie neutrale woning, dus toch nog extra beïnvloeden.

Het enige waar je geen invloed op hebt is de opwek van de zonnepanelen. De zonnepanelen zorgen ervoor dat je gebruik kan maken van twee energiebronnen, namelijk het elektriciteitsnet én de zonnepanelen. Maak overdag daarom zoveel mogelijk gebruik van de zonnepanelen. Als de zon schijnt is het een perfect moment om huishoudelijke klusjes te doen die elektriciteit kosten zoals stofzuigen, afwassen of opladen van apparaten. Als het avond is of slecht weer, maak je uiteraard weer gebruik van het elektriciteitsnet.

### **Keuken: Wat kan ik doen in de keuken om zuiniger met energie om te gaan?**

- ✓ Maak de filters van de afzuigkap regelmatig schoon. Als er veel stof en vet in de filters zit moet de afzuigkap harder werken, dus gebruikt hij meer energie.
- ✓ Als je eten in de wok bakt wordt het sneller heet, daarom kost het minder energie. Probeer daarom zoveel mogelijk eten te bereiden in de wokpan.
- ✓ Laat de warme kraan zo min mogelijk open staan als je aan het afwassen bent. Gebruik liever een afwasteil of laat de wasbak vollopen. Warm water kost 50x zoveel energie als koud water.

### ***Koelen en vriezen***

- ✓ Ze de temperatuur in de koelkast niet te laag. In de koelkast kun je het eten het best bewaren bij een temperatuur van 4 tot 7 graden Celsius. Een vriezer hoeft niet kouder te zijn dan -18 graden.
- ✓ Stofzuig 2 keer per jaar de spiralen van de koelkast. Zo blijft het koelsysteem efficiënt werken.
- ✓ Vervang tijdig de isoleerstrips wanneer je iets van koude lucht voelt komen uit de koelkast terwijl deze dicht is. Er kan veel koude lucht en daarmee energie weglekken wanneer de strips niet goed aansluiten.
- ✓ Open de deur zo weinig en zo kort mogelijk. Zo gaat er minder kou en dus energie verloren.
- ✓ Ontdooi de vriezer regelmatig, want hierdoor werkt deze beter en gebruikt daardoor minder energie.

## **Badkamer: Hoe kan ik water en energie besparen onder de douche?**

- ✓ Gemiddeld staan we 8 minuten onder de douche. Als je dit terugbrengt naar vijf minuten bespaar je 30 liter per keer.
- ✓ Als de douchekop dicht bij je lichaam staat, gaat er minder warmte verloren en gebruik je het water optimaal.
- ✓ Draai de kraan dicht tijdens het tandenpoetsen, scheren en of wassen.
- ✓ Laat lekkende kranen en leidingen direct repareren.

## **Wassen en drogen van kleding: Zijn hierbij ook bespaarmogelijkheden bekend?**

- ✓ Check de hardheid van het water. Soms moet je een ontkalker of antikalk middel gebruiken, zodat de wasmachine efficiënter werkt en langer meegaat.
- ✓ Benut de capaciteit van de wasmachine optimaal. Doe de wasmachine vol, maar niet té vol. In een te volle wasmachine wordt de was niet schoon en de machine gaat sneller stuk. Was ook niet altijd op hoge temperaturen.
- ✓ Door gebruik van verbeterd wasmiddel kan je op lagere temperaturen wassen. Draai eens in de maand wel een 60 graden was met bijv. vaatdoeken en beddengoed. Dat is goed voor de wasmachine.

## **Ik hoor steeds vaker de term sluipverbruik. Wat is dit?**

Veel apparaten gebruiken ook energie als ze niet worden gebruikt en op stand-by staan. De belangrijkste stand-by verbruikers zijn computers met randapparatuur (30 euro per jaar), tv/video/dvd (14 euro per jaar) en audioapparatuur (6 euro per jaar).

- ✓ Gebruik de uitknop van het apparaat of van een contactdoos met aan/uit schakelaar om sluipverbruik te voorkomen.

## **Wat kan ik nog meer doen om sluipverbruik te voorkomen?**

- ✓ Apparaten die opgeladen moeten worden kun je, wanneer deze zijn opgeladen, het beste direct uit het oplaadpunt verwijderen. Denk bijvoorbeeld aan een kruimeldief, elektrische tandenborstel of mobiele telefoon.
- ✓ Apparaten die in het stopcontact zitten, maar niet in gebruik zijn, verbruiken toch energie. Door deze opladers uit het stopcontact te halen kan je je sluipverbruik drastisch omlaag brengen.

## **Nog extra tips?**

- ✓ Let op het energielabel bij het vervangen van apparaten. Energie slurpende apparaten zoals vriezers, koelkasten en drogers zijn op een gegeven moment aantrekkelijk om te vervangen door een apparaat met een energiezuinig label. Hoe hoger en groener het label, des te zuiniger het apparaat. Koop het liefst alleen apparaten met een energielabel A++. Een wasmachine die qua aanschafprijs duurder is, kan uiteindelijk toch goedkoper zijn, doordat je veel bespaart op energiekosten. Steeds vaker staan in winkels en op internet bij het prijskaartje ook de verbruikskosten vermeld.

### **Verlichting: Welke lampen kan ik het beste gebruiken?**

- ✓ Kies voor lichte kleuren in ruimtes. Om een donkergekleurde ruimte doe je eerder het licht aan dan in een lichtgekleurde ruimte.
- ✓ Gebruik Ledverlichting in plaats van halogeenverlichting of gloeilampen. Ledverlichting gebruikt 85% minder stroom dan gewone gloeilampen. Halogeen is ook een echte energieversteller en gaat maar zo'n 2 jaar mee. Ledverlichting gaat 10 x langer mee dan halogeenlampen.
- ✓ Gebruik tuinverlichting op zonne-energie.

### **Verwarming en ventilatie: Hoe ga ik daarmee slim mee om?**

- ✓ Het ventilatiesysteem is zo ingesteld dat er geen warmte ontsnapt of binnenkomt. Hierdoor hoeft de verwarming/ventilatie minder hard te werken. Zorg op een warme dag dat de ramen dicht blijven en ventileer 's nachts als het koel is. Zo blijft de woning koel.
- ✓ Hoe meer vocht er in je woning is, hoe meer energie het kost om je woning warm te krijgen. Dit komt omdat niet alleen de lucht, maar ook het vocht in huis opgewarmd moet worden. Dus probeer vocht zoveel mogelijk buiten de woning te houden.
- ✓ Als je de ruimtes in huis efficiënt verwarmt, houd er dan rekening mee dat er veel warmte verloren gaat als de deur van een verwarmde ruimte open staat. De warme lucht trekt dan naar boven of naar delen van het huis waar je deze niet nodig hebt. Het beste is daarom om de kamerdeuren zoveel mogelijk gesloten te houden.

### **Wat kan ik nog meer doen om de woning in de zomer koel te houden?**

Zomers is het overdag buiten warm en schijnt vaak de zon. Wanneer de woning ten gevolge van deze warmte en zoninstraling te veel opwarmt, kunt u op de volgende manieren ventileren:

- ✓ Voorkom dat de zon rechtstreeks de woning inschijnt, bijvoorbeeld door gebruik van jaloezieën.
- ✓ Bij warm weer, kunt u het beste ramen en deuren overdag gesloten houden. Zet draai- en kiepramen 's nachts open, wanneer het buiten afgekoeld is. Zet ook binnendeuren open, zodat de woning goed geventileerd wordt.

Voor meer tips om te besparen op uw energieverbruik verwijzen we u graag naar de website van Milieu Centraal: [www.milieucentraal.nl/energie-besparen/](http://www.milieucentraal.nl/energie-besparen/)