

Energie Besparen

Inhoud

3 Traaie in het jaar 2040

5 Inleiding

7 Traais Energie Collectief

8 Puzzelstukjes

- Energiebesparing
- Warmte
- Stroom

11 Bijdrage aan het klimaat

12 Lagere energiekosten

13 Comfort en gezondheid

14 Duurzame energie

- Groene energie

17 Bewustwording

23 Tips

24 Woning

- Ga op kierenjacht
- isoleer waar mogelijk
- Gordijnen
- Vermijd tocht en verlies van warmte

28 Installaties in je woning

- Check je cv-ketel
- Ventilatiesysteem
- Pompschakelaar vloerverwarming
- Thermostatische radiatorkranen
- Verwarming

30 Huishoudelijke apparaten

- Vervang oude huishoudelijke apparaten
- Koelkast en vriezer
- Koel of gekoeld bewaren
- Overige apparaten

32 Wassen

- Eco-stand
- Wasmachine
- Spoel je vaat niet af

33 Beeld, geluid en computer

- Standby killer
- Computer en TV

34 Verlichting

- Gebruik LED lampen

35 Koken

- We dagen je uit: kook zuinig!
- Afzuigkap
- Inductie of keramische kookplaat

36 Water

39 Afsluiting

40 Colofon





Traaie in het jaar 2040

Two white lines that cross each other in the bottom left corner and extend towards the right edge of the slide.

Traaie in het jaar 2040

In het mooie Brabantse land, net boven Breda, ligt een bijzonder dorpje aan de Mark: Traaie. Vroeger, toen onze auto's nog op benzine reden en we nog massaal op gas kookten, heette het dorp Terheijden. In de jaren twintig veranderde er echter veel. Dankzij de inspanningen van het Traais Energie Collectief (TEC), is het dorp als eerste van Nederland zelfvoorzienend geworden op gebied van energie. Dat bleef niet onopgemerkt in de rest van het land. Overal stegen de energieprijzen torenhoog door schaarste en door milieutoeslagen van de overheid. In Terheijden hadden ze daar geen last van. TEC was, en is nog steeds, van de mensen uit het dorp en het produceerde zelf zoveel energie dat de eigen energieprijzen laag konden blijven. Bovendien verkocht TEC het overschot tegen de marktprijzen van dat moment. Daarvan profiteerde het dorp optimaal. Door de aandacht van TEC voor bewust omgaan met energie was het gemiddelde energieverbruik in het dorp ook nog eens spectaculair lager dan het landelijke gemiddelde. Naast goede voorlichting ging het collectief nog een stap verder. De leden namen een vooruitstrevend besluit. Een deel van de opbrengsten ging naar Terheijdenaren die de woning wilden verbeteren op het gebied van energiebesparing.

Ook het Traais Warmtenetwerk werd in die tijd een succes. Aanvankelijk was het een hoge-temperatuur-netwerk voor het hele dorp. Toen alle huizen voldoende geïsoleerd waren, kon de temperatuur in de ringleiding naar beneden. Dit leverde een forse energiebesparing op voor het dorp. Een kleine tien jaar geleden zijn de laatste huizen in het dorp afgesloten van het gas. Ook werd de hoofdgasleiding bij de entree van het dorp voorgoed afgedicht. Op deze plek staat een prachtig monument, gemaakt van het metaal uit de oude gasketels uit het dorp.

Het was in 2032 dat het Koninklijk Huis besloot om Koningsdag in Terheijden te vieren. Het dorp was mooier dan ooit; de koning bezocht onder andere de Energiebrouwerij in de Schansstraat en hij onthulde het gasketelmonument, dat inmiddels landelijk bekend stond als symbool voor de afsluiting van het gas. Op dezelfde dag werd de officiële naam van Terheijden veranderd in Traaie. Iedereen in Nederland wist inmiddels waar Traaie lag en veel steden en dorpen startten soortgelijke initiatieven als in Traaie op. Teccen werd een begrip, het werkwoord is inmiddels opgenomen in de Dikke van Dale: het betekent energieneutraal worden.



Inleiding

Two white curved lines cross each other in the bottom right area of the slide, starting from the left and extending towards the right.

Inleiding

Voor je ligt een informatieboekje over energiebesparing speciaal gemaakt voor jou, door het Traais Energie Collectief. We vertellen eerst iets over onszelf, hoewel je waarschijnlijk al vaker van ons gehoord hebt. Daarna volgt een hoofdstuk waar we ingaan op het belang van energiebesparing en helpen we je door middel van een stappenplan met het maken van de juiste energiebesparende keuzes. Ook vertellen we iets over energieopwekking en groene stroom. We sluiten af met tips om energie te besparen.

Veel leesplezier!



Traais Energie Collectief

Traais Energie Collectief

Het Traais Energie Collectief is een coöperatie door en voor burgers. Met het collectief nemen we het heft in eigen handen door zelf duurzame en lokale energieprojecten op te zetten. Zo zijn we voor onze energievoorziening niet langer afhankelijk van grote energiebedrijven. We houden zelf de regie over onze energievoorziening en dragen bij aan een duurzame wereld. De opbrengsten blijven in Terheijden: ons dorp krijgt groene energie. De winsten uit warmte- en stroomverkoop gaan in de eigen portemonnee of naar lokale projecten om de leefbaarheid van ons dorp te behouden of te verbeteren (Sterker Dorp). Leden van het Traais Energie Collectief bepalen samen waar de opbrengsten aan worden besteed.

Puzzelstukjes

Energiebesparing

Het Puzzelbad, het zwembad dat in 2021 50 jaar bestaat, is ons voorbeeld. In 1971 bedachten de inwoners van Terheijden een actie om geld bij elkaar te brengen voor de bouw van een zwembad. De Terheijdenaren kochten puzzelstukjes die ze plaatsen op een groot puzzelbord in het centrum van het dorp. De actie werd een groot succes. De inwoners puzzelden het benodigde bedrag bij elkaar en het zwembad werd gebouwd. Wat we toen konden, kunnen we nu ook! Samen de energiepuzzel leggen en ons dorp energieneutraal maken. De zon-, wind- en warmteprojecten zijn stukjes van de puzzel. Ook energiebesparing is een stukje van de puzzel. Alle puzzelstukjes samen maken Traaie energieneutraal. Energieneutraal betekent dat we als dorp gedurende een jaar zelf genoeg energie opwekken om de energie die we dat jaar met zijn allen gebruiken, te compenseren. Maar hoe werkt dat dan?

Warmte

Voor de aanleg van het Traais Warmtenetwerk in het centrum van ons dorp hebben we een rijksbijdrage van € 3,4 miljoen euro ontvangen. Met het warmtenet kunnen we woningen verwarmen en het tapwater verhitten. Door de leidingen van het warmtenet loopt straks warm water van minimaal 70 graden. In de woning komt een zogenaamde afleverzet: een warmtewisselaar die de cv-ketel vervangt. Verder verandert er niks in je woning. Je kunt je huis verwarmen zoals je altijd deed en er komt heerlijk warm water uit de kraan.

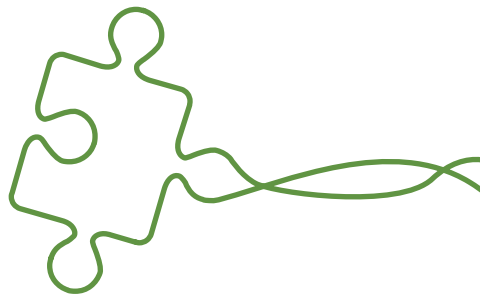
Het water wordt verwarmd met warmtepompen die in de Energiebrouwerij komen te staan. De Energiebrouwerij is de oude witte boerderij in de Schansstraat die we renoveren.

Het Traais Warmtenetwerk voeden we met eigen, duurzame bronnen. Denk aan energie uit warm oppervlaktewater van de Mark dat we met een warmtepomp op de gewenste temperatuur van 70 graden brengen. De elektriciteit die de warmtepompen daarvoor nodig hebben, wekken we zelf op. Hierdoor hebben we geen aardgas meer nodig en kunnen we onze warmte energieneutraal maken.

Stroom

We wekken stroom op met Windmolen de Noord, gepland langs de A16. Ook komt er een Zonnepark in de Bergen. De opgewekte elektriciteit gebruiken we eerst zelf, voor stroom in de huizen en om warmte op te wekken voor het warmtenet, waarna de rest aan het elektriciteitsnet geleverd zal worden. Als we niet genoeg stroom opwekken, kunnen we gebruik maken van de elektriciteit van het net. Zo hebben we gegarandeerd altijd stroom. Het energiegebruik is gedurende een etmaal erg wisselend. 's Morgens tussen 7 en 9 uur en aan het eind van de middag wordt er gepiekt. Daarom is het nodig dat we aangesloten blijven op het grote landelijke elektriciteitsnet.

Terheijdenaren kunnen stroom (en warmte) afnemen van de Traaise Energie Maatschappij, de werkmaatschappij van het Traais Energie Collectief. De energie die we met z'n allen nodig hebben is duurzaam en de leden hebben er zelf zeggenschap over. We zijn niet meer afhankelijk van grote energiebedrijven, de opbrengsten blijven in Terheijden en ons dorp krijgt groene energie.





**Voordelen van
energiebesparing**

Bijdrage aan het klimaat

De meeste energie die wij gebruiken wordt nog opgewekt met fossiele brandstoffen zoals olie, kolen en gas. Ongeveer een derde deel van de energie gebruiken we voor vervoer, eenzelfde deel voor de industrie en nog een derde in onze huizen.

Er zijn twee belangrijke kenmerken met het verbranden van deze fossiele brandstoffen. Allereerst is de beschikbaarheid beperkt. Door onze enorme energiebehoefte zullen de voorraden binnen een mum van tijd op zijn. Het tweede kenmerk is nog groter. Dat is CO₂, ofwel kooldioxide, dat vrijkomt bij de verbranding van fossiele brandstoffen, samen met nog andere luchtvervuilende stoffen. CO₂ hoopt zich op in de atmosfeer en veroorzaakt een

temperatuurstijging op aarde en het is giftig, als het in hoge concentraties voorkomt. De gevolgen zijn groot voor de natuur en de mens wereldwijd. Voor Nederland is het stijgende zeeniveau verontrustend, het ligt immers voor bijna de helft op of onder het huidige zeeniveau. Een steentje bijdragen aan een beter milieu is voor veel mensen tegenwoordig een reden om te bezuinigen op energieverbruik. Velen beseffen dat wij verantwoordelijk zijn voor het behoud van onze planeet, waarop onze kinderen en hun kinderen straks net zo fijn willen leven.

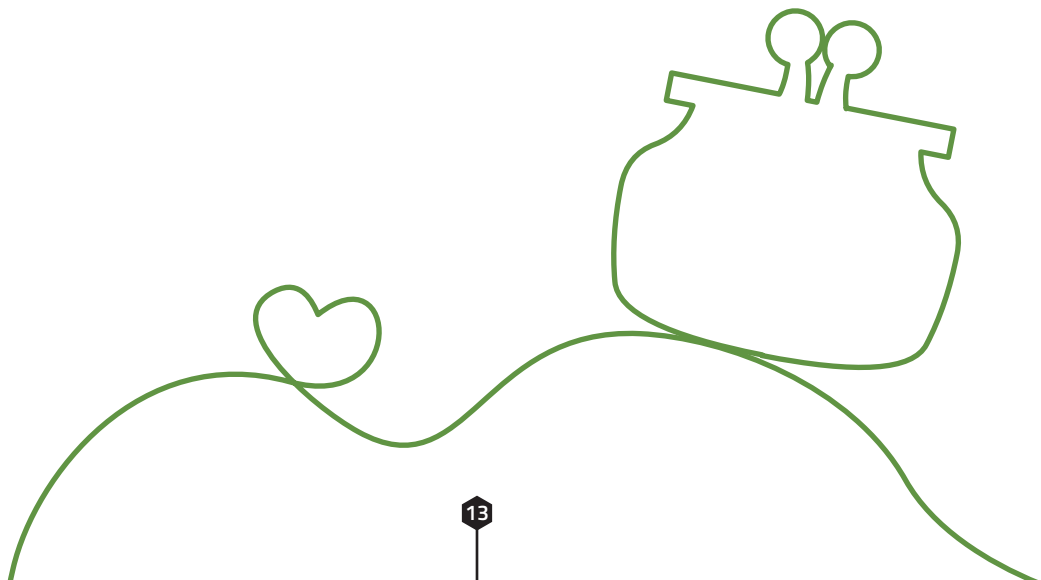
Lagere energiekosten

Naast de positieve bijdrage aan het klimaat is een lagere energierekening een ander prettig voordeel van zuinig omgaan met energie. Energie die je niet gebruikt, hoef je niet te betalen! Door een aantal heel eenvoudige handelingen uit te voeren, kan er snel bespaard worden, zelfs zonder verlies van comfort. Verderop in dit boekje zijn talloze bespaartips te vinden. Bezuinigingen leiden niet altijd meteen tot lagere maandlasten, maar wie op jaarbasis kijkt ziet toch dat besparen makkelijk geld oplevert.

Eigenlijk is het beter en veel leuker om niet het bedrag dat periodiek betaald moet worden voor energie in de gaten te houden, maar om het energieverbruik te noteren. Het kan zijn dat het verbruik lager is en de rekening toch hoger wordt door gestegen energieprijzen of door hogere belastingen van de overheid. Dan is het fijn om te weten dat de rekening nog hoger was geweest als er geen besparingen waren. Op deze manier word je je waarschijnlijk meer bewust van de energie die je gebruikt.

Comfort en gezondheid

Energiezuinig leven levert ook een bijdrage aan de verbetering van het comfort en de gezondheid. Dit zien we vooral bij woningen die slecht geïsoleerd zijn en daardoor enorm veel energie slurpen. De binnenlucht kan hierdoor een stuk vuiler zijn dan de lucht die je dagelijks buiten tot je neemt. Gek eigenlijk: we besteden zoveel aandacht aan het milieu en de CO2 uitstoot van autogassen dat we de lucht in onze eigen woning vaak vergeten. Als er bijvoorbeeld door te weinig ventilatie veel vocht in je woning is, kan dit resulteren in klachten als hoofdpijn, lusteloosheid en ook verkoudheid en allergieën kunnen de kop op steken.



Duurzame energie

Vele Nederlanders denken dat we in Europa koploper zijn op gebied van opwekken van duurzame energie. De werkelijkheid is anders, want hoewel we goed op weg zijn, zijn we in Europa zelfs het verst verwijderd van de klimaatdoelstellingen van 2020. Volgens de doelstelling moet in 2020 14 % van de totale hoeveelheid in Nederland opgewekte energie duurzaam zijn. In 2018 haalden we 7,4 % en in 2019 8,6 %. We halen de doelstelling voor 2020 niet, maar er is ook genoeg positief nieuws. Zo wil Nederland de achterstand versneld wegwerken door het bouwen van grote windmolenparken op zee. Voor 2030 is de doelstelling 32 % en het is de bedoeling dat in 2050 alle energie duurzaam opgewekt wordt.

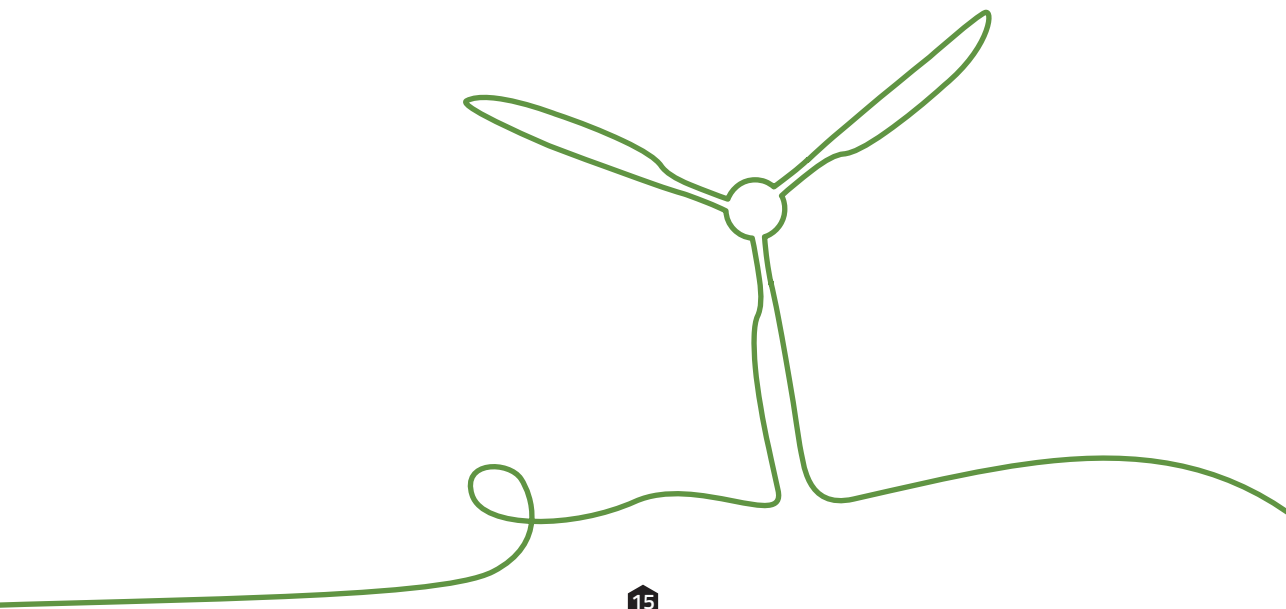
Bijna de helft van de duurzame stroom in Nederland wekken we op met windmolens. De andere helft is gelijk verdeeld in biomassa en zonnestroom. Deze verdeling zal veranderen. Het aandeel zonnestroom zal toenemen en biomassa staat behoorlijk ter discussie als bron van duurzame energie. Nederland koopt ook groene stroom uit het buitenland, maar dat levert geen bijdrage aan een schonere energie-opwekking in ons land.

Groene energie

Groene stroom wordt opgewekt met onuitputtelijke energiebronnen, zoals wind, zon en waterkracht. Bij de productie van groene stroom uit deze bronnen komt geen CO₂ vrij. Om die reden is groene stroom een verantwoorde keuze als het gaat om het milieu.

Er zijn genoeg redenen om energie te besparen, ook als al onze stroom groen is. Ook voor groene stroom moet betaald worden, dus het financieel voordeel van minder gebruiken blijft hetzelfde. Als we allemaal minder gebruiken hoeven we minder op te wekken, en dat betekent dat er op enig moment genoeg windmolens en zonnenvelden zijn.

We maken wel steeds meer groene stroom in Nederland, maar het totale energieverbruik stijgt ook. Het aandeel duurzame energie van het totale energieverbruik neemt maar langzaam toe. Als we nu massaal energie gaan besparen dan stijgt dat aandeel duurzame energie van het totaal veel sneller.





Bewustwording

Two white lines that cross each other in the bottom right corner of the slide, extending from the left edge towards the right.

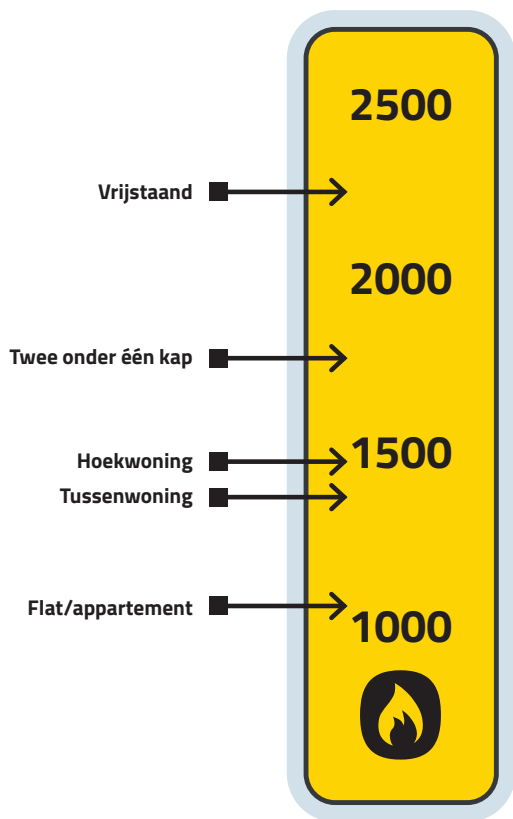
Bewustwording

Geschrokken van je energierekening? Ben je benieuwd of jouw energieverbruik hoog, gemiddeld of laag is? Een Nederlands huishouden verbruikt gemiddeld 1.269 m3 gas en 2.765 kWh elektriciteit. Dit verbruik geeft in 2020 een gemiddelde energierekening van 1.690 euro per jaar. Ongeveer 1.035 euro gaat op aan gas en 620 euro aan stroom (bron: milieucentraal.nl). Je gas- en stroomverbruik hangt sterk af van het huis waarin je woont en het aantal bewoners. Een gemiddelde voor iedereen zegt dus niet zo veel: het maakt nogal verschil of je alleen in een appartement woont of met een groot gezin in een vrijstaand huis.

Vergelijk je eigen energierekening met het gemiddeld gas en stroomverbruik met de grafieken op de volgende pagina.

In de grafieken op pagina 20 en 21 zie je waaraan een huishouden in Nederland gas en elektriciteit verbruikt.

Gasverbruik (m3) per jaar per huishouden

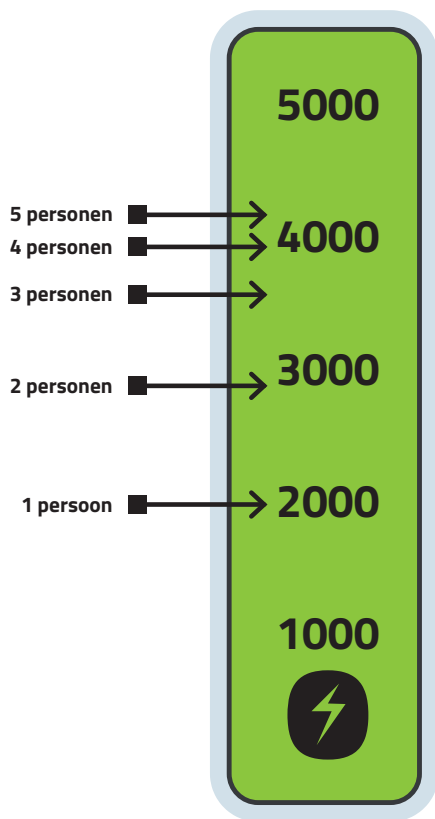


Je gas- en stroomverbruik hangt van allerlei dingen af: in wat voor huis je woont (klein of groot, oud of nieuw), met hoeveel personen, welke apparaten je hebt, hoe hoog je de verwarming zet, hoe vaak en hoe lang je doucht enzovoort.

Zit je ver boven het gemiddelde en heb je geen idee hoe dat komt? Lees dan onze tips. Of kijk op onze website voor meer informatie over ons en ons project energiebesparing.

Gemiddeld gaat 80 procent van het gas naar verwarming en 20 procent naar warm water (vooral douchen en een beetje koken). Verwarm jij je huis niet of maar gedeeltelijk met gas (je hebt bijvoorbeeld geen cv-ketel)? Dan is je gasverbruik waarschijnlijk een stuk lager.

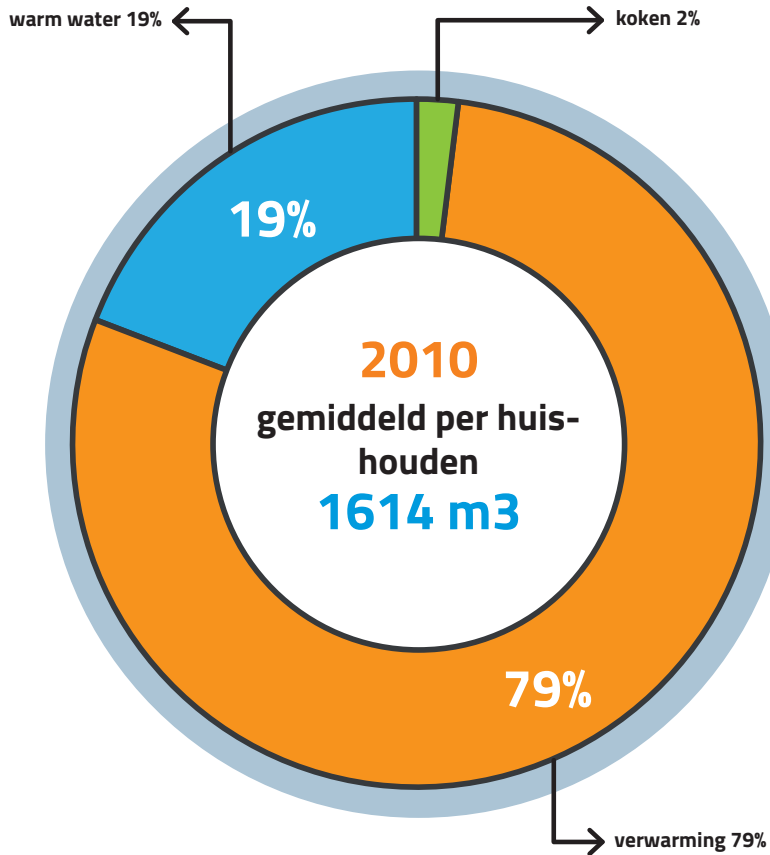
Stroomverbruik (kWh) per jaar per huishouden



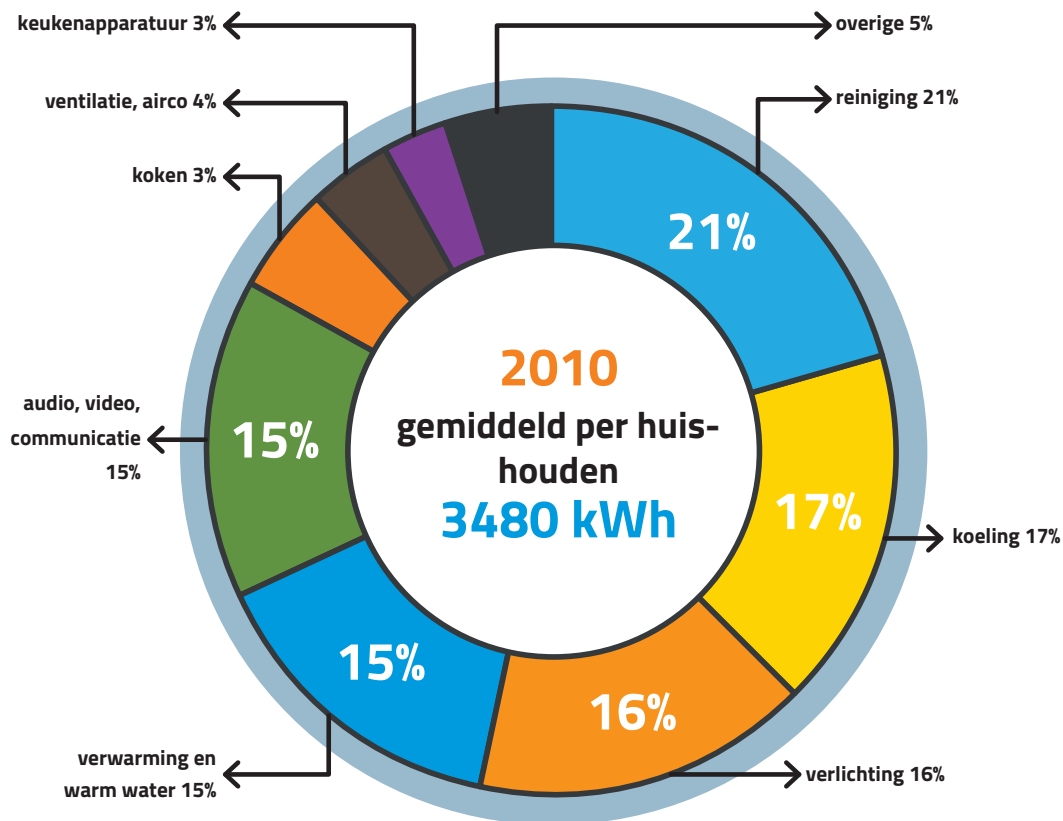
Je elektriciteitsverbruik hangt vooral af van het aantal apparaten in huis, hoe zuinig die zijn en hoe zuinig je ze gebruikt (denk aan kouder wassen).

Bron: Milieucentraal

Gas



Electriciteit



Bron: CBS / Agentschap NL / ECN



Tips

A white decorative line graphic is located at the bottom of the slide. It consists of two curved lines that intersect in the center, creating a stylized, elongated shape.

Tips

Wie onze tips leest, ontdekt dat het helemaal niet zo moeilijk is om energie te besparen. Het gaat vooral om bewustwording. Kijk eens met andere ogen naar je woning, er is altijd wel iets te verbeteren. Laat je auto wat vaker staan, pak de fiets, vlieg minder vaak, koop alleen wat je echt nodig hebt, koop tweedehands en verkoop je ongebruikte spullen, koop samen met je burens een duur apparaat of een lange ladder, eet minder vlees, de lijst is oneindig lang. Daarom is onze lijst met tips lang niet compleet, maar dat hoeft ook niet. Ontdek jouw eigen mogelijkheden om energie te besparen, manieren waar je je goed bij voelt.

Woning

Ga op kierenjacht

Een goed geïsoleerd huis is een energiezuinig huis. Het levert een grote besparing aan verwarmingskosten op. Als je woning nog niet geïsoleerd is, betekent dit vaak hoge kosten. Het aanbrengen van isolerende voorzieningen in een bestaand huis is niet goedkoop.

Het verbeteren van de naad- en kierdichting is echter een relatief kleine ingreep waarmee je een hoop energie kunt besparen. Bovendien kan het verbeteren van de naad- en kierdichting ook onaangename tocht verhelpen en zo het comfortniveau in de woning verhogen.

Naden en kieren bevinden zich op veel plekken in de woning, onder andere:

- tussen de kozijnen en muren
- onderzijde vensterbank(en)
- bij ramen en deuren
- de brievenbusklep
- de aansluiting van (schuine) delen van het dak
- dakdoorvoeren (ventilatiekanalen of cv-ketel)
- leidingdoorvoeren door de vloer (in de meterkast)
- bij een kruipruimte

Heb je een goed geïsoleerd huis waarvan naden en kieren dicht zijn, besteed dan aandacht aan ventilatie: de aanvoer van verse lucht en de afvoer van vervuilde lucht moet dag en nacht, in alle jaargetijden doorgaan. Gebeurt dat niet, dan raakt de lucht binnen vervuild en dat zorgt voor gezondheidsklachten. Ook vraagt een vochtig huis meer verwarming, dus langer stoken, om behaaglijk te worden.

Isoleer waar mogelijk

Afhankelijk van het bouwjaar van je woning, kun je vaak je woning nog beter isoleren. De meeste energie in een woning gaat verloren door het dak, omdat warmte stijgt. Het isoleren van vloeren voorkomt dat je koude voeten hebt en het toepassen van HR++ glas zorgt ervoor dat je minder last hebt van tocht en geluid van buiten. Isolatie aanbrengen in je woning kan vaak op een eenvoudige manier, maar het is altijd verstandig om je te laten adviseren.

Wil je graag vloerverwarming, zorg dan dat je huis goed geïsoleerd is. Door vloerverwarming loopt water met een lage temperatuur. Deze temperatuur is bij slecht geïsoleerde huizen te laag om je huis op te warmen.

Gordijnen

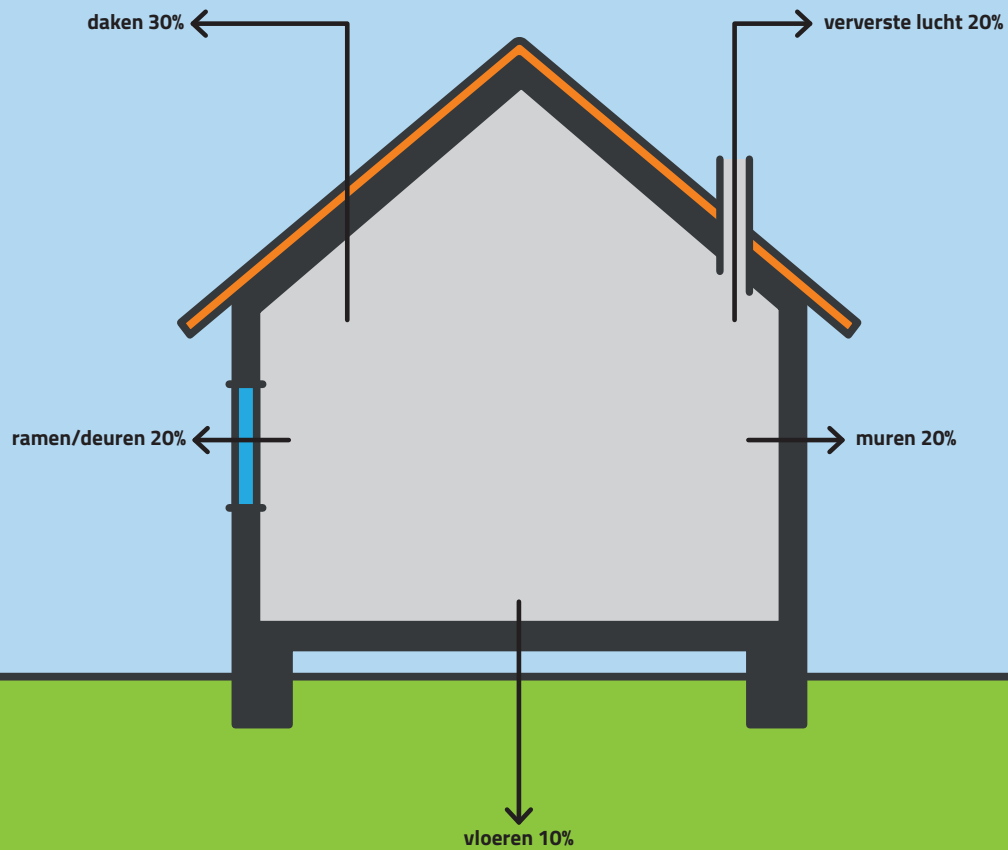
- hang gordijnen voor de ramen en doe ze dicht als het donker wordt
- hang geen gordijnen voor de verwarming
- zorg dat er geen meubels voor de verwarming staan
- open je gordijnen overdag, dan kan de zon je huis opwarmen
- heb je rolluiken, doe ze op tijd dicht, dit scheelt warmteverlies

Schakel een Energie-ambassadeur in

De gemeente Drimmelen biedt de mogelijkheid om je huis gratis te laten onderzoeken door een Energie-ambassadeur. Deze expert helpt je graag verder met de mogelijkheden van het isoleren van je woning.

Vermijd tocht en verlies van warmte

- breng tochtstrippen bij ramen en deuren aan, zeker bij woningen gebouwd voor 1995
- gebruik een tochtborstel of extra tochtklep in je brievenbus in de deur
- overweeg een losse brievenbus en maak de brievenbusgleuf in de deur dicht
- leg een decoratief tochtdier voor je buitendeuren, of hang een dik gordijn voor de voordeur
- ben je handig, zorg dan voor een valdorpel onder in je deur
- sluit kamerdeuren
- sluit de luchtafvoer van je openhaard als je deze niet (meer) gebruikt
- draag sloffen in huis, heb je minder last van de koude voeten
- op de bank zit je vaak stil. Heb je het koud, gebruik een deken
- maak je weinig tot geen gebruik van je zolder? Sluit de zolder af met een deur voor de trap of een gordijn. Een luik bovenaan de trap kan ook



Installaties in je woning

In Nederland verbruiken wij circa 79% van het gasverbruik voor het verwarmen van onze woning. De rest van het gasverbruik gaat op aan warm water en een heel klein deel aan koken. Onderstaande tips helpen je om het gasverbruik voor het verwarmen van je huis te verlagen.

Check je cv-ketel

Veel ketels staan nog standaard op 90 graden afgesteld. Dit is vaak niet nodig. Zet je cv-ketel op 70 graden. Wordt je huis met deze instelling nog steeds lekker warm? Dan kun je hem daar gerust op houden. Wordt je huis niet warm, voer dan langzaam de temperatuur weer op tot je huis voldoende warm wordt op koude dagen. Als je niet weet hoe dit moet, vraag je het aan je onderhoudsmonteur.

Ventilatiesysteem

Heb je een apparaat voor centrale ventilatie dat ouder is dan 15 jaar? Grote kans dat deze een onzuinige wisselstroommotor heeft. Vervang de box of de motor dan door een systeem op gelijkstroom, dit scheelt tot wel 10x stroom.

Zorg voor goede ventilatie in de badkamer, maar zet bij koud weer niet het raam open. Waterdamp condenseert dan sneller en heb je meer kans op schimmelvorming. Een warme badkamer kan meer waterdamp bevatten. Laat de afzuiging die dan rustig weg ventileren.

Pompschakelaar vloerverwarming

Werkt jouw vloerverwarming met een pomp, zorg dan dat je pomp niet altijd aan staat. Bij veel huizen die gebouwd zijn in de negentiger jaren (of eerder) is het systeem van de vloerverwarming nog niet zo efficiënt. Zij hebben een verwarmingssysteem waar bij de vloerverwarming wordt gestuurd met een aparte pomp die het verwarmde water van de cv-ketel continu rondpompt in de vloer. Plaats een eco pompschakelaar.

Thermostatische radiatorkranen

Thermostatische radiatorkranen zorgen ervoor dat bij de juiste binnentemperatuur de radiatorkraan dicht gaat en er geen warm water meer door de radiator gaat. Je bespaart dan energie. Plaats geen thermostatische radiatorkranen op de radiatoren in de woonkamer, als je thermostaat daar ook hangt. Die beïnvloeden elkaar negatief.

Verwarming

- heb je een cv-ketel die ouder is dan 20 jaar, vervang deze
- zet de verwarming uit in de ruimtes die je niet gebruikt
- zet aan het begin van de winter de verwarming een graad lager en wen aan de iets lagere temperatuur
- zet de verwarming 's nachts uit als je in een oud huis woont
- zet de verwarming 's nachts iets lager als je in een nieuwbouwhuis woont
- zet de thermostaat een uur voor je naar bed gaat uit
- zet de verwarming laag als je niet thuis bent
- gebruik een modulerende thermostaat, die regelt dat je cv-ketel zuiniger draait
- isoleer verwarmingsleidingen in kasten en bergingen
- gebruik radiatorfolie, plaats deze tegen de achterkant van je radiator, of op de muur achter de radiator
- maak zo min mogelijk gebruik van elektrische kachels



Huishoudelijke apparaten

Huishoudelijke apparaten zijn verantwoordelijk voor een groot deel van je elektriciteitsverbruik. Wil je weten wat een apparaat gebruikt, meet het energieverbruik. Gebruik daarvoor losse energiemeters. Je kunt ook het stroomverbruik opzoeken op internet, er bestaan verschillende sites die een checklist energiegebruik van huishoudelijke apparaten hebben.

Vervang oude huishoudelijke apparaten

Heb je nog geen nieuwe, zuinige koelkast of vriezer? Dan is vervangen voor het milieu bijna altijd een goed idee, ook als de koelkast het nog doet. Koelkasten worden namelijk steeds zuiniger. De energie die je bespaart als je je koelkast vervangt, weegt ruimschoots op tegen de milieu-impact van het maken van de nieuwe koelkast. Heb je een nieuwe koelkast of vriezer nodig? Let dan vooral op het stroomverbruik en kies voor een koelkast met A+++ label. Een koelkast met A+ label lijkt misschien zuinig, maar gebruikt 2 keer zoveel stroom als een koelkast met 3 plusjes.

Koelkast en vriezer

- ontdooi de vriezer regelmatig. Een laagje ijs van 2mm kost 10% meer energie
- zet je koelkast en vriezer niet kouder dan noodzakelijk
- zorg dat je je koelkast of vriezer zo kort mogelijk open hebt staan, bedenk van tevoren wat je nodig hebt
- vermijd een tweede koelkast
- controleer of je koelkast en vriezer nog goed sluiten, vervang eventueel de rubbers
- zet de koelkast en vriezer precies waterpas, zodat de deur niet kan gaan kieren
- ontdooi je eten in de koelkast, i.p.v. op je aanrecht, dit helpt de koelkast bij het koelen
- laat restjes voedsel eerst goed afkoelen voor je ze in de koelkast zet
- voorkom stof aan de achterkant van de koelkast en vriezer
- zet de koelkast en vriezer minimaal 10cm van de wand erachter
- plaats een koelkast en vriezer niet naast een oven
- maak handig gebruik van de diepvries van de winkel, koop niet te veel wat in je eigen diepvries moet
- koop geen koelkast en vriezer groter dan nodig

Koel of gekoeld bewaren

Koel bewaren is niet hetzelfde als gekoeld wegzetten. Staat op de verpakking "gekoeld bewaren", dan wordt daarmee in de koelkast bedoeld. Bij het advies "koel bewaren" of "na openen koel bewaren" kun je het product ook in de kelder of een andere koele ruimte bewaren. Handige vuistregel: als het product in de winkel in de koeling ligt, hoort het thuis ook in de koelkast.

Overige apparaten

- let op sluiptverbruik, zet apparaten helemaal uit als je ze niet gebruikt
- gebruik een stekkerdoos met een aan/uit schakelaar, dan zet je meteen een groep apparaten in één keer uit
- zijn batterijen toch nodig, maak gebruik van oplaadbare batterijen
- koop een energiezuinige stofzuiger, het vermogen van een stofzuiger zegt niets over de zuigkracht, zeker niet boven de 800 watt
- als je op vakantie gaat, zet dan zoveel mogelijk apparaten, zoals wekkers, koelkasten, audio en video uit
- verwijder de oplader van de elektrische tandenborstel als je niet oplaadt

Wassen

We gebruiken gemiddeld iets meer dan 20% van onze elektriciteit voor reiniging. Een groot deel daarvan gebruiken we om te wassen en te drogen.

Eco-stand

Veel was-, vaatmachines en drogers hebben een eco-stand. Deze programma's duren vaak veel langer. Dit lijkt meer energie te kosten, maar dat is niet zo, zet je wasmachine gerust op eco-stand. Duurt het te lang, zet hem 's nachts alvast aan en programmeer hem zo dat hij net klaar is als je wakker bent. Vertrouw je het niet, maak gebruik van een energiemeter. Deze kun je tussen de stekker en het stopcontact doen zodat hij het verbruik meet. Probeer de verschillende standen uit en schrijf het verbruik op.

Wasmachine

- was op lagere temperaturen, de helft van de temperatuur is de helft goedkoper
- was op eco-stand, hoewel het programma langer duurt, is het wel energiezuiniger
- gebruik een waslijn, droogmolen of droogrek
- centrifugeer op hoge toeren als de was daarna in de droger gaat, dit scheelt energie bij het drogen
- zet de wasmachine na het wassen helemaal uit
- was zoveel mogelijk met een volle wastrommel, vaak kan er meer in dan je denkt
- strijk je veel, zorg dan dat je was niet helemaal droog is, dit strijkt makkelijker

Spoel je vaat niet af

Vaatwasmiddel zit vol met enzymen die zo ontwikkeld zijn dat ze zichzelf hechten aan etensresten. Zonder etensresten kunnen de enzymen zich nergens aan vastklampen. Het wasmiddel spoelt weg in het afvoerputje, zonder daadwerkelijk iets schoongemaakt te hebben. De vaatwasser weet niet of de vaat vies is en gaat uit voorzorg extra lang draaien. Naast water scheelt het dus ook energie.

Beeld, geluid en computer

Audio, video en communicatie is goed voor gemiddeld 15% van je elektraverbruik. Apparaten worden wel steeds zuiniger, maar je gebruikt het wel steeds meer.

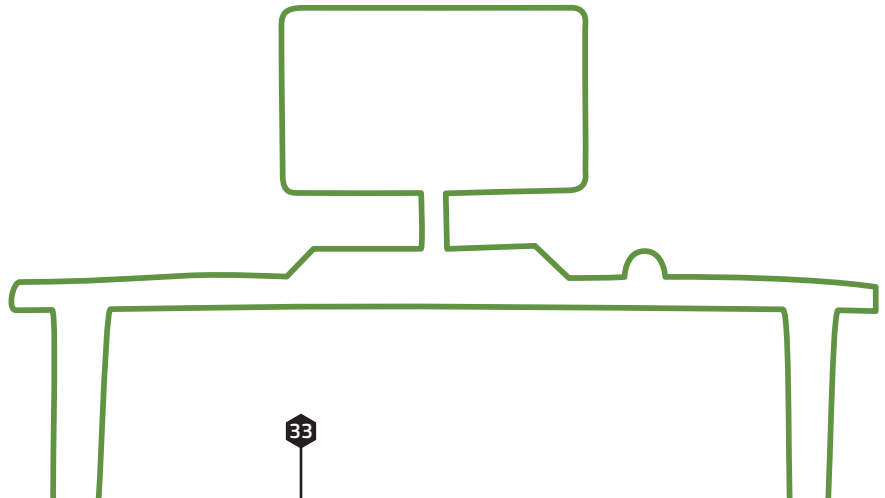
Standby killer

Er zijn verschillende type stekkerdozen op de markt die je helpen om je apparaten die anders op standby blijven staan, uit te schakelen en daarmee energie te besparen.

Een standby killer is een stekkerdoos die werkt volgens het master-slave principe. Zodra de master uitgeschakeld wordt, bijvoorbeeld je versterker, wordt alle andere apparatuur, die in de betreffende stekkerdoos gestoken is ook uitgeschakeld.

Computer en TV

- is je computer eventjes niet in gebruik, zet in elk geval je monitor dan uit
- iets downloaden dat veel tijd kost, zet je monitor uit
- verlaag de helderheid van je beeldscherm
- zet je computer uit en niet op stand-by of slaapstand, ook dan gebruikt hij energie
- voorkom gebruik van apparaten die warm worden, dit is een teken dat ze inefficiënt zijn
- voorkom zo mogelijk het gebruik van batterijen, ze kosten 1000x zoveel vergeleken met netstroom



Verlichting

De verlichting in huis is meer dan 15% van ons gemiddelde stroomverbruik.

Gebruik LED lampen

LED lampen hebben een hoge energie-efficiëntie omdat er geen energie verloren gaat zoals aan het verhitten van een gloei- of spaarlamp. Ook is de levensduur van een LED lamp drie tot vijf keer langer dan van een normale spaarlamp.

- sfeerverlichting is met warm wit led lampen mogelijk
- zet sfeerverlichting op een tijdschakelklok
- doe het licht uit als je een ruimte verlaat
- kies bij dimmers voor een lamp met een lager wattage, zeker als je de verlichting bijna nooit in de sterkste stand gebruikt
- gebruik zo min mogelijk halogeenverlichting: erg sfeervol, maar niet zo energiezuinig



Koken

Ook met koken of andere voeding gerelateerde handelingen kun je energie besparen. Vaak zijn het kleine bijdrages, maar deze kosten je dan ook niks, gratis geld dus.

We dagen je uit: kook zuinig!

- zet het eten met zo min mogelijk water op, zo blijven de vitamines ook beter bewaard
- gebruik zo klein mogelijke pannen
- doe altijd het deksel op de pan
- zet het gas of de kookplaat lager zodra het water kookt, net aan de kook houden is voldoende
- zorg bij een gasfornuis dat de vlam onder de pan blijft
- zoek je nog meer mogelijkheden: kook in een snelkookpan
- verwarm de oven niet langer voor dan nodig
- kook niet meer water dan je nodig hebt voor je kopje thee
- zet de oven na gebruik open om de verwarming wat te ontzien
- gebruik een thermoskan om je koffie of thee warm te houden

Afzuigkap

Zorg dat je goed afzuigt als je kookt. Vochtige lucht in huis maakt dat het meer energie kost om op te warmen. Zet je afzuiging ook niet te lang aan, ten slotte zuigt hij al je warme lucht in je huis af. Reinig of vervang de filters van de afzuigkap regelmatig om de werking zeker te stellen.

Inductie of keramische kookplaat

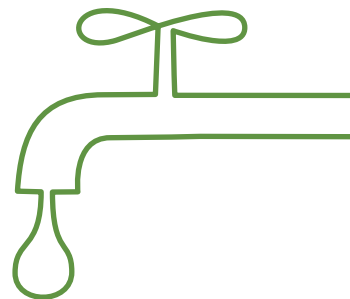
Een inductie kookplaat is energiezuinig, omdat hij alleen de pan zelf verwarmt. Wanneer je de pan van de plaat afhaalt, schakelt deze automatisch uit. Het apparaat is dan ook vrij snel afgekoeld. Een keramische kookplaat gebruikt veel energie om de kookzones op te warmen. Daarnaast blijft het apparaat nog geruime tijd warm als je klaar bent met koken. Hierdoor verliest het apparaat veel energie.

Een nadeel is dat je voor een inductie kookplaat pannen nodig hebt met een speciale magnetische bodem. Heb je eerst op gas gekookt? Dan is de kans groot dat de bodem vervormd is en je nieuwe pannen moet aanschaffen. Een voordeel is dat inductie sneller en veiliger is.

Water

Naast energiebesparing is het zuinig omgaan met water ook belangrijk. Een tweepersoonshuishouden verbruikt gemiddeld 250 liter water per dag. Onderstaande tips hebben niet alleen een positief effect op de gasrekening maar ook op je waterverbruik.

- gebruik koud water om je handen of gezicht te wassen, dit scheelt water en energie
- maak gebruik van een afwasteiltje met een sopje i.p.v. afwassen onder de stromende kraan
- gebruik een perlator, ook wel schuimstraalmondstuk genoemd. Ziet je water uit de kraan er wit uit, dan heb je er al een.
- gebruik een waterbesparende douchekop
- douche een minuut korter
- neem een douche in plaats van een bad
- heb je een boiler, plaats deze dan zo dicht mogelijk bij de plekken waar het meeste warme water wordt gebruikt
- zet een close-in boiler uit met behulp van een tijdschakelaar





Mijn energie bespaardoelen



Mijn energie bespaardoelen

☐

het boekje energie besparen van TEC lezen

☐☐☐☐☐

Colofon

Contactgegevens

Traais Energie Collectief
Bredaseweg 26A, Terheijden
www.traaisenergiecollectief.nl
info@traaisenergiecollectief.nl

Initiatiefnemers en auteurs

Werkgroep Energiebesparing TEC

Ontwerp

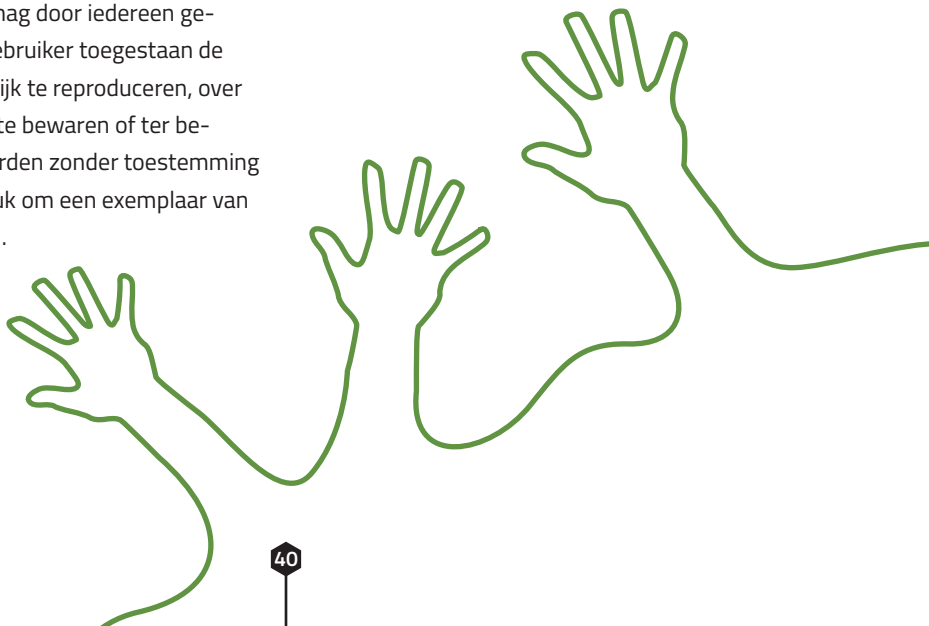
Carlo Bongers (Studio Anders)

Copyright

De inhoud van dit boekje mag door iedereen gebruikt worden. Het is de gebruiker toegestaan de inhoud geheel of gedeeltelijk te reproduceren, over te dragen, te verspreiden, te bewaren of ter beschikking te stellen aan derden zonder toestemming van TEC. We vinden het leuk om een exemplaar van het resultaat te ontvangen.

Disclaimer

Het Traais Energie Collectief sluit iedere aansprakelijkheid uit voor zowel schade die mocht voortvloeien uit het gebruik van dit boekje als schade die zou kunnen ontstaan als gevolg van eventuele (druk) fouten, onvolledigheden en onvolkomenheden van dit boekje.





traaisenergiecollectief.nl

