



# Tips om energie te besparen

Heb jij grip op je energieverbruik en daarmee op je energierekening? Hoeveel gas en stroom verbruik je jaarlijks? Weet je wat de apparaten die je in huis hebt verbruiken en welke invloed je zelf hebt op het verbruik?

Energie zal de komende jaren alleen maar duurder worden; reden te meer om goed te kijken naar je eigen verbruik en waar je mogelijk zou kunnen besparen. In deze folder vind je hierover meer informatie. Daarnaast vind je in de bijlage bespaarkaarten voor gas en electriciteit (handig voor in de meterkast). De genoemde bedragen zijn indicatief, maar geven je een goed beeld van wat een apparaat aan energie kost of wat een maatregel je kan opleveren. Je kunt ook onze energiecoach inschakelen voor meer informatie of een advies op maat.

## De energierekening

De gemiddelde energierekening van een Nederlands huishouden was in 2018 ruim € 1.750,- per jaar. In 2019 stijgt dit bedrag met ongeveer € 200,-. Daar komt nog een belastingverhoging van circa € 160,- bij. De energierekening bestaat voor tweederde uit kosten voor gasverbruik. De rest gaat op aan stroom. In de kosten voor gas en stroom zit een deel vaste kosten. Hier heb je zelf geen invloed op. Voorbeelden hiervan zijn de kosten voor de meter en het transport.



## Inzicht in je energierekening

### Wat staat er allemaal op je energierekening?

Zodra hij op de deurmat valt, vragen veel mensen zich af: wat betekenen die cijfers allemaal? Welke posten staan erop en wat betekenen die? Meestal zijn de energierekeningen hetzelfde opgebouwd. Je ziet leveringskosten, netbeheerkosten, belastingen/overheidsheffingen en overige kosten. Een duidelijke uitleg vind je op de website van de Consumentenbond, waarin je stap voor stap wordt meegenomen in de verschillende posten van de rekening.

### Overstappen naar een andere energieleverancier

Ook al ben je tevreden over je huidige energieleverancier, weet dat overstappen vaak loont. Andere aanbieders hebben namelijk regelmatig mooie aanbiedingen of kortingen. Dat scheelt in je beurs. Daarnaast hebben veel leveranciers een overstapservice waardoor overstappen makkelijk wordt gemaakt. Ook betalen ze in sommige gevallen de boete voor het vervroegd opzeggen van je contract. De hoogte van deze opzegboetes zijn landelijk vastgelegd.

Overweeg je over te stappen vergelijk je huidige contract en tarieven dan eens met andere leveranciers. De enige manier voor energieleveranciers om te concurreren is op het vastrecht en het leveringstarief, de rest zijn vaste posten. Hou in gedachten dat je 'lokkertjes' als gratis tablets, cadeaubonnen e.d. uiteindelijk zelf betaalt. Via de Consumentenbond kun je heel makkelijk je maandtarief vergelijken en krijg je een onafhankelijk en betrouwbaar advies.

### Groene energie

Wil je echt je steentje bijdragen aan een beter milieu en bijdragen aan duurzaamheid? Kies dan voor een groene energieleverancier, die stroom levert die ook écht groen is en niet alleen op papier. In de bijlage bij deze folder vind je een overzicht van de groenste tot de minst groene energieleverancier in Nederland eind 2018.



Je hebt zelf invloed op je energieverbruik

### Je eigen stroom opwekken

Nog geen zonnepanelen op je dak? Hiermee kun je een deel van je eigen stroom opwekken; dat is duurzaam en goed voor je beurs. Nú is het moment om van onze regeling gebruik te maken. Wonen Zuid legt op dit moment de zonnepanelen zonder investering op je dak; wel delen we de opbrengst. Je ontvangt van ons een minimale opbrengstgarantie, dus weet je precies waar je minimaal op kunt rekenen. Meer informatie hierover vind je op onze website.

### Inzicht in je energieverbruik

Je hebt zelf invloed op het energieverbruik van de apparaten die je in huis hebt. Als je weet wat ze ongeveer verbruiken, kun je het gebruik namelijk vaak aanpassen en wordt het eenvoudiger om energie te besparen. Dit scheelt in je beurs, maar is ook beter voor het milieu.

### De energieverbruiksmanager helpt

Een energieverbruiksmanager is een apparaat dat inzicht geeft in je energieverbruik (het kan ook een app zijn). Het geeft veel meer informatie dan de energiemeter in de meterkast. Op deze manier kun je gericht besparen en het effect is meteen zichtbaar. Zo'n manager kan er zomaar toe leiden dat je een besparing doet van 5 tot wel 10% op het totale energieverbruik. Vaak heeft je energieleverancier een eigen app waarmee je je verbruik bij kunt houden op je telefoon of tablet. Daarnaast kun je er ook bespaardoelen mee instellen of je termijnbedrag aanpassen. Met dat laatste voorkom je dat je voor verrassingen komt te staan als je de jaarafrekening ontvangt.





## Besparen op stroom: goed voor portemonnee en milieu

### Stroom: wat verbruiken apparaten en hoe kun je hierop besparen?

Nederlandse huishoudens verbruiken in 2019 gemiddeld zo'n € 690,- aan stroom. Dat is een behoorlijk bedrag. Maar er zijn genoeg mogelijkheden om hierop te besparen. Bijvoorbeeld door verouderde apparatuur te vervangen of apparaten echt uit te zetten in plaats van ze in de stand-by stand te laten staan. Hieronder staan een aantal tips hiervoor.

#### Verouderde apparaten

Meestal vervangen we elektrische apparaten als ze kapot zijn. Het is echter soms beter voor het milieu om dat al eerder te doen. Omdat apparaten steeds energiezuiniger worden is vaak het goedkoper om ze te vervangen voordat ze kapot gaan. Deze ontwikkeling staat niet stil: wasdrogers, vriezers, koelkasten en ook televisies verbruiken nog maar de helft of minder van de energie van de apparatuur van een aantal jaren geleden.

Je kunt hier dus enorm mee besparen. Wel is het belangrijk dat we de apparaten dan ook naar de milieustraat brengen of kleinere apparaten gratis inleveren bij de bouwmarkt of elektronicazaak. Door de materialen te recyclen kunnen we deze opnieuw gebruiken en gaan we er duurzamer mee om. Schadelijke stoffen blijven zo uit het milieu.

#### Zet apparaten écht uit

Enig idee wat het op stand-by laten staan van je apparatuur op jaarbasis kost? Per jaar verbruiken we op deze manier ongeveer 450 kilowattuur (kWh). 60% van deze kWh kun je 'voorkomen' door apparaten echt uit te zetten. Eenmalig een stekkerdoos met aan-/uitschakelaar of een standby killer aanschaffen en je kunt je tv en alle randapparatuur met één druk op de knop uitschakelen. Hiermee bespaar je jaarlijks soms wel € 60,-.



## LED-lampen 85% goedkoper dan 'gewone' gloeilampen

### Echte stroomslurpers

Er zijn apparaten in huis waarvan je het misschien niet zou denken, maar ondertussen slurpen ze onnodig veel stroom. Belangrijk is dat je weet wat dit voor je energierekening betekent. Je bepaalt zelf of en wat je ermee doet. Voorbeelden van echte sluipslurpers zijn: de decoder voor digitale tv, de spelcomputer, de computer met printer, de warmhoudstand van het koffiezetapparaat, audioapparatuur en een close-in boiler in het keukenkastje. Ook een tropisch aquarium verbruikt veel stroom omdat het verwarmingselement continu het water opwarmt. Dat geldt ook voor een opblaasbare jacuzzi in de zomer. Vijver- en zwembadpompen en filtersystemen verbruiken veel energie omdat ze continu draaien; zelfs de kleinste pomp verbruikt meer energie dan 100 gemiddelde wasbeurten per jaar. Ga ook eens na hoe vaak je de terrasverwarmer gebruikt of de zonnepaneel. Je zou met een simpele tijdschakelaar het verbruik sterk kunnen verminderen.

### Vervang je lampen

Het vervangen van je gloeilampen door LED-lampen levert een besparing op van 85%. Bij halogeenlampen is dat 75%. Dit wetende is het makkelijk een optelsom te maken van wat je kunt besparen als je jouw gloeilampen vervangt door LED-lampen. Dat kun je in één keer doen, maar natuurlijk ook stukje bij beetje. LED-lampen hebben tevens een lange levensduur. In de bijlage staat een overzicht van de mogelijke besparing die je dit kan opleveren. De investering in LED-lampen verdient je binnen een jaar terug. Let bij vervanging op het aantal lumen zodat je de juiste lamp met dezelfde lichtopbrengst koopt.

### Wat verbruikt mijn apparatuur gemiddeld?

Wil je je eigen verbruik berekenen? In de bijlage bij deze brochure zit een handig overzicht van diverse apparatuur met een geschat jaarverbruik. Je zou ook eens kunnen meten met een verbruiksmeter voor het exacte verbruik.



## Thermostaat 's nachts op 15 of 16 graden

### Gas

We verbruiken het meeste gas voor het verwarmen en gebruik van warm water in onze woning. Het meeste warm water wordt gebruikt om te douchen of baden. Door slim om te gaan met je installaties kun je ervoor zorgen dat je minder verbruikt. Hieronder enkele bespaartips.

#### De thermostaat lager zetten

Zet de thermostaat eens een graad lager dan je gewend bent. Dit levert een goede besparing op. Als je actief bezig bent in de woning is 19 graden meestal ruim voldoende. Ga je voor langere tijd de deur uit, zet de thermostaat dan ook iets lager. Door ook de thermostaatkranen op je radiatoren bij een collectieve ketel in je appartement bewust te gebruiken kun je een mooie besparing doen op je energieverbruik.

### 's Nachts naar 15 à 16 graden

Draai je de thermostaat ook altijd helemaal terug als je naar bed gaat? Dan kost dat 's morgens heel veel energie maar ook tijd om je woning weer op een comfortabele temperatuur te krijgen. Je CV ketel moet dan namelijk heel hard werken. Het is beter om de thermostaat op 15 à 16 graden terug te draaien. Als je daarnaast ook nog de thermostaat een uur voor je gaat slapen terugdraait bespaar je nog meer. De woning koelt dan namelijk langzaam af. Op veel thermostaten kun je de temperatuur voor de hele week instellen.

### Installaties

#### Onderhoud je installaties

Zodra de zomertijd voorbij is, is het tijd om je CV ketel te checken op waterdruk (ideaal is 1,5 bar, maximaal 2,0 bar) en te ontluichten, zodat deze in de koudere maanden optimaal zijn werk kan doen. Op onze website staan in de rubriek Mijn Wonen Zuid onder Mijn woning een aantal filmpjes die je hierbij kunnen helpen.





## Ventileren is een must

### Ventileren is belangrijk

Ventilatie is nodig om een gezond binnenklimaat te houden in je huis. Hoewel dit goed is voor onze gezondheid ventileren we vaak te weinig. Met name in de winter neigen we ernaar om de ramen en deuren goed dicht te houden. Soms houden we ook de ventilatieroosters dicht. Hierdoor hoopt vocht zich op in je woning en is de kans groot dat er schimmel ontstaat. Ook heeft vochtige lucht de eigenschap dat het moeilijker opwarmt; je ketel moet dus harder werken en dat is altijd slechter voor je beurs.

### Algemeen

Belangrijk is om constant verse lucht aan te voeren via ventilatieroosters of klepramen. Extra ventilatie is belangrijk als je kookt of doucht en er meer mensen in huis zijn als je een feestje geeft bijvoorbeeld. Hou ventilatieroosters open en maak ze regelmatig schoon. Gebruik ook je mechanische ventilatie. Lucht je slaapkamers dagelijks minimaal 30 minuten.

### Douchen

Zorg ervoor dat je de badkamer ventileert tijdens en na gebruik. Door ook het tegelwerk te drogen (liefst met een douchewisser), voorkom je onnodig extra vocht in huis.

### Was drogen

Als het mogelijk is, adviseren we je om de was altijd buiten te drogen (droogmolen of droogrek). Doe je dit toch binnen, ventileer dan extra. Beperk het gebruik van de wasdroger.

### Koken

Het is verstandig om tijdens en na het koken goed te ventileren, de afzuigkap of mechanische ventilatie te gebruiken in de hoogste stand en dit ook nog een kwartier na het koken te doen. Op die manier verdwijnt het meeste vocht en kooklucht uit je woning.



## Maximaal 5 minuten douchen

### Meubels

Voor een goede werking van de radiatoren is het zeer belangrijk om deze vrij te houden. Zet geen bankstel voor de radiatoren en laat de gordijnen ook niet er overheen hangen. Als je grote kasten hebt geplaatst tegen een buitenmuur, hou er dan rekening mee dat die iets van de wand af staan, zodat er zich geen vocht kan ophopen.

### Juiste temperatuur van koelkast en diepvries

Door je koelkast en diepvries goed in te stellen kun je energie besparen. Voor een koelkast is een temperatuur van 7 graden bovenin de koelkast gemeten voldoende. Goed gevuld werkt de koelkast ook beter. Hij houdt de kou dan namelijk beter vast. De diepvries hoeft niet kouder te zijn dan -15 tot -18 graden. Je zou dit met een simpele thermometer kunnen controleren.

### De 5 minuten douche

In Nederland wordt gemiddeld 9 minuten gedoucht, zo'n 5 keer per week. Daarbij verbruikt je ruim 50 liter water per douchebeurt. Mensen in de leeftijd van 18 tot 34 jaar zijn echte grootverbruikers, zij douchen het vaakst en het langst.

Als we allemaal iets korter zouden douchen, zouden we een grote besparing kunnen doen op de energiekosten en ons klimaat. Een gezin van 4 personen zou zo maar € 220,- per jaar kunnen besparen door korter te douchen. Probeer eens drie minuten korter te douchen of je douche maximaal 5 minuten te gebruiken en zie wat dat met je energierekening doet. Met een douchetimer of eierwekker krijg je hier zicht op.

### Meer informatie?

Meer informatie over bespaartips en adviezen? Kijk dan eens op de Facebookpagina van onze energicoach Mathy Jacobs. Je kunt ook een afspraak met hem maken.

088 66 53 653  
info@wonen-zuid.nl

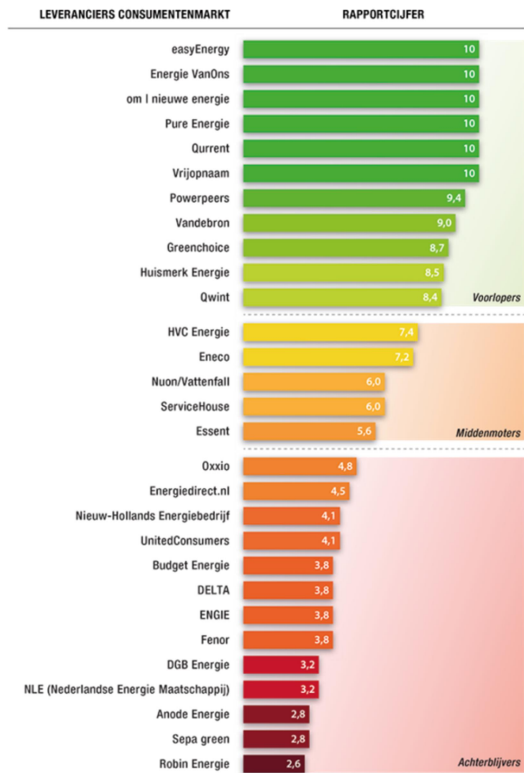
Kantoor Heerlen  
Dr. Poelsstraat 8  
6411 HH Heerlen

Kantoor Roermond  
Buitenop 9  
6041 LA Roermond



## Bijlage folder energie besparen

### 1. Overzicht energieleveranciers



### 2. Besparing bij gebruik van LED-lampen

Te vervangen gloeilamp	Aantal lumen vervangende LED lamp	Energiekostenbesparing per jaar **
Gloeilamp van 100 watt	> 1300 lumen	€ 9,80
Gloeilamp van 75 watt	900 - 1100 lumen	€ 7,25
Gloeilamp van 60 watt	700 - 850 lumen	€ 5,90
Gloeilamp van 40 watt	400 - 500 lumen	€ 4,00
Gloeilamp van 25 watt	200 - 300 lumen	€ 2,50
Gloeilamp van 15 watt	100 - 150 lumen	€ 1,50

\*\* Op basis van 550 branduren per jaar.

# BESPAARKAART

## Eenvoudige tips om te besparen op stroom (indicatie van gemiddelde besparing)

Gloeilampen en halogeen vervangen door ledlampen	€ 130.- p/jaar
Waterbed? Weet wat dit per jaar kost	€ 170.- p/jaar
Verspil geen koffie en gebruik een thermoskan i.p.v. de warmhoudplaat	€ 10.- p/jaar
Werk met een zuinige laptop in plaats van een pc	€ 35.- p/jaar
Laat producten eerst afkoelen en ontdooi producten in de koelkast	€ 10.- p/jaar
Vervang je oude koelkast en koop hem ook op maat; gevuld werkt zuiniger	€ 40.- p/jaar
Een koel vriescombinatie is zuiniger dan een losse koelkast en vriezer	€ 30.- p/jaar
Tweede koelkast of koel vriescombinatie echt nodig? (alleen bij feestjes?)	€ 40.- p/jaar
Ontdooi je vriezer regelmatig en stel hem in op -18 gr Celcius	€ 73.- p/jaar
Maak gebruik van het laagtarief (indien mogelijk) voor elektra	€ 20.- p/jaar
Kook met passende pannen en deksel erop	€ 8.- p/jaar
Kook niet meer water dan je nodig hebt	€ 20.- p/jaar
Was op lagere temperaturen	€ 17.- p/jaar
Centrifugeer zo hoog mogelijk voordat je de was gaat drogen	€ 5.- p/jaar
Gebruik de waslijn of droogrek	€ 88.- p/jaar
Gebruik de eco stand van je vaatwasser en vul de machine steeds	€ 20.- p/jaar
Check je tv- kastje/ontvanger, vervang een lcd tv voor een led	
Vijverpomp uitschakelen, niet meer gebruiken	€ 42.- p/jaar
Uitgekeken op je tropisch aquarium? Koppel hem af	€ 187.- p/jaar
Laat apparatuur niet op stand by staan, stekkerdoos met aan/uit knop	€ 60.- p/jaar
Vervang je oude tv/lcd/plasma voor een led- tv, halvering tot driekwart besparing mogelijk, afhankelijk van de grootte van je tv	
Zet alle apparaten uit en haal stekkers uit het stopcontact (één tv op stand-by gemiddeld al € 13,20 per jaar); stand-by killer of doordrukstekkers kunnen helpen hierbij	
Heb je een licht interieur en lichte wanden, verbruik je minder voor verlichting	€ 11.- p/jaar
Je zonnehemel minder gebruiken, buiten van de zon genieten ( 2 pers. )	€ 25.- p/jaar

# BESPAARKAART

## Eenvoudige tips om te besparen op gas (indicatie van gemiddelde besparing)

Breng radiatorfolie aan achter de radiatoren (bespaart ca. € 7.- p/m <sup>2</sup> )	€ 75.- p/jaar
Douchen met een douchetimer, max. 5 minuten douchen (gezin 4 pers)	€ 220.- p/jaar
Isoleer de cv-leidingen	€ 16.- p/jaar
Zet de thermostaat een graad lager, doe een trui aan (7% besparing per graad)	€ 80.- p/jaar
Zet de thermostaat 's nachts op 15 graden	€ 80.- p/jaar
Koop een waterbesparende douchekop (afh. van hoe lang je doucht) (huidige standaard van WZ is reeds waterbesparend)	€ 45.- p/jaar
Gebruik tochtstrips waar deze nog niet aanwezig zijn	€ 45.- p/jaar
Vervang het leertje van een druppelende kraan en plaats een schuimstraalmond	€ 9.- p/jaar
Kook niet meer water dan je echt nodig hebt	€ 20.- p/jaar
Waterbespaarder monteren op ca. 4 kranen (50% besparing)	€ 10.- p/jaar
Hang (dikke) gordijnen voor de ramen en doe ze dicht 's avonds (laat ze ook niet voor de radiator hangen, dan verlies je warmte erachter)	€ 15.- p/jaar
Heb je een elektrische kachel (bv. berging/garage etc), gebruik deze een uur minder per dag	€ 50.- p/jaar
Kijk goed of alle kieren en naden goed dicht zijn in huis	€ 50.- p/jaar
Verwarm alleen ruimtes waar je ook echt verblijft, de andere minimaal	€ 200.- p/jaar
Gebruik niet te vaak het bad, hier wordt veel energie verbruikt (gezin 4 pers)	€ 330.- p/jaar

## Uw ketel vullen of ontluchten? Vragen over uw ventilatiesysteem?

Onderstaand de link naar instructiefilmpjes over het bijvullen van de ketel of het gebruik van uw ventilatiesysteem, scan onderstaande QR- code:





## Bijlage folder energie besparen

### Huishoudelijke apparaten en gemiddeld verbruik per jaar

Om een beeld te krijgen van wat je huishoudelijke apparatuur gemiddeld verbruikt per jaar, onderstaande tabel waarin de meest voorkomende apparaten zijn opgenomen en hun verbruik. Let op: genoemde bedragen zijn afhankelijk van hoe jij zelf met je apparatuur om gaat en kunnen dus afwijken van het gemiddelde.

Activiteit/apparaat	Aantal kWh op jaarbasis*	Prijs in €
TV Kijken		
TV: 32 inch LED	195 kWh	€ 42,-
TV Stand-by stand	60 kWh	€ 13,-
Schoonmaken		
Stofzuiger	50 kWh	€ 11,-
Vaatwasser A+-label	290 kWh	€ 63,-
Vaatwasser A+++ -label	230 kWh	€ 50,-
Wasmachine (standaard)	250 kWh	€ 55,-
Wasmachine A+++ label	150 kWh	€ 33,-
Wasdroger	235 kWh	€ 51,-
Computer gebruik		
Computer met Lcd-scherm	230 kWh	€ 50,-
Computer oud beeldbuis scherm	275 kWh	€ 60,-
Printers, routers of een setje luidsprekers	95 kWh	€ 20,-
Email en internetten	86 kWh	€ 18,-
E-mail en internetten, online tv kijken en muziek luisteren, tekstverwerken: (6 uur per dag)	380 kWh	€ 83,-
Films downloaden, e-mail en internetten, online tv kijken en muziek luisteren, tekstverwerken ( 14 uur p/d)	845 kWh	€ 158,-
Gamen/internetten	900 kWh	€ 198,-
Koelkast en vriezer		
Koel- en vriesapparatuur	600 kWh	€ 132,-
Koelkast tafelmodel, 25 jaar oud	300 kWh	€ 66,-
Koelkast tafelmodel, 15 jaar oud	220 kWh	€ 48,-
Koelkast tafelmodel, 7 jaar oud	175 kWh	€ 38,-
Nieuwe koelkast A+++ tafelmodel	75 kWh	€ 16,-
Koelvriescombinatie, 25 jaar oud	670 kWh	€ 147,-
Koelvriescombinatie, 15 jaar oud	440 kWh	€ 96,-
Koelvriescombinatie, 7 jaar oud	350 kWh	€ 77,-
Nieuwe A+++ koelvriescombinatie	150 kWh	€ 33,-
Diepvries	375 kWh	€ 82,-
Tuin/Vijver		
Tuinvijverpomp	195 kWh	€ 42,-
Tropisch aquarium	850 kWh	€ 187,-
Activiteit/apparaat	Aantal kWh op jaarbasis*	Prijs in €
Overige apparatuur in kWh		
Elektrische kachel (550 uur per jaar)	1000 kWh	€ 220,-
Waterbed	750 kWh	€ 165,-

## Bijlage folder energie besparen

Airconditioner (Airco)	160 tot 430 kWh	€ 94,-
Infrarood sauna	415 kWh	€ 91,-
Elektrische deken	30 kWh	€ 6,-
Kookplaat (elektrische)	500 kWh	€ 110,-
Koffiezetapparaat	75 kWh	€ 16,- €
Oven	100 kWh	22,-
Strijkijzer	30 kWh	€ 6,-
Waterkoker (2 keer per dag)	80 kWh	€ 17,-
Frituurpan/ airfryer (3 keer p week 0,5 uur)	20 kWh	€ 4,-