

# €nergie besparen

Verlaag uw woonkosten door te besparen op het gebruik van elektriciteit, gas en water in huis

## Badkamer

- Kortere douchen
- Opladers uit stopcontact
- Goed ventileren
- Douche droog maken
- Gebruik Ledlampen
- Gebruik waterbespaarders

## Woonkamer

- Minder standby verbruik
- Verwarming wat lager
- Verwarming eerder uit
- Verwarming tussendoor laag
- Verwarming aan; ramen, deuren dicht
- Gordijnen dicht
- Plaats radiatorfolie
- Overbodige verlichting uit
- Lamp met juiste wattage gebruiken
- Gebruik Ledlampen
- Overbodige stekkers eruit

## Keuken

- Energie zuinig koken
- Ventileren tijdens koken
- Diepvriezer ontdooien
- Eten ontdooien in koelkast
- Volle vaatwasser
- Overbodige stekkers eruit
- Gebruik Ledlampen
- Geen 2e koelkast/vriezer



## Zolder

- Leidingen isoleren
- Ventileren
- Verwarming uit
- Gebruik Ledlampen

## Slaapkamer

- Verwarming laag/uit
- TV uit, niet op standby
- Overbodige stekkers uit stopcontact
- Gebruik Ledlampen

## WC

- Bespaarknop op toilet
- Gebruik waterbespaarder
- Gebruik Ledlampen

## Hal

- Verwarming laag/uit
- Gebruik Ledlamp

Energie besparen

Stichting Piëzo

## Hoeveel levert besparen je op?

### Tips verwarmen zonder verspillen (en besparing op gas)

- 1 Sluit alle deuren in huis en verwarm alleen de ruimtes waar je veel bent. 300 euro per jaar.
- 2 Één graadje lager dan je gewend bent (max. 19). Daarmee bespaar je 120 euro per jaar.
- 3 Zet je thermostaat 's nachts op 15 graden. Daarmee bespaar je gemiddeld 125 euro per jaar.
- 4 Zet de thermostaat op 15 graden als er overdag niemand thuis is. Daarmee bespaar je gemiddeld 140 euro per jaar.
- 5 Verwarm je slaapkamer niet. Daarmee bespaar je gemiddeld 70 euro per jaar.
- 6 Zet de thermostaat een uur voordat je gaat slapen op 15 graden. Daarmee bespaar je gemiddeld 25 euro per jaar.
- 7 Slim koken, deksel op de pan en als het kookt tijdig het gas laag of uit, eenpansgerechten.
- 8 Radiatorfolie in woonkamer en (open) keuken, besparing vanaf 10 euro per jaar.
- 9 Buisisolatie in kruipruimte en zolder, besparing vanaf 20 euro per jaar.
- 10 Zet je HR-ketel op 60 graden ([www.zetmop60.nl](http://www.zetmop60.nl)), besparing tot 140 euro per jaar.

### In elf stappen naar een lage stroomrekening (besparing op elektriciteit)

- 1 Met een zuinige A+ koelvriescombi bespaar je jaarlijks 200 kWh (besparing € 45,= per jaar).
- 2 Vervang je gloei- en halogeenlampen door LED-lampen bespaar jaarlijks 140 kWh (besparing € 30,= per jaar).
- 3 Voorkom sluipverbruik bespaar jaarlijks 150 tot 300 kWh (besparing van € 30,= tot € 60,= per jaar).
- 4 Beperk elektrische bijverwarming en bespaar jaarlijks 350 kWh (besparing € 70,= per jaar).
- 5 Doe de 2e koelkast weg en bespaar jaarlijks 250 kWh (besparing € 50,= per jaar).
- 6 Neem een zuinige A+ warmtepompdroger en bespaar 200 kWh (besparing € 45, = per jaar).

- 7 Droog je was aan de waslijn, dan bespaar je jaarlijks 125 kWh (besparing € 25,= per jaar).
- 8 Was op 30 graden en met volle trommel en bespaar 100 kWh (besparing € 20,= per jaar). Gebruik waar mogelijk het Eco programma op de wasmachine.
- 9 Zet de volle vaatwasser op het Eco programma en 130 kWh per jaar (besparing € 25,= per jaar).
- 10 Doe je een waterbed, een tropisch aquarium en een beertender de deur uit, dan bespaar je ongeveer evenveel als met de bovenstaande 9 tips samen (besparing € 400,= per jaar).
- 11 Koel pas boven de 25 graden, bijv. met een ventilator met daarvoor flessen ijs(water)

*De eerste 9 tips samen besparen bijna 2.000 kWh (440 euro), dat is tweederde van het stroomverbruik van een gemiddeld huishouden.*

### Besparing op water

- 1 Max. 5 minuten douchen bespaart 15.000 liter water en gas (besparing € 60 per jaar).
- 2 Waterbesparende douchekop bespaart 7.500 liter water en gas (besparing € 40 per jaar).
- 3 Thermostaatkraan bespaart 1.000 liter water en gas (besparing € 5 per jaar).
- 4 Een douche in plaats van in bad bespaart 2.300 liter water en gas (€ 10 euro per jaar).
- 5 Een waterbesparend toilet bespaart € 30 per jaar.
- 6 Kraan tussentijds dicht bij tanden poetsen en handen wassen
- 7 Nog koude schone douchewater opvangen voor planten of WC-spoeling.

**N.B.** *Bovengenoemde bedragen aan besparingen zijn 2 tot 3 x zo hoog obv de prijzen van 2022!*

### Meer informatie

Stichting Piëzo  
079 888 55 50  
[info@stichtingpiezo.nl](mailto:info@stichtingpiezo.nl)