



Den Haag

Gas en electra besparen

Met het 5 stappenplan

Aan de slag!

- Welkom!
- De energierekening
- Het 5 stappenplan
- Afronding



De energierekening



- Wie weet zijn verbruik per jaar in m³ gas en kwh electra?
- Is dit hoog voor je woonsituatie?

Het 5 stappenplan

- 1 Bepaal **waar** het warm moet zijn in huis
- 2 Houd de warmte **binnen**
- 3 Zorg dat je CV (of warmtepomp) **optimaal** werkt
- 4 Slim omgaan met **warm water**
- 5 Slim **verwarmen**

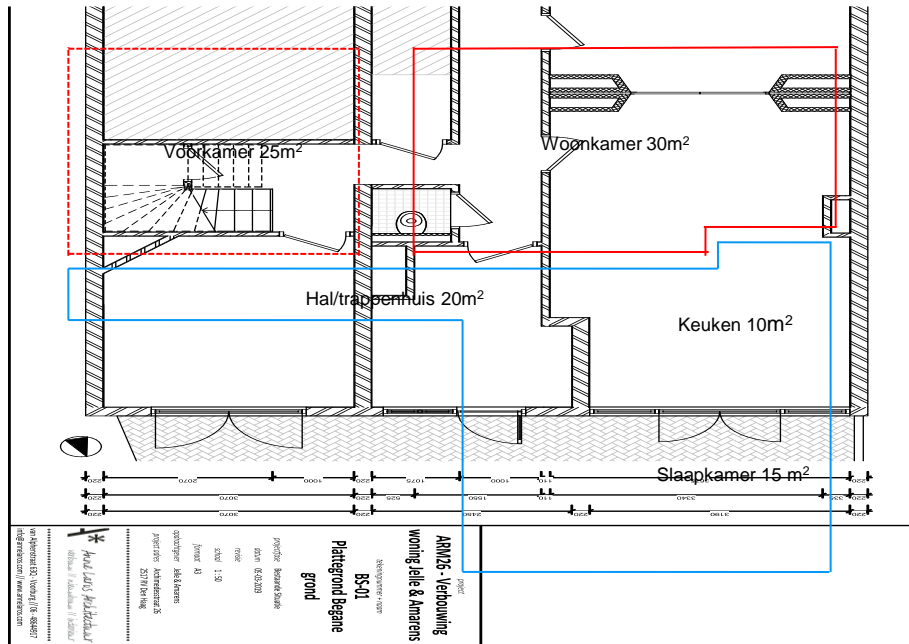
Stap 1: Bepaal waar het warm moet zijn



1.1 Aan de slag met ruimtes

Zet de verwarming uit in ruimtes die niet de hele dag warm hoeven te zijn.

Kosten: gratis
Opbrengst: 370-900 euro per jaar



1.2 Aan de slag met Plaatselijk verwarmen



Als je **plaatselijk en tijdelijk** verwarmt met bijv. warmte kussens of infrarood kan dat veel geld besparen.

Voorbeeld: badkamer niet de hele dag met radiator verwarmen, maar met een infrarood verwarming die alleen aan staat als je in de ruimte bent.

Besparing: per jaar 60 m³ gas.

Infrarood paneel gebruikt in dit voorbeeld 100 kWh stroom per jaar waardoor de energierekening daalt met € 40 per jaar.

Kosten: afhankelijk van het type

Opbrengst: Afhankelijk van de situatie

Stap 2: houd de warmte **binnen**



2.1 Aan de slag met... tochtwering



Door naden en kieren ontsnapt er veel warmte. Door deze dicht te maken verlaag je het gasverbruik en verhoog je het comfort

Kosten: afhankelijk van de situatie

Opbrengst : 70-200 euro per jaar

2.2 Aan de slag met... deurdranger



Routine van deuren sluiten of met een deurdranger blijft de deur dicht en houd je de warmte binnen.

Kosten: Deurveer vanaf 5 euro, deurdranger vanaf 30 euro

Opbrengst: winst in comfort, gasbesparing is afhankelijk van de situatie.

2.3 Aan de slag met... kozijnfolie



Als dubbel glas niet meteen een optie is, kan eenvoudig Kozijnfolie worden aangebracht. Dit zorgt voor een laagje stilstaande lucht door het aanbrengen van een dunne, bijna onzichtbare folie. Hierdoor houd je de warmte beter binnen.

Kosten: circa 2,50 euro per m²

Opbrengst: 15,6- 39 euro per m² per jaar

2.4 Aan de slag met... raamfolie



Raamfolie vormt een extra laag op het raam. Er zijn speciale folies op de markt. Je kan ook goedkopere noppenfolie aanbrengen door water op het raam te sproeien waar de folie met de gladde kant aan blijft plakken. Let op plaats geen folie op HR++ glas.

Kosten: circa 1 euro per m²

Opbrengst: 12,20-30 euro per m² per jaar

2.5 Aan de slag met... gordijnen



Goede (zwaardere stof) gordijnen houden de kou buiten, met afsluiting tegen plafond en op de grond.

Voor het raam, als tocht separatie achter de voordeur, of om de kamer te verkleinen.

Kosten: afhankelijk van de

situatie

Stap 3: zorg dat je CV optimaal werkt



3.1 Aan de slag met... vrijmaken radiator



Zorg dat de gordijnen niet voor de radiatoren hangen en zet de bank minimaal 30 cm van de radiator af. Hierdoor kan de warme lucht makkelijker de ruimte in.

Kosten: gratis

Opbrengst: situatie afhankelijk

Meer informatie <https://www.milieucentraal.nl/energie-besparen/duurzaam-verwarmen-en-koelen/bespaartips-verwarming/>

3.2 Aan de slag met... ontluchten



Een radiator waar lucht in zit, zal minder warmte afgeven. Ontlucht daarom regelmatig de radiatoren.

Kosten: gratis

Opbrengst: afhankelijk

3.3 Aan de slag met... radiatorfolie

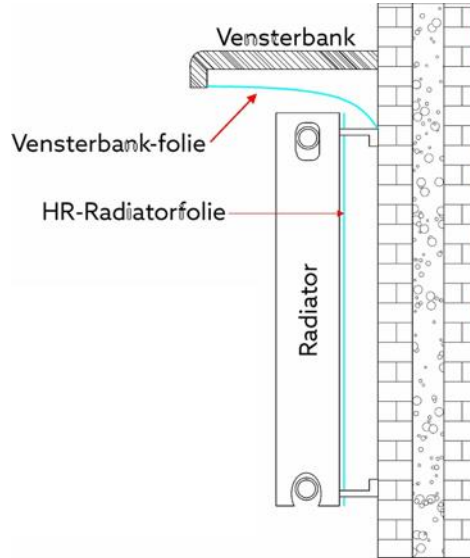


Radiatorfolie zorgt dat de warmte binnen blijft en niet in de muur gaat zitten. Maak de radiatoren eerst vrij van stof

Kosten: inclusief bevestigingsmateriaal circa 8 euro m²

Opbrengst: 12,20-30 euro per m² per jaar

3.4 Aan de slag met... vensterbankfolie



Met vensterbankfolie zorg je dat de warme lucht sneller in de ruimte komt

Kosten: vanaf 2 euro per meter.

Opbrengst: afhankelijk van de situatie

3.5 Aan de slag met... buisisolatie



Isoleer leidingen in onverwarmde ruimtes. Dit doe je door buisisolatie aan te brengen. Nog meer besparen? Wikkel stroken radiatorfolie om de geïsoleerde buizen.

Kosten: circa 1 euro/meter

Opbrengst: per meter buisisolatie bespaar je van 3,90-9 euro per meter per jaar.

3.6 Aan de slag met... CV ketel op 60°C



De meeste cv-ketels staan op de fabrieksinstelling van 80°C, maar werken efficiënter op 60°C. Deze snelle besparing scheelt veel gas. En dit zonder verlies van comfort en geen risico op een koude douche. Als het echt koud wordt eventueel weer hoger te zetten.

Kosten: gratis

Opbrengst: 70-177 euro per jaar

3.7 Aan de slag met... radiatorventilatoren



Radiatorventilatoren blazen de warme lucht de ruimte in. Hiermee wordt het eerder warm en is goed voor het rendement van je kachel. Voor elke 30m³ ruimte heb je 1 ventilator nodig. Voorbeeld je hebt een kamer van 5 bij 8 meter en 3 meter hoog dan is de inhoud 120m³ deel dit door 30 dan kom je uit op 4 ventilatoren.

Kosten: vanaf 50 euro per ventilator

Opbrengst: 113-282 euro per jaar stookkosten en meer comfort door betere warmteverdeling

Stap 4: slim omgaan met **warm** water



4.1 Aan de slag met ... koud afspoelen



Als je iets afspoelt in de keuken en je zet de warme kraan aan dan duurt het even voordat deze warm is. Vaak ben je dan al klaar. Spoel daarom bij voorkeur af met koud water.

Kosten: gratis

Opbrengst: tussen de 17 en 44 euro per jaar

4.2 Aan de slag met... besparende douchekop



Met een waterbesparende douchekop of begrenzer in de huidige douchekop bespaar je veel gas doordat er minder warm water verbruikt wordt.

Kosten: vanaf 12,50

Opbrengst: 37-85 euro per jaar per persoon.

4.3 Aan de slag met... thermostatische kraan



Doordat je sneller de juiste temperatuur bereikt, bespaar je gas.

Kosten: vanaf 50 euro

Opbrengst: afhankelijk van de situatie

4.4 Aan de slag met... korter douchen



Gemiddeld douchen we in Nederland 9 minuten. Als we dat terugbrengen naar 5 minuten wordt veel gas bespaard.

Kosten: gratis

Opbrengst: 70-140 euro per persoon per jaar

Stap 5: slim verwarmen



5.1 Aan de slag met... kachel laag in de nacht



**Zet je thermostaat
1 uur voor je gaat slapen
op 15°C.**

Laat in de nacht de temperatuur laag staan, dat bespaart veel energie. Als je de verwarming 1 uur voordat je naar bed gaat laag zet blijft het warm genoeg en bespaar je nog meer.

Kosten: gratis

Opbrengst: 150-370 euro per jaar. 1 uur eerder uit is een extra besparing van 30-75 euro

5.2 Aan de slag met ... kachel laag bij vertrek



**Niemand thuis?
Laat je thermostaat op
15°C staan.**

Zet de verwarming uit als er niemand thuis is. Ook als je een uurtje weg bent, loont het de verwarming laag te zetten. Bij vloerverwarming laat je de thermostaat op 17 tot 18 graden staan.

Kosten: gratis

Opbrengst: 140-350 euro per jaar

5.3 Aan de slag met... een graadje lager



Zet de verwarming 1 graadje lager en trek een trui aan.

Kosten: gratis

Opbrengst: 140-350 per graad lager per jaar

Tijd voor actie!

Doorloop het stappenplan en voer de maatregelen uit:

Stap 1: Bepaal waar het warm moet zijn

1.1 Welke ruimtes

1.2 Plaatselijk verwarmen

Stap 2: hou de warmte binnen

2.1 Tochtwering

2.2 Deurdranger

2.3 Kozijnfolie

2.4 Raamfolie

2.5 Gordijnen

Stap 3: zorg dat je CV optimaal werkt

3.1 Vrijmaken radiator

3.2 Radiator ontluchten

3.3 Radiatorfolie

3.4 Vensterbankfolie

3.5 Buisisolatie

3.6 CV ketel op 60°C

3.7 Radiatorventilatoren

Stap 4: slim omgaan met warm water

4.1 Koud afspoelen

4.2 Besparende douchekop

4.3 Thermostatische kraan

4.4 Korter douchen

Stap 5: slim verwarmen

5.1 Kachel laag in de nacht

5.2 Kachel laag bij vertrek

5.3 Graadje lager