



48 eenvoudige manieren om zelf energie te besparen

Onze levensstijl die van alle gemakken voorzien is, kost nogal wat energie. Naast dat veel energieverbruik slecht is voor het milieu kost energie - zeker tegenwoordig – natuurlijk ook gewoon ontzettend veel geld. Een deel van dat geld kan je ook gewoon in je zak houden, of uitgeven aan andere zaken die ook steeds duurder worden, want we verspillen nog best wat energie. Daarom bij deze 48 gemakkelijke manieren om zelf energie te besparen:

1. Alles uitschakelen

In een gemiddeld huishouden staan veel apparaten altijd op stand-by (denk aan de tv-ontvanger, de tv, stereo, bluetooth boxen, soundbars en playstations). De meeste van deze apparaten kunnen gewoon volledig uitgeschakeld worden zonder dat dit de werking verstoort. Door standaard alle apparaten uit te zetten in plaats van op stand-by kan een gemiddeld huishouden al snel 40 euro per jaar besparen. En met de stijgende energieprijzen zal dat misschien nog meer zijn.

2. Wassen op 30 graden

De was wordt ook prima schoon wanneer je deze op 30 graden wast. En de lagere temperatuur kan je per jaar al 22 euro schelen.

3. Hang de was op

De droger en centrifuge gebruiken beiden veel energie. Daarnaast ruikt was die in de open lucht gedroogd is ook nog eens heerlijk en staat het zo vrolijk: van die dansende kledingstukken in de wind. Denk er wel even aan dat je je kledingstukken binnenstebuiten te drogen hangt als ze in de zon komen, want anders verbleken ze en dat is zonde.

4. Droog meerdere ladingen was achter elkaar

Als je toch de droger moet gebruiken, zorg dan dat je meerdere ladingen was hebt klaarliggen, zodat de droger tussen de beurten in niet volledig afkoelt. Het kost namelijk energie om op te warmen.

5. Verwijder het stof uit het filter van de droger voor iedere beurt

Zo blijft de droger efficiënt werken.

6. Gebruik een afwasteil

Je verspilt een gigantische hoeveelheden water, afwasmiddel en energie wanneer je de warme kraan laat lopen en zo de afwas doet. Gebruik dus een afwasteil (of doe de stop in de gootsteen). Dit kan per jaar zo'n 45 euro schelen. Dat is ook nog eens zuiniger dan het gebruiken van een afwasmachine.

7. Kook alleen de hoeveelheid water die je daadwerkelijk nodig hebt

Vul niet de volledige waterkoker als je één kopje thee gaat maken. Er is veel energie nodig om water te laten koken, en hoe meer water er in de waterkoker zit, hoe meer energie er nodig is. Dit kan zo'n 10 euro per jaar schelen als je veel thee drinkt. Hetzelfde geldt natuurlijk als je een pan water opzet voor je rijst, pasta of groente (met al dat water spoel je bovendien de nodige vitaminen door de gootsteen). Wist je trouwens dat de waterkoker energiezuiniger is dan de Quooker? We hebben een aantal energieslurpers in huis voor je op een rij gezet.

8. Investeer in een goede thermoskan

Wanneer je heet water direct in een thermoskan stopt hoef je maar één à twee keer per dag water te koken voor thee. Je kan ook een ouderwetse theemuts over je pot thee zetten (dat blijft niet de hele dag warm, maar je kan op die manier wel langer genieten van een warm kopje thee als je een hele pot zet voor jezelf).

9. Gebruik de oven efficiënt

De oven verwarmen voor één pizza of twee broodjes is zonde van de energie. Zorg dat je meerdere dingen tegelijk kan bakken en haal zo meer uit dezelfde warmte.

10. Maak de luchttoevoer van de oven schoon

Als deze niet goed schoon is kan de oven heter worden dan nodig.

11. Verwarm je huis met kookwarmte

Laat na gebruik de oven openstaan om je huis te verwarmen. In plaats van dat de warmte wordt afgevoerd door ventilatieschachten blijft deze nu binnenshuis. In de zomer is dat een minder goed idee...

12. Volle vriezer

Wanneer je vriezer volledig vol is, hoeft er minder lucht gekoeld te worden en hoeft de vriezer dus minder hard te werken. Als je iets uit je vriezer nodig hebt, haal het er dan op tijd uit en zet het in de koelkast, want dan hoeft die minder hard te koelen (de spullen uit de vriezer koelen immers mee).

13. Ruim de vriezer leeg voor de zomervakantie

Handige gewoonte! Zo wordt de vriezer temminste één keer per jaar goed schoon gemaakt en hoeft deze niet de hele tijd aan te staan wanneer je op vakantie bent.

14. Volle koelkast

Zelfde argument als tip 12. Een lege plek in de koelkast is niet alleen zonde van de ruimte, maar zorgt ook voor extra energieverbruik.

15. Vervang de strips aan de zijkant van de koelkast

Vervang zo snel mogelijk de isoleerstrips wanneer je iets van koude lucht voelt buiten de koelkast. Er kan ontzettend veel koude lucht en daarmee energie weglekken wanneer de strips niet goed aansluiten. Als je een oude koelkast hebt, is het sowieso energiezuiniger (en dus ook beter voor het milieu) om een nieuwe aan te schaffen. Dat klinkt een beetje tegenstrijdig in een tijd waarin we juist prediken voor minder spullen, maar in dit geval werkt het echt minder.

16. Bereid kleine maaltijden in een kleine pan

Wanneer je een kleine maaltijd bereid, is het zonde van de energie om een grote pan te verhitten.

17. Eet eenpansmaaltijden

Gooi al je eten lekker in één pan, dat scheelt weer aan gasverbruik. Overigens is het zo dat het eten nog nagaart als de pan nog warm is, maar het gas al uit. Sommige mensen wikkelen een pan rijst zelfs in een warme deken om verder te laten garen (om maar een voorbeeld te noemen). Je hoeft het gas dus niet pas uit te draaien als de pasta gaar is, willen we maar zeggen.

18. Eten uit eigen tuin

Dit is misschien een iets groter project, maar door eten in je eigen tuin te kweken bespaar je alle energie die nodig is om het in de winkel te krijgen. Plus het is natuurlijk een stuk goedkoper. Lees hier onze tips om een eigen moestuin te beginnen.

19. Koud douchen

Het zal in het begin niet fijn zijn, maar met koud douchen bespaar je niet alleen energie, het is ook nog eens heel gezond.

20. Efficiënte douchekop

Een waterbesparende douchekop kan een ontzettend veel water en elektriciteit besparen. Voor een gezin van vier kan dit per jaar 90 euro aan energie schelen en nog eens 140 euro aan water.

21. Korter douchen

Logisch natuurlijk, maar wanneer je korter doucht verbruik je minder warm water. Een douchewekker kan helpen bij het in de gaten houden van de tijd. Elke dag douchen is trouwens niet nodig: je verbruikt er onnodig veel water mee en je huid droogt er ook nog eens van uit, waardoor je weer meer producten gaat inslaan om te smeren. Lees hier over de trend om minder te douchen en minder zeep te gebruiken.

22. Gebruik koud douchewater voor planten

Wanneer je de douche aanzet is deze nog niet direct warm. Zet een emmer in de douche en vang dit water op. Dit kun je dan vervolgens weer gebruiken om de planten water te geven of de wc meer door te spoelen bijvoorbeeld.

23. LED-lampen

Met het gebruik van LED-lampen kan je per jaar zo'n 50 euro aan stroomkosten besparen.

24. Verwijder de stoflaag op lampen

Veel stof kan tot 50% van het licht blokkeren.

25. Verwarming omlaag

Nog een tip die heel logisch lijkt en iets wat veel mensen in de huidige energiecrisis ook al doen. Zo adviseert het kabinet om de verwarming op 19 te zetten, maar lager is ook prima te doen. Trek in de winter gewoon een warme trui aan en zet de ramen en deuren open zodra het buiten warmer is dan binnen.

26. Programmeerbare thermostaat

Door de thermostaat zo in te stellen dat hij automatisch harder of zachter gaat, vergeet je nooit meer om hem 's avonds lager te zetten. Die thermostaat kan je trouwens al prima een uur voordat je naar bed gaat omlaag doet, want het duurt even voordat het daadwerkelijk afkoelt. Ben je toch bang dat je het 's avonds koud krijgt, dan neem je een warme kruik mee naar bed.

27. Constante verwarming

Het is beter om de verwarming constant op een lage temperatuur te houden, dan hem steeds aan en uit te zetten. Als je het toch warmer wil hebben in huis verhoog de temperatuur dan steeds een beetje, en niet in één keer heel veel.

28. Truien en dekens

Door jezelf lekker warm aan te kleden en een extra deken op de bank en in je bed te leggen ben je minder snel geneigd om de verwarming omhoog te zetten. Inmiddels is die gezellige deken niet meer weg te denken uit de Nederlandse huiskamers, want het staat zo knus en gezellig en het werkt dus.

29. Mobiel oplader uit het stopcontact

De oplader van je mobiel verbruikt stroom zolang deze in het stopcontact zit. Haal hem er dus uit zodra je mobiel vol is. Dat betekent dus ook dat het niet handig is om je mobiel de hele nacht aan de lader te hangen, want zo lang duurt het niet om dat ding op te laden.

30. Gebruik je gordijnen

Gordijnen zijn er niet alleen zodat mensen 's avonds niet zomaar naar binnen kunnen gluren. Ze zorgen er namelijk ook voor dat de warmte in huis niet zomaar kan ontsnappen (of naar binnen kan komen in de hete zomerzon). Zorg er in de winter dus dat je 's ochtends direct de gordijnen open doet zodat de warmte en het licht van de zon naar binnen kunnen komen. En doe ze 's avonds weer dicht zodat deze warmte wordt vastgehouden. En wil je het in de zomer juist wat koeler houden: trek de gordijnen dan dicht als de zon vol naar binnen schijnt, zodat je niet met airco's of ventilatoren aan de slag hoeft. Hier hebben we trouwens wat tips op een rij gezet om je huis in de zomer koel te houden.

31. Vloerkleden

Vloerkleden zorgen voor extra comfort, de kou trekt minder snel op vanuit de grond en de hitte ontsnapt minder snel.

32. Gebruik lichtdimmers in huis

Dimmers geven niet alleen een gezellig gevoel, maar besparen ook energie.

33. Gebruik lichten met een bewegingssensor buiten

Lichten die aanspringen zodra je thuis komt en weer uit gaan als je binnen bent, zijn een stuk efficiënter dan lichten die de hele avond (of zelfs nacht) blijven branden.

34. Zet lampen in de hoeken van de kamer

Zodat ze op twee muren kunnen reflecteren en zo meer licht verspreiden.

35. Vakantie voor jou = vakantie voor al je apparaten

Vergeet niet al je apparaten uit te zetten wanneer je op vakantie gaat. De makkelijkste manier is om alle stekkers uit de stopcontacten te trekken (wel eerst koelkast leeg natuurlijk, voordat je dat doet: zie tip 13)

36. Gebruik verlengsnoeren met een vaste aan/uit knop

Door meerdere apparaten op een verlengsnoer aan te sluiten die je met één knop allemaal kunt uitschakelen, kun je aan het einde van de dag alle apparaten die op stand-by staan tegelijk uit zetten. Wel zo makkelijk.

37. Kook buiten in de zomer

Door buiten te koken in de zomer komt de kookwarmte niet in je huis. Hierdoor heb je dus minder airconditioning nodig. En zeg nou zelf: hoe gezellig is het om die maïskolven of aardappels buiten te grillen?

38. Gebruik een barbecue op gas of op elektriciteit

Elektrische of gasbarbecues zijn efficiënter met energie en beter voor het milieu.

39. Eet met meerder mensen samen

Je bespaart energie door het samen te koken, maar meer mensen in huis betekent ook dat de verwarming minder hard hoeft te werken (in verband met al die fijne lichaamswarmte die we uitstralen).

40. Gebruik deksels bij het koken

Door goed afsluitende deksels te gebruiken bij het koken is het eten sneller gaar, en bespaar je dus energie.

41. Laptop in plaats van PC

Laptops verbruiken minder energie dan desktop pc's.

42. Check waterpijpen voor kleine lekkages

Eén druppel water per seconde loopt per maand op tot 625 liter (!).

43. Douchen is zuiniger dan in bad

Badderen kost over het algemeen veel meer energie en water als een douche. Al is dat natuurlijk wel afhankelijk van hoelang je doucht. We hebben de cijfers van douchen versus in bad gaan hier voor je op een rij gezet.

44. Stofzuig 2 keer per jaar de spoelen van de koelkast

Zo blijft het koelsysteem efficiënt werken.

45. Maak het filter van de afzuigkap schoon

Als er veel stof in het filter zit moet de afzuigkap harder werken.

46. Bij weinig isolatie, gebruik grote meubelen

Zet grote meubelen tegen de muren die niet goed geïsoleerd zijn. Een grote boekenkast bijvoorbeeld kan al een boel schelen. Dat werkt echt: In Canada worden oude boeken gebruikt als isolatie voor een oud schoolgebouw.

47. Investeer in een energieneutraal huis

Investerings in de energie efficiëntie van je huis lijken vaak groot, maar ze verdienen zich over het algemeen snel terug. We hebben in dit stappenplan op een rij gezet hoe je naar een energieneutraal huis kan werken.

48. Werk met tochtstrip en radiatorfolie

Ongeveer de helft van de bevolking woont in een huurhuis en dan is het aan de woningbouw of eigenaar om het huis zo energieneutraal mogelijk te maken natuurlijk, zeker nu we met z'n allen van het gas af moeten. Maar ook in een huurhuis kan je met kleine maatregelen al veel bereiken. Denk aan het plaatsen van reflecterende radiatorfolie achter de verwarming of het plaatsen van tochtstrips tussen de ramen en onder de deuren.

Bron: <https://www.hetkanwel.nl/48-eenvoudige-manieren-om-zelf-energie-te-besparen/>