



40 tips om energie te besparen

Energie die u niet gebruikt, hoeft u niet te betalen.
En het is ook nog eens de duurzaamste energie die er is.
Alle reden dus om energie te willen besparen. Om u te helpen,
hebben we hier 40 eenvoudige bespaartips samengebracht.



Keuken

1 Wokken of snelkookpan

Koken in één (wok- of snelkook)pan kost minder energie dan koken met losse pannen.

2 Schakel de afzuigkap op tijd uit

Het is goed om de afzuigkap na het koken even te laten nadraaien. Zo voert u het vocht in uw woning af. Maar langer dan 30 minuten is niet nodig.*

En overdag hoeft het lampje van de afzuigkap meestal niet aan.

3 Open de oven

Is uw ovengerecht klaar? Zet de oven dan open om snel af te koelen. Dat geeft meteen warmte.

4 Juiste formaat pan

Met een te kleine pan gaat de warmte langs de zijkant van de pan. Kies daarom een pan die groot genoeg is.

5 Warmhouden met de thermoskan

Bespaar energie door uw koffie, thee of chocolademelk warm te houden in de thermoskan in plaats van op het fornuis.

6 Stekker van de koffiezetter

Na het koffiezetten kan de stekker uit het stopcontact. Zo voorkomt u sluipverbruik.

7 Met de hand afwassen

Afwassen met een teiltje vraagt minder energie dan de afwasmachine.

8 Ecoprogramma afwasmachine

Kies op de afwasmachine altijd het eco-programma en zet hem alleen aan als de afwasmachine helemaal vol is.

9 Schone condensator koelkast

Het rekje aan de achterkant van de koelkast heet een condensator. Als die onder veel stof zit, gebruikt de koelkast meer energie. Heeft u een vrijstaande koelkast? Maak het rekje dan regelmatig schoon. Let op - zet het rekje niet tegen een muur aan, dat kost meer energie.

10 Houd de vriezer ijsvrij

Zit er een ijslaagje in het vriesvak of in de vriezer? Dat kost extra stroom. Ontdooi het vriesvakje of de vriezer daarom af en toe.

11 Eten laten afkoelen

Laat warm eten eerst even afkoelen voor u het in de koelkast zet. En dek het goed af in een bakje, of met folie. Dat scheidt condens én stroom om te koelen.

12 Eten ontdooien in de koelkast

Wilt u eten uit de vriezer of het vriesvak ontdooien? Zet het dan in de koelkast. Door de kou van het eten hoeft de koelkast minder hard te werken.

13 De koelkast goed laten sluiten

Maak het rubber van de koelkast zo nu en dan schoon, zodat de koelkast goed dicht kan.

14 Deksel op de pan

Koken met een deksel op de pan bespaart energie. En ook tijd, want de inhoud wordt sneller warm.

15 Waterbesparend mondstuk kraan

Met een waterbesparend mondstuk aan de keukenkraan kunt u (warm) water besparen.

* Lees hier meer over in de folder over vocht en schimmel. Deze vindt u op woonplus.nl/folders.

Kleding wassen

- 1 Wassen op lagere temperatuur**
De meeste wasjes kunt u prima op 30 graden draaien.
- 2 Volle trommel**
Wacht met wassen tot u een volle trommel heeft.
- 3 Centrifugeer uw was goed**
Goed centrifugeren scheelt tijd in de droger én vocht in huis.
- 4 Wasrekje in plaats van droger**
Heeft u een droger? Gebruik hem alleen als het nodig is.
- 5 Kies het eco-programma**
Kies op uw wasmachine en droger het zuinige eco-programma.

Goed centrifugeren
scheelt tijd in de
droger én vocht in
huis.



Verwarming

- 1 Een graadje lager**
Zet de thermostaat overdag een graad lager, maar liefst niet lager dan 18°C*. 's Nachts kan hij terug naar 15°C.
- 2 Koude vloer?**
Leg een (wollen) kleed neer.
- 3 Deuren dicht**
Doe de deuren dicht om geen warmte te verliezen.
- 4 Stop de tocht**
Met tochtstrips en een tochtstopper voor deuren verliest u minder warmte.
- 5 Radiatoren ruimte geven**
Zet geen meubels tegen de verwarming en droog er geen wasgoed op.
- 6 Ontluchten radiatoren**
Als u de radiatoren regelmatig ontlucht, geven ze meer warmte.
- 7 Gordijnen gebruiken**
Doe 's avonds de gordijnen dicht en zorg dat ze niet over de radiator hangen.
- 8 Een extra laagje**
Met een warme trui, sloffes en een deken kan de thermostaat omlaag.
- 9 Ventileer goed**
Goed ventileren zorgt voor drogere lucht in huis. Drogere lucht wordt sneller warm.*
- 10 Radiatorfolie achter de radiatoren**
Breng radiatorfolie aan achter uw radiatoren. Dan blijft de warmte binnen.

Plaats eventueel een deurdranger!



* Lees meer over verwarmen en ventileren in onze folder over vocht en schimmel.



Apparaten/stroom

- 1 Energiezuinige apparaten**
Koopt u een nieuw apparaat? Let dan ook op het energieverbruik.
- 2 Stekker uit het stopcontact**
Apparaten die standby staan, gebruiken vaak wel stroom. Haal daarom de stekker uit het stopcontact. Hetzelfde geldt voor de oplader van de telefoon: opgeladen? Stekker uit het stopcontact.
- 3 Gebruik een bespaarstekker**
Plaats een bespaarstekker of een stekkerdoos met een aan/uitknop tussen het apparaat en het stopcontact. Zo kunt u de apparaten makkelijk helemaal uitschakelen.
- 4 Lampen uit**
Gezellig, een lampje laten branden. Maar alleen in de ruimte waar u bent.
- 5 Ledlampen**
Een ledlamp gebruikt 90% minder stroom dan een gloeilamp en 85% minder dan een halogeenlamp.

**Wij wensen u
veel succes met
deze energie
bespaartips!**



Douche

- 1 Korter douchen**
Elke dag een minuutje korter douchen scheelt per jaar 6 uur warm water.
- 2 Waterbesparende douchekop**
Deze douchekop gebruikt minder water, dus minder warmte.
- 3 Ontkalken douchekop**
Even een nachtje in azijn. Dan hoeft de warm waterkraan minder ver open.
- 4 Elektrische tandenborstel niet fulltime op de oplader**
Laad de tandenborstel alleen op als het nodig is. De rest van de tijd kan de stekker eruit.
- 5 Zet de wastafel mengkraan op blauw**
Heeft u een wastafel mengkraan? Zet hem dan standaard op koud. Dan verbruikt u niet onnodig warm water.

Gebruik een timer!



we wonen met je mee

Woonplus Schiedam
Valeriusstraat 3
3122 AM Schiedam
(010) 20 45 100
woonplus.nl