

## Verduurzamen: gedrag aanpassen



Grote verduurzamingsmaatregelen vergen een aanzienlijke voorbereiding en investering. Kleine isolatieklussen kunnen sneller worden uitgevoerd en kosten veel minder. Gedragsverandering echter kost niets, maar het is vaak lastig om onszelf aan te passen. En uiteraard willen we wel comfortabel blijven wonen. Hieronder een aantal tips om energie te besparen door

jezelf iets(je) aan te passen.

### Compartmenteren

Verwarm alleen waar het echt nodig is. Door alle tussendeuren te sluiten en de slaapkamer-verwarming uit te laten, bespaar je fors op je verwarmingskosten. Sluit 's avonds de gordijnen. Hiermee vergroot je de isolatieweerstand en verlies je minder warmte. Let er wel op dat de gordijnen niet voor de radiatoren hangen.

### Zet de thermostaat lager

Zet de thermostaat overdag 1 graad lager, dit scheelt 7% in het gasverbruik. De thermostaat kan je aan het eind van de avond tot 's morgens 3 à 4 graden lager zetten (bij vloerverwarming 1 à 2 graden lager). Dit scheelt in het gasverbruik ondanks dat de cv-ketel 's ochtends even flink aan de bak moet om je huis weer te verwarmen.

### Douche korter

Je kunt je gasverbruik verminderen door korter en/of minder vaak te douchen. Een douchetimer kan je helpen om je aan een kortere (5-7 minuten) douchetijd te houden.

### Luchten

De slaapkamer 's ochtends luchten is prima, maar 10 à 15 minuten is voldoende voor een frisse kamer. Als het raam langer open staat dan verdwijnt in het koude seizoen onnodig veel warme lucht naar buiten. Maar zorg wel steeds voor goede ventilatie.

### Gebruik apparatuur op eco-stand

Denk bijvoorbeeld aan de wasmachine, vaatwasser en decoder. Een decoder, dat kastje bij je TV, op de eco-stand gebruikt vaak maar 20% van de elektriciteit vergeleken met de normale stand.

### Droog de was op een waslijn

Je was aan de lijn drogen is natuurlijk het goedkoopst. Ook een droogrek binnen is veel zuiniger dan de wasdroger. Zelfs als de verwarming in de winter iets harder moet werken om al het vocht te laten verdampen. Ventileer wel goed als je de was binnen laat drogen, met name in de zomer.

### Gebruik netstroom

Maak zo weinig mogelijk gebruik van batterijen. Kies liever voor apparaten die (ook) op 230V werken. Als batterijen onvermijdelijk zijn, gebruik dan oplaadbare batterijen.

### Vragen?

Heb je vragen over dit artikel of over het verduurzamen van je woning, loop dan eens binnen tijdens het inlooppreekuur van de energiecoaches.