

Met deze 7 tips kun je energie besparen (en behoorlijk wat geld verdienen)

🕒 Gisteren om 13:12 • 🔄 Gisteren om 18:59 • Kaj van Arkel
• Extra (<https://www.dvhn.nl/extra/>)



📷 Illustratie: Edo Draaijer

Voor veel huishoudens kan een hoge energierekening een aanslag op de portemonnee zijn. Maar dat hoeft niet. Met deze tips bespaar je op de stroom- en stookkosten.

1. Verwarm selectief

Zodra het kouder wordt, springt thuis vaker de verwarming aan. Onvermijdelijk natuurlijk, maar door slim te stoken kun je er wel voor zorgen dat je minder gas verbruikt. „Besparen op gas kan al vrij eenvoudig door de thermostaat een graadje lager te zetten dan je gewend bent”, adviseert Sanne de Jong, energie-expert bij energievergelijker Gas-licht.com. „En verwarm alleen ruimtes die je gebruikt. Dus thuis lekkere warme kleren aan in de winter.”

Wie overdag bij afwezigheid de thermostaat op 15 graden zet, bespaart volgens berekeningen van Milieu Centraal gemiddeld 160 euro op jaarbasis. Wie dat ook 's nachts doet, bespaart nog eens 100 euro per jaar. Bij vloerverwarming is het advies de thermostaat op 17 tot 18 graden te zetten, omdat het opwarmen anders te lang duurt. Met een slimme thermostaat kun je de verwarming op afstand bedienen met je smartphone. Ook kan die voorkomen dat je energie verspilt, bijvoorbeeld door de verwarming automatisch uit te schakelen als je niet thuis bent.

2. Douche korter

Bijna 20 procent van het gasverbruik gaat op aan warm water. Hierop besparen kan eenvoudig door korter te douchen of een waterbesparende douchekop te gebruiken. Maximaal vijf minuten douchen, bespaart volgens Milieu Centraal ruim 15.000 liter warm water, ofwel 60 euro per jaar.

3. Kies voor inductie

Ook koken gaat in de meeste huishoudens nog op gas. Nu is dat nog goedkoper dan koken op elektriciteit, maar de overheid maakt gas de komende jaren duurder. Dit om mensen sneller van het gas af te krijgen. Als je fornuis aan vervanging toe is, kies dan voor een inductie-kookplaat. Goedkoop is dat niet en je stroomverbruik neem toe. Maar inductiekookplaten verhitten efficiënter en zijn daardoor een stuk energiezuiniger dan gasfornuizen.

4. Trek de stekker eruit

Een gemiddeld huishouden telt al snel meer dan honderd elektrische apparaten. We hebben allemaal een wasmachine, televisie en koelkast. „Zeker als ze wat ouder zijn, slurpen die stroom“, zegt De Jong. Zo verbruikt een acht jaar oude koelkast meer dan 350 kWh per jaar, wat neerkomt op ongeveer 80 euro. Met een nieuwe A+++ koelkast daalt het stroomgebruik naar 160 kWh en ben je op jaarbasis nog maar 35 euro kwijt.

Ook op stand-by gebruiken sommige apparaten en gadgets energie. Dit sluipverbruik kost een gemiddeld huishouden jaarlijks zo'n 100 euro, blijkt uit cijfers van Milieu Centraal. Sluipverbruik is eenvoudig te voorkomen door de stekker uit het stopcontact te trekken. Stekkerdozen maken het gemakkelijk om alles in een keer uit te zetten. Met een 'slimme' variant is het zelfs mogelijk om tijdschema's in te stellen voor het aan- en uitzetten van apparaten.

5. Doe het licht uit

Verlichting is een van de grootste energielurpers in huis. Laat lampen dus niet onnodig aan en vervang gloeilampen door ledverlichting. Ledlampen verbruiken 85 procent minder stroom dan traditionele gloeilampen en zijn 75 procent zuiniger dan halogeen-lampen. Bovendien gaan ze 15.000 branduren mee. De gemiddelde gloeilamp heeft een levensduur van 1000 uur. „De aanschafprijs van led-lampen kan snel terugverdiend worden”, zegt De Jong.

6. Isoleer je huis

In een slecht geïsoleerd huis gaat veel van de kostbare warmte verloren, waardoor harder moet worden gestookt en de energie-rekening oploopt. Radiatorfolie en tochtstrips zijn relatief goedkope oplossingen. Dak-, vloer- en muur- isolatie zijn effectief maar wel een stuk duurder. Huiseigenaren en VvE's die energiebesparende maatregelen nemen, kunnen hiervoor subsidie krijgen van de rijksoverheid. Zo kun je als huiseigenaar voor het isoleren van je dak, vloer en ramen (dubbelglas) ongeveer 20 procent subsidie krijgen. Kijk voor een compleet overzicht op energie-subsidiewijzer.nl.

7. Stap elk jaar over

Niet iedereen is even happig op overstappen. Want het is een vervelend en tijdrovend klusje. Althans, dat is de vrees. Ruim een kwart van de Nederlanders is nog nooit van energieleverancier gewisseld, blijkt uit de Energie-monitor 2019 van de Autoriteit Consument en Markt. Toch loont het de moeite om elk jaar van aanbieder te wisselen, weet De Jong. „Een gemiddeld gezin dat 3500 kWh stroom en 1500 m3 gas verbruikt, bespaart met overstappen ongeveer 350 euro.”

Online vergelijkingssites maken het tegenwoordig simpel om je huidige energiecontract te vergelijken met de actuele marktprijzen. Ook is overstappen met een paar muisklikken geregeld. De nieuwe energieleverancier zegt automatisch het oude energiecontract op, daar hoef je dus zelf niets aan te doen.

Bij het overstappen moet je wel op enkele zaken letten. „Controleer de einddatum van je huidige energiecontract en stap zes tot acht weken voor die einddatum over. Daarmee voorkom je vervelende boetes”, zegt De Jong. „En staar je niet blind op de hoogste korting; kijk naar het totaalpakket en of dat op basis van jouw postcode en verbruik voordelig is.”

Nog een laatste tip: „Laat je niet telefonisch of aan de deur verleiden door energieverkopers met een vlotte babbel. Je krijgt dan zelden het scherpste aanbod.“
