

# Rationeel energieverbruik

---

Verwarmen, verlichten, koken, koelen, wassen, ... het vraagt allemaal een pak energie. In ons dagelijks leven gebruiken we stookolie, gas, steenkool en elektriciteit. Elektriciteit wordt voornamelijk opgewekt door de verbranding van steenkool of gas of via kernenergie. De reserves aan steenkool, aardolie en aardgas zijn echter beperkt. Daarnaast komt bij de verbranding van fossiele brandstoffen, koolstofdioxide (CO<sub>2</sub>) vrij dat in belangrijke mate bijdraagt tot het broeikaseffect.

Redenen genoeg dus om zo zuinig mogelijk om te springen met energie! Ziehier enkele tips om energie te besparen in je huishouden:

## Isolatie en ventilatietips

- In een goed geïsoleerde woning ligt het energieverbruik 30 tot 40 % lager dan in een niet-geïsoleerde woning. Op het vlak van isolatie moet gedacht worden aan vloeren, buitenmuren, daken en glasoppervlakte. Zorg dat deuren en ramen perfect sluiten.
- Goed isoleren moet, maar goed verluchten is ook nodig. Bij een zeer goed geïsoleerd en luchtdicht huis is mechanische aan- en afvoer van de lucht aan te bevelen, waarbij geopteerd wordt voor een ventilatiesysteem met energierugwinning. Met dit apparaat wordt de warmte teruggewonnen en gebruikt om de verse lucht die naar binnen stroomt te verwarmen.

## Verwarmingstips

- Laat uw boiler jaarlijks nakijken om rendementsverlies te vermijden.
- Indien uw verwarmingsketel aan vervanging toe is, overweeg dan de aankoop van een hoogrendementsketel (HR+ label) of een condensatieketel (HR Top label).
- Door middel van een kamerthermostaat met tijdstelling en thermostatische kranen op elke radiator kunt u in iedere ruimte een aangepaste temperatuur krijgen. Plaats de thermostaat op de meest aangewezen plaats in de woning: op de juiste hoogte, niet bij een deur, niet op een buitenmuur en niet naast een warmtebron. Regel de temperatuur met de thermostaat en niet met een venster dat u open of dicht doet.
- Isoleer de leidingen in niet-verwarmde ruimten (kruipruimte, zolder, garage,...). Achter de radiatoren kunt u een reflecterende radiatorfolie bevestigen. Die weerkaatst een groot deel van de warmte die anders in de muur zou verdwijnen.
- Zet uw verwarming 's avonds op nachtstand (bv. 15°C).

## Verlichtingstips

- Gloeilampen produceren slechts voor 10% licht en voor 90% warmte. Waar mogelijk worden ze het best vervangen door spaarlampen of TL-lampen. Spaarlampen verbruiken 5 keer minder energie dan een gloeilamp en gaan 10 keer langer mee. Het prijsverschil hebt u door het geringe energieverbruik na een korte tijd terugverdiend.
- Maak zoveel mogelijk gebruik van het natuurlijk licht: het is gratis en verbruikt geen energie. Kies voor lichte kleuren in uw interieur: lichte kleuren weerkaatsen 60 tot 90% licht, donkere kleuren niet meer dan 15 tot 25%.

## Koel- en vriestips

- Kies voor een toestel met A+ of A++-label: deze toestellen zijn respectievelijk 25% en 50% zuiniger dan toestellen met een standaard A-label.
- Plaats de koelkast en diepvriezer bij voorkeur op een koele plek en zet uw koelkast ver van het fornuis, de verwarming en niet in de zon.
- Open de koelkast en diepvriezer zo kort mogelijk en zet er geen warme gerechten in.
- Ontdooi uw diepvries regelmatig. Een rijm laag van 2 mm is al verantwoordelijk voor een meerverbruik van ongeveer 10%.

## Kooktips

- Koken op aardgas of met inductiekookplaten verbruikt het minst energie.
- Met een snelkookpan kookt u sneller en bespaart u 40 tot 70% energie, terwijl de voedingswaren meer smaak en vitamines behouden.
- Zorg bij elektrisch koken voor kookpannen met een vlakke, onvervormbare bodem.
- Koken zonder deksel verbruikt veel meer energie dan koken met deksel.
- Stem de grootte van uw kookpannen af op de inhoud en op de grootte van uw kookplaat.
- Aangezien elektrische kookplaten nog een tijdje warm blijven, schakelt u ze het best even voor het einde van de bereidingstijd uit. Ook een oven kan u enkel minuten voor het einde van de bereiding uitschakelen.
- Een warmeluchtoven is sneller op temperatuur en heeft een grotere warmtespreiding. Dat scheelt in energieverbruik. Als u gebruik maakt van een warmeluchtoven voor een of andere bereiding, zet er dan zoveel mogelijk andere gerechten bij. Die hoeft u dan niet meer op de kookplaat te bereiden.
- De microgolfoven is circa de helft zuiniger dan de klassieke oven of het klassieke fornuis wegens de snelheid, behalve voor grote hoeveelheden.

### **Afwastips**

- Let op het energielabel bij aankoop: een toestel met een A-label is het energiezuinigst.
- Zet de vaatwasser alleen aan als ze helemaal gevuld is.
- Is de vaat niet al te vuil, gebruik dan een spaarprogramma.

### **Was-, droog- en strijktips**

- Let op het energielabel bij aankoop: een toestel met een A-label is het energiezuinigst.
- U laat beter één volle dan twee halfvolle machines draaien.
- Wassen op hoge temperatuur (60°-90°C) vraagt meer energie: gebruik dit alleen als het echt nodig is.
- Laat uw linnen eerst goed zwieren, bij voorkeur op 1000 toeren/minuut of meer, voor u het in de wasdroger stopt. Zo bespaart u al snel 20 à 25% energie bij het drogen.
- Een gewone wasdroger met luchtafvoer verbruikt minder dan een condensatiewasdroger.
- Droog de was zo veel mogelijk op een rek of aan een waslijn.
- Stop niet meer wasgoed in de wasdroger dan in de gebruiksaanwijzing aangegeven is.
- Stel de droogtijd zo juist mogelijk in.
- Strijk met stoom, want dat gaat sneller, vlotter en dus zuiniger.
- Gebruik een reflecterende strijkovertrek, want dat werkt energiebesparend.

### **Warm water**

- Warm water bereiden met aardgas verbruikt bijna de helft minder energie dan met elektriciteit.
- Douchen i.p.v. een bad nemen, verbruikt minder dan de helft water en energie.
- Een waterbesparende spaardouchekop verbruikt 40% minder water en energie dan een gewone douchekop, terwijl het comfort hetzelfde blijft.
- Laat het warme water alleen maar stromen als het echt nodig is en vang het op in de afgesloten wastafel of spoelbak in plaats van het zo maar te laten wegvloeien.
- Een gewone wasdroger met luchtafvoer verbruikt minder dan een condensatiewasdroger.
- Doorstroomtoestellen of geisers zijn energiezuiniger dan een boiler: het water wordt dan alleen opgewarmd op het ogenblik dat de warmwaterkraan wordt opgedraaid.
- De ideale temperatuur voor de afstelling van de boiler is 60 à 65°C.
- Let er ook op warmwatertoestellen dicht bij een aftappunt te plaatsen. Zo vermijdt u warmteverliezen in de warmwaterleidingen en krijgt u sneller warm water aan de kraan.
- Een centraleverwarmingsketel die tegelijk voor warm water zorgt, is af te raden.

### **Nuttige links:**

[www.energiesparen.be](http://www.energiesparen.be)<sup>1</sup>

## Velden

Naam	Waarde
Thema	Milieu en Natuur / Milieuvriendelijk wonen en leven
Dienst	Ruimtelijke ordening en huisvesting Milieu, groen en landbouw
Doelgroep	Inwoners Niet-inwoners Jongeren Senioren Mensen met een beperking

1. <http://www.energiesparen.be/>
2. <http://www.ode.be/>